

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Pendidikan merupakan sebuah proses sistematis yang melibatkan transfer pengetahuan, keterampilan, nilai, dan norma sosial. Pada proses ini melibatkan pengajaran dan pembelajaran di berbagai konteks, seperti lembaga pendidikan formal seperti sekolah, serta melalui pengalaman non-formal dan informal. Pendidikan adalah proses pengembangan seluruh potensi manusia yang menghargai keberagaman dan secara terus menerus membentuk manusia yang berkualitas dan bermartabat (Syah, 2023).

Berdasarkan data di atas batasan usia pada jenjang PAUD/ TK adalah usia 0 – 6 tahun, SD/MI adalah usia 7 – 12 tahun, SMP/ MTs adalah usia 13 – 15 tahun, dan SMA/ SMK/ MA usia 16 – 18 tahun serta Pendidikan Tinggi usia ≤ 18 (setelah lulus pendidikan menengah) (UU No.20 tahun 2003)

Santrock, (2019) menjelaskan bahwa masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Pembagian ini tentu saja bersifat fleksibel dan dapat bervariasi tergantung pada budaya, konteks sosial, dan perkembangan individu masing-masing.

Usia pada jenjang SMA sederajat adalah usia 16-18 tahun, hal ini sejalan dengan batasan usia remaja menurut Santrock, (2019) yaitu 1. Masa Remaja Awal (Early Adolescence) adalah Usia 10 - 13 tahun, 2. Masa Remaja Madya (Middle Adolescence) adalah Usia 14 - 16 tahun dan 3. Masa Remaja Akhir (Late Adolescence) adalah Usia 17 - 21 tahun.

Remaja saat ini nampak mengalami perubahan sikap dan perilaku. Sejalan dengan perkembangan teknologi dan alat komunikasi yang bernama *Smartphone*. Seperti kita ketahui sakarang ini penggunaan *smartphone* sangat luas, gempuran teknologi *smartphone* ini sulit dibendung dalam hal penggunaannya, tanpa disadari serangan dari perkembangan era kemajaun teknologi ini secara tidak langsung merubah perilaku. Dimana para remaja cenderung tidak peduli dengan lingkungannya.

Remaja cenderung apatis atau tidak peduli dengan hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitarnya (Gatra, 2023). Dalam kehidupan sehari-hari kita sering melihat mereka memainkan *smartphone* mereka walaupun sedang berbicara dengan temannya. Padahal periode usia remaja merupakan momen penting bagi individu berkontribusi secara nyata untuk kepentingan diri sendiri, keluarga serta masyarakat. Periode remaja merupakan merupakan usia seorang individu belajar mengenali dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan dan merupakan periode pembentukan kepribadian. Kepribadian yang diharapkan adalah remaja yang memiliki karakter yang baik termasuk adanya sikap peduli (Gatra, 2023).

Perilaku ketidakpedulian sosial seperti ini merupakan efek dari penggunaan *smartphone* yang tidak bijak. Sehingga remaja menggunakan *smartphone* tanpa memperhitungkan waktu yang mereka gunakan untuk memainkan *smartphone* mereka. Gejala yang dimunculkan oleh perilaku ini merupakan gejala perilaku *Phubbing*. Munculnya perilaku *Phubbing*, perilaku maladaptif baru, dikaitkan dengan peningkatan popularitas penggunaan *smartphone*. Perilaku ini sebagai bentuk modern dari ketidakpedulian sosial, di mana seseorang mengabaikan orang lain dalam interaksi sosial dengan berfokus pada *smartphone* mereka, alih-alih terlibat dalam percakapan (Nazir, 2017).

Pola perilaku menyimpang ini disebabkan oleh penggunaan *smartphone* tanpa kendali dari penggunanya (Bajwa et al., 2023). Bila kita melihat fitur yang dimiliki *smartphone*, maka ia memenuhi banyak kebutuhan para remaja yang antara lain berupa media komunikasi, pencari informasi, sumber hiburan, dan penyimpanan berbagai hal seperti dokumen, video dan photo. *Smartphone* dengan beberapa fiturnya telah bermanfaat dalam kehidupan dan telah mengubah *smartphone* menjadi kebutuhan primer (Wijayanti, 2022; Wang, et al., 2023; Xie et al., 2021).

Jumlah penggunaan *smartphone* dan penetrasi internet yang tinggi ini tentu mendorong para remaja selalu terkait dengan *smartphone*. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa penggunaan *smartphone* mendukung perilaku *Phubbing* (Bajwa et al., 2023), penggunaan media sosial mendorong perilaku *Phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a) dan problem penggunaan *smartphone* memengaruhi perilaku *Phubbing* (Niu et al., 2020).

Berdasarkan Statistika 2023 jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia diperkirakan mencapai lebih dari 190 juta. Saat ini, Indonesia merupakan pasar *smartphone* terbesar keempat di dunia setelah China, India, dan Amerika Serikat (Statista, 2023). Seiring dengan meningkatnya penggunaan *smartphone*, tentu mendorong peningkatan pemakaian internet. Usia remaja di Indonesia paling banyak menggunakan internet dibandingkan kelompok usia lainnya. Hal ini terlihat dari angka penetrasi internet. Penetrasi adalah merupakan rasio pengguna internet berbanding dengan jumlah penduduk setiap tahun.

Penetrasi internet berdasarkan usia pengguna adalah usia 13-18 tahun sejumlah 99.16 %, usia 19-34 tahun sejumlah 98 % dan usia 35-54 tahun sejumlah 87,30 %. Dengan demikian pengguna yang paling tinggi adalah usia pada kategori remaja (BPS, 2024).

Usia remaja mendominasi pengguna *smartphone*. Adapun efek dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan berdampak pada cara mereka berkomunikasi dengan sesama teman. Mereka berbicara tanpa memperdulikan lawan bicara dan tabiat ini sesuatu yang tidak biasa apalagi dalam norma budaya Indonesia. Idealnya yang terjadi adalah ketika mereka sedang berbicara mereka akan saling memperhatikan satu sama lain. Demikian juga ketika mereka sedang berkumpul dengan teman, idealnya mereka saling berinteraksi dan terjadi kontak mata langsung, tetapi yang terjadi adalah mereka berkumpul tetapi seolah-olah tak bersama karena mereka sibuk memainkan *smartphone* mereka masing-masing.

Perilaku ini sejalan dengan kejadian di Australia tahun 2007, awal mulanya dikenalkan perilaku memainkan smart phone sambil berbicara dengan teman, dan akhirnya muncullah istilah perilaku *Phubbing* yang diambil dari kata phone dan snubbing. *Phubbing* adalah kata yang menggambarkan perilaku seseorang yang asyik dengan *smartphone* ketika berhadapan dengan orang lain atau sedang berada di dalam pertemuan (Haigh, 2012).

Perilaku *Phubbing* adalah kondisi dua orang atau lebih dalam suatu lingkungan, tetapi mereka berinteraksi lebih banyak dengan *smartphone*-nya dibandingkan dengan sesama mereka (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Teori yang sama menyatakan bahwa perilaku *Phubbing* adalah perilaku individu yang melihat *smartphone* selama percakapan dengan orang lain, mengabaikan diri dari komunikasi interpersonal (Karadağ et al., 2015).

Ciri-ciri perilaku *Phubbing* menurut Assagaf (2022) adalah (1) mengabaikan percakapan tatap muka karena terlalu fokus pada perangkat seluler, (2) menggunakan perangkat seluler saat berada dalam situasi sosial seperti makan bersama, rapat, atau berkumpul dengan keluarga/teman, (3) merasa lebih nyaman berinteraksi dengan perangkat seluler daripada dengan orang yang hadir secara fisik dan (4) mengalami kecemasan atau perasaan gelisah saat tidak dapat mengakses perangkat seluler.

Beberapa penelitian menemukan efek negatif dari perilaku *Phubbing* antara lain memicu suasana hati yang negatif (Knausenberger et al., 2022), meningkatkan resiko depresi dan kesepian (Lv et al., 2022), merusak hubungan dan mengurangi kebahagiaan (Abeele et al., 2021), menurunkan kepercayaan diri

(Arslan, 2023), mengurangi kualitas interaksi (Dwyer et al., 2018) , mengalami gangguan tidur (Li et al., 2020), menurunkan produktivitas (Przybylski & Weinstein, 2013) dan menurunkan prestasi belajar anak (Rachman et al., 2020). Demikian sesungguhnya perilaku *Phubbing* merupakan perilaku yang berdampak negatif pada remaja.

Penulis melakukan observasi (2 Februari 2024) ke SMK Mandiri Palembang pada saat jam istirahat. Penulis melakukan observasi terhadap siswa yang sedang duduk bersama. Penulis melihat fenomena yang terjadi bahwa mereka berkelompok sibuk dengan memainkan *smartphone* masing-masing. Walaupun mereka sedang berbicara dengan teman mereka sedang berbicara dengan teman tetapi pandangan mata mereka tetap tertujuan pada *smartphonenya*, berdasarkan penjelasan awal dari guru sekolah bahwa siswa boleh membawa *smartphonenya* karena ada beberapa pelajaran salah satunya berkaitan dengan pelajaran komputer jaringan yang memerlukan informasi dengan cara melakukan *browsing*.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan seorang guru kelas perempuan yang berinisial R (*personal communication, 2 Februari 2024*)) dijelaskan sering terlihat siswa-siswa yang berada di SMK MANDIRI Palembang tersebut sering kedatangan lebih cenderung melihat ke *smartphonenya* ketika mereka sedang berkumpul atau berbicara dengan temannya.

Selanjutnya dengan indikasi tersebut penulis melakukan pendalaman dengan melakukan wawancara langsung kepada beberapa siswa. Wawancara dilakukan untuk melihat apakah tanda-tanda perilaku *Phubbing* ada dimiliki oleh para remaja. Para remaja yang diwawancara adalah siswa dari Sekolah Menengah

Kejuruan Mandiri Palembang, yang beralamat di Jalan Pangeran ayin no.96/210, Banyuasin, Sumatra Selatan. Sekolah Menengah Kejuruan Mandiri ini terdapat 3 kejuruan yaitu jurusan Teknik Komputer Jaringan, Akutansi dan Keuangan Lembaga, Teknik dan Bisnis Sepeda Motor. Ketika penulis berada di sekolah tersebut penulis berhasil mewawancarai beberapa siswa SMK Mandiri tersebut. Perilaku para siswa dan siswi ketika mereka sedang berbicara dengan temannya pada saat berkumpul, mereka selalu memainkan *smartphone*. Pandangan mata mereka berfokus pada *smartphon*nya.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap JJ (*personal communication*) salah satu siswa SMK Mandiri pada tanggal 5 Februari 2024 pukul 10,30 wib ketika jam istirahat. Siswa JJ mengatakan bahwa ia selalu ingin terhubung dengan ponselnya. JJ juga menjelaskan bahwa ketika dia sedang berbincang bincang dengan teman-temannya, fokus mata mereka tetap pada *smartphone* yang digenggamnya.

Selanjutnya berdasarkan wawancara terhadap siswa G (*Personal communication*) teman satu kelas dengan JJ juga dengan topik sama. Wawancara dilakukan pada jam pulang sekolah tanggal 5 Februari 2024 pukul 13.30. di depan Indomaret dekat Sekolah Menengah Kejuruan Mandiri. Dalam wawancara tersebut, G mengakui menggunakan ponselnya secara aktif untuk berbagai kegiatan. Dia menyadari bahwa terkadang terlalu terpaku pada ponselnya dan mengabaikan orang-orang di sekitarnya, terutama ketika ada percakapan atau momen penting yang sedang berlangsung.

Demikian juga wawancara terhadap siswa H (*personal communication*) dari Sekolah Menengah Kejuruan Mandiri pada tanggal 6 Februari 2024 pukul 10.30 pada jam istirahat. Subjek menyebutkan bahwa ia sering membuat konten dan menghabiskan waktu di ponselnya. Ketika kumpul bersama teman-temannya, alih-alih berkomunikasi dan terlibat dalam percakapan yang nyata, mereka semua terpaku pada ponsel masing-masing. Mereka melihat ke layar ponsel, mengabaikan interaksi sosial di dunia nyata.

Berdasarkan wawancara dengan inisial siswi N (*personal communication*) yang dilakukan pada 7 Februari 2024 jam 10,30 wib. di Sekolah Menengah Kejuruan Mandiri. Subjek menceritakan bahwa ia menghabiskan waktu yang berlebihan pada ponselnya. Ia juga menyebutkan sering mengabaikan teman pada saat berkumpul karena fokus pada *smartphone*

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah seorang guru perempuan inisial R (*personal communication*), di SMK Mandiri, didapat informasi bahwa ketika dilakukan razia mendadak kepada siswa, masih banyak kedatangan siswa yang membawa charger handphone ke sekolah, dan masih banyak siswa yang mengaktifkan handphonenya pada jam saat pelajaran berlangsung. Walaupun sebenarnya mereka dilarang menggunakan *smartphone* di dalam kelas, apalagi pada saat berlangsungnya jam pelajaran.

Dengan mempertimbangkan hasil wawancara dengan beberapa siswa SMK Mandiri yang memberikan informasi tentang perubahan tingkah laku anak remaja. Dimana mereka tidak saling memperhatikan pada saat berbicara melainkan sibuk dengan *smartphone* ditangannya. Tiada hari tanpa memainkan *smartphone* dan

mereka ingin selalu terhubung dengan *smartphonenya*. Mereka merasakan nyaman saat bersama *smartphone* mereka. Saat mereka berkumpul bersama maupun saat makan, *smartphone* pun masih menjadi pusat perhatian.

Fenomena yang dialami dan ditunjukkan oleh siswa SMK Mandiri merupakan ciri-ciri dari perilaku *Phubbing*.

Fenomena ini menjadikan penulis ingin mengetahui lebih lanjut tentang apa yang dilakukan siswa yang sering memegang *smatrphonenya* dan tentang bagaimana perilaku mereka. Untuk mengeksplor perilaku ini penulis mencoba dengan memberikan mereka angket tentang apa yang mereka lakukan terhadap *smartphone* mereka dan bagaimana perilaku mereka. Pengambilan angket dilakukan terhadap 125 siswa SMK Mandiri Palembang. Untuk efektivitas pelaksanaan maka pemberian angket dan pengumpulan hasil di bantu oleh 4 orang siswa. Sebelum dilakukan pengisian terhadap angket, penulis memberikan petunjuk terlebih dahulu bagaimana cara menjawab angket tersebut.

Pemberian dan pengumpulan angket dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 21 Maret 2024 dimulai dari jam 11.00 WIB sampai dengan jam 12.00 WIB. Setelah pemberian dan pengumpulan angket, selanjutnya dilakukan verifikasi, dari hasil Angket yang diberikan kepada para remaja tersebut penulis mendapatkan kesimpulan bahwa para remaja tersebut memiliki perilaku antara lain: pertama tidak saling memperhatikan pada saat ngobrol. Hal ini terlihat dari hasil angket, sebanyak 64 % siswa tidak saling memperhatikan ketika lagi ngobrol bersama. Kedua, Sibuk dengan *Smartphone* saat berkumpul.

Dari angket yang diberikan kepada siswa ada 43 % siswa menyatakan “Saat berkumpul bersama teman/ makan kami masih memperhatikan smartphone. Menurut Al-Saggaf, (2022) beberapa faktor penyebab perilaku phubbing yaitu 1. Addiction/ Kecanduan (media sosial, internet, bermain game, dan terutama smartphone), 2. Fear of missing out (FoMO)/ Takut ketinggalan, 3. Personality Traits/ ciri-ciri kepribadian (conscientiousness, neuroticism, agreeableness, openness, narcissism, assertiveness).

Penelitian yang dilakukan Chotpitayasunondh & Douglas, (2018) menyatakan bahwa faktor penyebab perilaku Phubbing adalah 1).kecanduan internet, 2). Fear of Missing Out (FoMO), 3). kontrol diri yang rendah, 4). pengalaman komunikasi tatap muka yang buruk, dan 5). kebutuhan untuk terhubung dengan lingkungan sosial maya.

Beberapa faktor yang menjadi penyebab perilaku Phubbing tersebut dijelaskan sebagai berikut: 1. Internet Addiction (Kecanduan Internet) : semakin tinggi tingkat kecanduan internet seseorang, semakin besar kemungkinannya untuk terlibat dalam perilaku Phubbing. Kecanduan internet mendorong seseorang untuk terus terhubung dan mengecek perangkat digital mereka meskipun sedang berada dalam interaksi tatap muka. 2. Fear of Missing Out (FoMO): FoMO atau ketakutan akan ketinggalan informasi/momen penting merupakan salah satu faktor penyebab perilaku Phubbing yang signifikan. Individu dengan FoMO yang tinggi cenderung lebih sering mengecek perangkat digital mereka untuk memastikan tidak ketinggalan apapun, bahkan saat berinteraksi dengan orang lain (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018b).

Selanjutnya, 3. Self-control (Kontrol Diri) yang Rendah: rendahnya kontrol diri seseorang berhubungan dengan perilaku Phubbing. Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung sulit untuk menahan diri dari godaan untuk mengecek perangkat digital mereka saat berinteraksi tatap muka. 4. Pengalaman Komunikasi Tatap Muka yang Buruk: Beberapa individu melakukan perilaku Phubbing sebagai pelarian dari situasi komunikasi tatap muka yang tidak nyaman atau buruk. Mereka lebih memilih untuk terlibat dengan perangkat digital daripada berinteraksi langsung dengan orang lain. 5. Kebutuhan untuk Terhubung dengan Lingkungan Sosial Maya: individu yang memiliki kebutuhan yang kuat untuk terus terhubung dengan lingkungan sosial maya (seperti media sosial) cenderung lebih sering melakukan Phubbing agar tetap terhubung dengan lingkungan tersebut (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Pandangan ini didukung oleh Przybylski & Weinstein, (2013) bahwa individu dengan tingkat FoMO yang tinggi cenderung lebih sering terlibat dalam perilaku *Phubbing*, untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosial mereka secara *online*. *FoMO* merupakan ketakutan seseorang akan kehilangan kesempatan sosial sehingga mendorong orang tersebut untuk selalu terhubung secara terus menerus dengan orang lain dan mengikuti berita terbaru tentang segala sesuatu yang dilakukan orang lain (Przybylski et al., 2013).

Menurut McGinnis, (2023) FoMO adalah takut ketinggalan kegiatan apapun yang berlangsung disekitar kita, terutama jika kegiatan itu berpotensi menjadi lebih besar, lebih keren, lebih menggugah dari pada yang sedang kita kerjakan. FoMO memiliki ciri-ciri yaitu: Rasa cemas yang tidak diinginkan yang timbul

karena persepsi terhadap pengalaman orang lain yang lebih memuaskan daripada diri sendiri, biasanya lewat terpaan media sosial. Tekanan sosial yang datang dari perasaan akan tertinggal suatu peristiwa, atau tersisi dari pengalaman kolektif yang positif atau berkesan.

Pendapat yang serupa FoMO adalah kondisi psikologis yang menggambarkan rasa cemas atau takut akan kehilangan pengalaman menyenangkan yang mungkin dialami orang lain atau hilangnya peluang untuk berinteraksi sosial (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). FoMO adalah keadaan emosional negatif yang dihasilkan dari kebutuhan keterkaitan sosial yang tidak terpenuhi (Dewi & Rahman, 2023).

Fear of Missing Out (FoMO) menurut (Kaloeti et al., 2021) dijelaskan memiliki empat indikasi yaitu 1). Perbandingan dengan teman: perasaan negatif karena melakukan perbandingan dengan teman maupun orang lain, 2). Ditinggalkan: perasaan negatif karena tidak dilibatkan dalam suatu kegiatan atau perbincangan, 3). Pengalaman yang terlewatkan: perasaan negatif yang muncul karena tidak dapat terlibat dalam suatu aktivitas, dan 4). Keharusan: perilaku mengecek secara berulang aktivitas yang dilakukan oleh orang lain yang bertujuan untuk menghindari perasaan tertinggal berita terkini.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan seorang guru perempuan berinisial R (*personal communication*) didapat informasi bahwa ketika dilakukan razia mendadak kepada siswa, masih banyak kedatangan siswa yang membawa *charger handphone* ke sekolah, dan masih banyak siswa yang mengaktifkan handphonenya pada saat jam pelajaran berlangsung, walaupun

sebenarnya mereka dilarang menggunakan *smartphone* di dalam kelas, apalagi pada saat berlangsungnya jam pelajaran, pernyataan guru tersebut didukung dengan hasil observasi penulis ketika sedang di berada di SMK MANDIRI bahwa banyak siswa yang terlihat sibuk dengan *smartphonenya* masing-masing, antara lain ada yang sedang selfie, ada yang sedang membuat video, dan sekilas terlihat oleh penulis mereka sedang mengupload foto selfie dan video yang mereka buat ke akun sosial media mereka supaya mereka terlihat selalu update di akun sosial media mereka.

Penulis melakukan wawancara dengan siswa berinisial CD (*personal communication* 5 februari 2024) menjelaskan ketika teman lebih dulu mengetahui informasi tentang tempat belanja murah terbaru, yahh kok dak ngajak-ngajak pergi kesana? Sudah duluan tahu ya. Berkaitan dengan *comparison with friends*. Wawancara selanjutnya siswa berinisial D (*personal communication*) melalui postingan teman D bertanya kenapa dia tidak dilibatkan di kegiatan OSIS, sedangkan teman yang lain sudah tahu dan ikut kegiatan tersebut, berkaitan dengan *being left out*.

Selanjutnya berdasarkan wawancara siswa berinisial R (*personal communication*) dari postingan ada pemberitahuan akan diadakan kegiatan amal untuk memberi bantuan ke panti, R ada perasaan tidak dapat terlibat karena merasa tidak mampu menyumbang. Wawancara terakhir siswi berinisial K (*personal communication*) pada tanggal 5 februari 2024 pukul 09:30 WIB yang menyatakan bahwa dia harus selalu mengecek status media sosialnya setiap 1 jam sekali (*Whatsapp, Instagram, Facebook, dan TIKTOK*) dikarenakan dia

tidak ingin ketinggalan informasi dari follower atau kontak *smartphone* dia. Selanjutnya hasil wawancara dengan siswa berinisial S(*personal communication*) didapati siswa tersebut sering mengecek grup sekolah untuk mengetahui apakah ada informasi terbaru yang di share oleh anggota grup sekolah.

Berdasarkan hasil sebaran angket FoMO diketahui merasa nyaman ketika terkoneksi *online*. Dari angket yang diberikan kepada siswa ada 53 % siswa yang menyatakan nyaman ketika terhubung *online*. Ke empat merasa gelisah ketika tidak dapat mengakses *online*. Dari angket yang diberikan kepada siswa ada 69 % siswa menyatakan hal ini. Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Balta et al., (2020) menyelidiki efek tidak langsung dari sifat takut ketinggalan (FoMO) dan neurotisme pada perilaku *Phubbing* di kalangan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sifat takut ketinggalan memiliki efek yang signifikan pada perilaku *Phubbing*. Temuan ini menyoroti pentingnya memahami interaksi antara rasa takut ketinggalan, penggunaan Instagram, dan perilaku *Phubbing* dalam konteks penggunaan *smartphone* di kalangan remaja.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mengeksplor lebih lanjut perilaku *Phubbing* dan FoMO pada siswa SMK Mandiri Palembang. Peneliti saat ini lebih tertarik untuk mengeksplor hubungan antar *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap perilaku *Phubbing*.

B. RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada siswa SMK Mandiri Palembang?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antar *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap perilaku *Phubbing* pada anak remaja.

D. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan juga praktis. Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi di psikologi sosial dan psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak sekolah khususnya memberikan pemikiran tentang FoMO dan perilaku *Phubbing*.

b. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk menambah wawasan dan memberikan gambaran tentang FoMO dengan perilaku *Phubbing* di kalangan remaja.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian juga dapat menjadi bahan bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplor FoMO dan perilaku *Phubbing* pada responden yang lebih luas lagi dan lebih baik lagi.

A. Keaslian Penelitian

Penelitian Tandon et al., (2022b) menjelaskan bahwa Penetrasi *smartphone* dan penggunaan media sosial di tempat kerja modern telah menarik perhatian para akademisi untuk mempelajari pengaruhnya pada karyawan. Penelitian ini mengungkap konsekuensi dari 'sisi gelap' penggunaan media sosial di tempat kerja, dengan memeriksa hubungan antara FoMO dan *Phubbing* dengan hasil psikologis (kelelahan kerja dan kreativitas) dan hasil relasional (ketidakberadaban di tempat kerja) karyawan. Melalui analisis data dari 243 profesional kerja di Amerika Serikat, penelitian ini menemukan bahwa FoMO berhubungan positif dengan *Phubbing*.

Selanjutnya penelitian yang menyelidiki dampak rasa takut ketinggalan (FoMO) terhadap perilaku *Phubbing* di kalangan milenial. Pengambilan sampel data dari 400 peserta di Multan, Pakistan. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara, FoMO, dan perilaku *Phubbing*. Penelitian ini menyoroti perlunya mengatasi perilaku *Phubbing* dan dampaknya terhadap interaksi sosial di kalangan milenial di Pakistan (Yaseen et al., 2021).

Younas et al., (2022) juga meneliti mengenai *Fear of Missing Out* (FOMO), *Phubbing*, dan Kecanduan Media Sosial pada dewasa muda mengeksplorasi hubungan antara faktor-faktor ini dan dampaknya terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan. Studi ini menemukan bahwa kecanduan media sosial sebagian memediasi hubungan antara FoMO dan perilaku *Phubbing*.

Penggunaan *smartphone* dan media sosial yang berlebihan dikaitkan dengan peningkatan tingkat depresi, terutama pada pria. Strategi untuk mengatasi kecanduan media sosial dan mendorong kebiasaan digital yang sehat sangat penting untuk mengurangi konsekuensi negatif dari penggunaan teknologi yang berlebihan. Memahami dinamika FOMO, kecanduan media sosial, dan *Phubbing* sangat penting untuk mendukung kesejahteraan dewasa muda di era digital.

Hal yang sama dilakukan oleh Balta et al., (2020) menyelidiki efek tidak langsung dari sifat takut ketinggalan (FoMO) dan neurotisme pada perilaku *Phubbing* di kalangan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sifat takut ketinggalan memiliki efek yang signifikan pada perilaku *Phubbing*. Temuan ini menyoroti pentingnya memahami interaksi antara rasa takut ketinggalan, penggunaan Instagram, dan *Phubbing* dalam konteks penggunaan *smartphone* di kalangan remaja.

Gao, Shen, et al., (2023) mensurvei 486 mahasiswa Cina (278 pria dan 208 wanita, usia rata-rata = 19,95 tahun, Data dianalisis oleh SPSS24.0 dan makro Proses dan mengembangkan model mediasi dan moderasi yang menggabungkan *Phubbing* dan pengucilan sosial. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa FoMO memengaruhi secara signifikan terhadap perilaku *Phubbing*.

Kesimpulan Temuan ini tidak hanya berharga untuk memahami mekanisme mendasar yang menghubungkan FoMO terkait *Mobile Social Media* dan gejala depresi, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan program intervensi psikologis (misalnya, intervensi berdasarkan pengucilan sosial atau *Phubbing*) yang bertujuan mengurangi gejala depresi mahasiswa.

Selanjutnya penelitian dari periset Indonesia yaitu Wahyuni et al., (2023) mengeksplor pengaruh *Fear of Missing Out* (FOMO) terhadap perilaku *Phubbing* dengan adiksi *smartphone* sebagai variabel mediator. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif melalui metode survey. Populasi penelitian adalah mahasiswa di Sumatera Barat. Sampel diperoleh melalui teknik cluster sampling dengan jumlah sampel 304 orang. Hasil penelitian ini adalah FOMO dapat memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap adiksi *smartphone* ($B = 0,462$) dan adiksi *smartphone* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Phubbing* ($B = 0,463$). FOMO memiliki pengaruh langsung ($B = 0,172$) dan pengaruh tidak langsung ($B = 0,214$) terhadap *Phubbing* yang dimediasi oleh adiksi *smartphone* secara parsial.

Hura et al., (2021) mengeksplor pengaruh antara *Fear of Missing Out* terhadap perilaku *Phubbing* pada remaja. Rancangan penelitian ini adalah kuantitatif berjenis kausal komparatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 100 responden.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif signifikan *Fear of Missing Out* terhadap perilaku *Phubbing* pada remaja. *Fear of Missing Out* memiliki pengaruh sebesar 5,6% terhadap *Phubbing*. Remaja lebih banyak memiliki *Fear of Missing Out* tinggi (56%) dan melakukan *Phubbing* (51%). Riset ini juga bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dan pengendalian diri dalam perilaku *Phubbing* pada generasi milenial.

Penelitian ini menggunakan survei kuantitatif dengan teknik accidental sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 400 generasi milenial di Indonesia. Hasil pengumpulan data dianalisis menggunakan analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan perilaku *Phubbing* (Hikmah et al., 2023).

Menurut Frans & Nugrahawati, (2022) mengeksplor pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *Phubbing* pada Generasi Z pengguna TikTok di Kota Bandung. Sampel penelitian berjumlah 384 orang, pengambilan sampel dengan teknik non probability sampling dengan convenience sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif signifikan *fear of missing out* terhadap perilaku *Phubbing* Gen Z pengguna TikTok di Kota Bandung sebesar 0,619 atau 69.1% dan sisanya 30.9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Sanjaya, (2022) mengeksplorasi pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap perilaku *Phubbing* pada generasi-z yang berdomisili di wilayah DKI Jakarta. Pengujian ini dilakukan dengan metode analisis regresi linear berganda. Penelitian ini dilakukan kepada 225 responden yang berdomisili DKI Jakarta dan merupakan pengguna aktif media sosial. Data penelitian ini ialah data primer, karena sampel dalam penelitian ini dipilih dengan metode purposive sampling dengan melakukan penyebaran kuesioner secara *online*. Hasil pengujian pada penelitian ini menunjukkan *Fear of Missing Out* berpengaruh positif terhadap perilaku *Phubbing*.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya antara lain: subjek penelitian adalah siswa SMK, rentang usia 16-18 tahun, lokasi penelitian di pinggiran kota dan variabel penelitian adalah *fear of missing out* dan perilaku *phubbing*.