

Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dengan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Kota Padang

Purnamasari¹, Zulian Fikry²

^{1,2} Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

e-mail: prnmsr03@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kebutuhan afiliasi dengan *fear of missing out* pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek pada penelitian ini berjumlah 242 mahasiswa yang aktif menggunakan instagram yang diambil dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kebutuhan afiliasi dengan *fear of missing out* pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang, atau dengan kata lain H_0 diterima. Arah korelasi kedua variabel pada penelitian ini adalah positif. Hasil uji regresi menemukan bahwa terdapat pengaruh kebutuhan afiliasi terhadap *fear of missing out* sebesar 10,1% dan 89,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: *Kebutuhan Afiliasi, Fear of Missing Out, Instagram*

Abstract

This study aims to determine how the relationship between the need for affiliation with the fear of missing out on students using Instagram in the city of Padang. This study uses quantitative methods. The subjects in this study amounted to 242 students who actively use Instagram which were taken using incidental sampling technique. Analysis of research data using simple regression analysis techniques. The results of this study are that there is a relationship between the need for affiliation and fear of missing out on Instagram users in Padang City, or in other words H_0 is accepted. The direction of the correlation of the two variables in this study is positive. The results of the regression test found that there was an influence of affiliation needs on the fear of missing out by 10.1% and 89.9% influenced by other factors.

Keywords : *Affiliate Needs, Fear of Missing Out, Instagram*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi saat ini memberikan kemudahan bagi masyarakat dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Salah satu bentuk perkembangan teknologi tersebut adalah dengan adanya media sosial yang menjadi sarana komunikasi yang memungkinkan penggunaannya untuk berinteraksi tanpa terhalang jarak, ruang dan waktu. Media sosial sendiri merupakan sebuah media yang berbasis internet dengan kecanggihan teknologi dimana penggunaannya dapat berbagi dan membuat konten kapanpun dan dimanapun dengan mudah.

Berdasarkan data dari Hootsuite (We are social) Indonesian Digital Report (2021) pengguna media sosial aktif di Indonesia sebesar 61,8% dari jumlah populasi (Riyanto, 2021). Salah satu media sosial yang cukup diminati di Indonesia adalah Instagram, yang memungkinkan penggunaannya untuk mengunggah berbagai postingan dalam bentuk foto, video, instastory, dan instagram live yang dapat disertai dengan caption atau tulisan yang dapat menarik perhatian orang lain (Kertamukti, Nugroho, & Wahyono, 2019). Pengguna

instagram juga dapat mengekspresikan perasaannya, hal-hal yang disukai, dan ide-idenya kepada orang lain yang dapat membentuk identitas dirinya di instagram. Instagram memudahkan penggunaannya untuk tetap terhubung dengan pengguna yang lain walaupun berada ditempat yang berbeda dan berjauhan.

Berdasarkan hasil survey pengguna instagram di Indonesia didominasi oleh usia 18-24 tahun atau kalangan mahasiswa (Rizaty, 2021). Motif mahasiswa menggunakan instagram berbeda-beda, seperti mengisi waktu luang, berkirim kabar melalui direct message, mencari kesenangan/hiburan, dan mencari informasi (Syahreza & Tanjung, 2018). Menurut survey yang dilakukan peneliti pada mahasiswa di Kota Padang, ditemukan beberapa aktivitas yang sering mereka lakukan di instagram seperti scrolling 69,2%, mengecek informasi atau pesan terbaru 61,5%, mengecek status teman 57,7%, menonton reels 38,5% dan mengunggah foto atau video 34,6%. Dari survey tersebut, juga ditemukan mahasiswa yang merasa gelisah, bosan, dan merasa ketinggalan informasi ketika mereka tidak dapat mengakses instagram.

Perasaan takut akan ketinggalan moment yang dilakukan orang lain atau informasi yang menarik ini dikenal dengan istilah fear of missing out (FoMO). Fear of missing out about social media adalah ketakutan ketika individu tidak mengetahui pengalaman atau kegiatan orang lain yang menarik, yang ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan orang lain di media sosial (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013). Fear of missing out berkaitan erat dengan intensitas penggunaan media sosial, seseorang dengan tingkat keterlibatan media sosial yang tinggi memiliki kecenderungan mengalami FoMO yang tinggi pula (Przybylski dkk, 2013). Didukung dengan hasil penelitian Setiadi dan Agus (2020) dimana mahasiswa dengan frekuensi penggunaan jejaring sosial yang tinggi lebih mudah mengalami FoMO.

FoMO yang dialami seseorang berkaitan dengan gangguan penggunaan media sosial, salah satunya instagram, dan memberikan dampak negatif terhadap kehidupan sehari-hari penggunaannya (Rozgonjuk, Sinderman, Elhai, & Montag, 2020). Mahasiswa yang mengalami FoMO melaporkan peningkatan afek negatif, gejala fisik seperti kelelahan, kurang fokus, stres meningkat dan gangguan tidur (Milyavskaya, Saffran, Hope, & Koestner, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi FoMO adalah tidak terpenuhinya kebutuhan akan relatedness atau keterkaitan dengan seseorang (Przybylski dkk, 2013). Salah satu kebutuhan utama manusia adalah kebutuhan untuk memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain atau yang disebut dengan kebutuhan afiliasi (Rinjani & Firmanto, 2013). Tingginya kebutuhan afiliasi seseorang sejalan dengan tingginya kebutuhan seseorang akan keterhubungan dengan orang lain, salah satunya dapat dilihat dari cenderung memulai komunikasi lebih dulu dengan orang lain (Koestner & McClelland, 1992).

Media sosial menyediakan fitur yang memudahkan individu untuk membentuk hubungan baru atau menjaga hubungannya dengan orang lain, sehingga individu dengan tingkat kebutuhan afiliasi yang tinggi akan cenderung menghabiskan waktunya dalam menggunakan media sosial (Minanti, 2017). Penelitian sebelumnya tentang kebutuhan afiliasi dengan intensitas penggunaan media sosial ditemukan bahwasanya orang yang memiliki kebutuhan afiliasi yang tinggi, memiliki intensitas yang tinggi dalam menggunakan media sosial (Rinjani & Firmanto, 2013).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti, ditemukan 51,8% mahasiswa melaporkan bahwa mereka membutuhkan umpan balik seperti like dan komen ketika memposting sesuatu di instagram. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara pada tiga orang mahasiswa, menemukan bahwa mereka menggunakan fitur-fitur yang disediakan instagram untuk mencari teman, seperti dengan saling follow, dan menjaga hubungan pertemanan. Mereka menggunakan fitur direct message untuk saling berkirim pesan seperti menanyakan kabar atau keberadaan. Beberapa diantara mereka juga menggunakan fitur live ketika mereka sedang melakukan kegiatan atau ketika waktu senggang, di mana penonton live tersebut dapat memberikan komentar ataupun melakukan live bareng. Mereka juga menggunakan instagram untuk memposting foto atau video mereka, baik dalam bentuk

status atau feed. Mereka mengakui sering memantau jumlah like, viewers, atau komentar pada postingan mereka dan ketika postingan mereka mendapat banyak like dan komentar, mereka merasa senang. Tidak hanya itu, beberapa dari mereka kadang juga sering membandingkan diri mereka dengan apa yang mereka lihat pada postingan orang lain di instagram.

Kebutuhan afiliasi berkaitan dengan penggunaan media sosial. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa semakin tinggi kebutuhan afiliasi remaja maka semakin tinggi pula intensitas remaja dalam mengakses facebook (Rinjani & Firmanto, 2013). Penelitian sebelumnya juga menemukan hubungan positif antara kebutuhan afiliasi dengan intensitas penggunaan twitter pada remaja akhir (S & Marhaeni, 2015). Media sosial Line juga memiliki pengaruh terhadap pemenuhan kebutuhan afiliasi pada mahasiswa (Luthfi, 2012). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lanasari, Rini, & Pratitis (2020) menemukan bahwa tingginya kebutuhan afiliasi pada generasi z dengan kepribadian ekstrovert maka semakin tinggi pula kecenderungan fear of missing outnya.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik melalukan penelitian mengenai hubungan antara kebutuhan afiliasi dengan fear of missing out pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif yang analisisnya menekankan pada data numerikal yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2013). Variabel bebas pada penelitian ini adalah kebutuhan afiliasi, sedangkan variabel terikatnya adalah *fear of missing out*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik insidental sampling, yaitu pengambilan sampel berdasarkan pada siapa saja yang ditemui peneliti yang sesuai dengan penelitian (Sugiyono, 2013).

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan Kuesioner (Angket). Peneliti menggunakan kuesioner yang berbasis web, melalui google form yang nantinya akan dibagikan pada subjek penelitian. Peneliti menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017).

Pada penelitian ini terdapat dua skala yang digunakan dalam pengukuran variabel, yaitu: skala *fear of missing out* yang diadaptasi dari Utami, Kurniawan, dan Magistarina (2021) yang telah digunakan oleh Hikmah (2021) dan skala *Interpersonal Orientation Scale* dari Craig A Hill (1987) yang telah dimodifikasi oleh Safira (2019).

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi. yang digunakan untuk melakukan prediksi dan memahami bagaimana variabel bebas mempengaruhi variabel terikat, serta mengetahui bentuk hubungan kedua variabel tersebut (Sugiyono, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 242 orang mahasiswa yang kuliah di salah satu kampus di Kota Padang. Berdasarkan data identitas yang terkumpul melalui pengisian kuesioner oleh subjek penelitian dapat diketahui bahwa jumlah responden terbanyak dalam penelitian ini pada kelompok usia 22 tahun sebanyak 39,67% dan kelompok usia paling sedikit pada kelompok usia 18 tahun dan 25 tahun sebanyak 0,41% dan didominasi dengan perempuan sebanyak 75,21%. Kemudian responden pada penelitian ini terbanyak berasal dari Universitas Negeri Padang sebanyak 53,32% dengan didominasi dari mahasiswa angkatan tahun 2017 sebanyak 119%.

Deskripsi data penelitian ini terdiri dari skor hipotetik dan skor empirik yang digunakan untuk mengkategorisasi data penelitian berdasarkan hasil skala FoMO dan skala kebutuhan afiliasi. Skor hipotetik dan skor empirik akan dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian FoMO dan Kebutuhan Afiliasi

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empiris			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
FoMO	17	68	42,5	8,5	17	65	38,23	9,47
Kebutuhan Afiliasi	18	72	45	9	24	72	52,15	7,72

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa variabel FoMO memiliki nilai mean empiris (38,23) yang lebih kecil dari mean hipotetik (42,5) artinya subjek pada penelitian ini memiliki FoMO yang lebih rendah dari prediksi alat ukur. Sedangkan variabel kebutuhan afiliasi memiliki nilai mean empiris (52,15) yang lebih besar dari mean hipotetik (45) artinya subjek pada penelitian ini memiliki kebutuhan afiliasi yang lebih tinggi dari prediksi alat ukur.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Fear of Missing out

No	Rumus	Skor	Kategorisasi	Subjek	
				F	Persentase
1	$(\mu+1,5\sigma)\leq X$	$55,25\leq X$	Sangat Tinggi	4	1,7%
2	$(\mu+0,5\sigma)\leq X < (\mu+1,5\sigma)$	$46,75\leq X < 55,25$	Tinggi	40	16,5%
3	$(\mu-0,5\sigma)\leq X < (\mu+0,5\sigma)$	$38,25\leq X < 46,75$	Sedang	77	31,8%
4	$(\mu-1,5\sigma)\leq X < (\mu-0,5\sigma)$	$29,75\leq X < 38,25$	Rendah	78	32,2%
5	$X < (\mu-1,5\sigma)$	$X < 29,75$	Sangat Rendah	43	17,8%
Total				242	100%

Berdasarkan kategorisasi skala *Fear of Missing Out* sebanyak 32,2% responden (78 orang) berada pada kategori rendah dan pada kategori sangat tinggi terdapat 1,7% (4 orang) responden. Kemudian pada kategori sedang terdapat 31,8% (77 orang), pada kategori sangat rendah 17,8% (43 orang).

Tabel 3. Kategorisasi Skor Kebutuhan Afiliasi

Rumus	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F	Persentase
$(\mu+1,5\sigma)\leq X$	$58,5\leq X$	Sangat Tinggi	40	16,5%
$(\mu+0,5\sigma)\leq X < (\mu+1,5\sigma)$	$49,5\leq X < 58,5$	Tinggi	121	50,0%
$(\mu-0,5\sigma)\leq X < (\mu+0,5\sigma)$	$40,5\leq X < 49,5$	Sedang	64	26,4%
$(\mu-1,5\sigma)\leq X < (\mu-0,5\sigma)$	$31,5\leq X < 40,5$	Rendah	14	5,8%
$X < (\mu-1,5\sigma)$	$X < 31,5$	Sangat Rendah	3	1,2%
Total			242	100%

Berdasarkan tabel di atas, subjek yang memiliki kebutuhan afiliasi sangat tinggi berjumlah 40 orang (16,5%), subjek yang memiliki kebutuhan afiliasi tinggi berjumlah 121 orang (50,0%), subjek yang memiliki kebutuhan afiliasi sedang berjumlah 64 orang (26,4%), subjek yang memiliki kebutuhan afiliasi rendah berjumlah 14 orang (5,8%) dan subjek yang memiliki kebutuhan afiliasi sangat rendah berjumlah 3 orang (1,2%).

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian tentang hubungan antara kebutuhan afiliasi dengan fear of missing out pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang, diperoleh beberapa kesimpulan berikut ini:

1. Kebutuhan afiliasi pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang berada pada kategori tinggi dengan persentase 50,0%.
2. Fear of missing out pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang berada pada kategori rendah dengan persentase 32,2%.
3. Terdapat hubungan yang positif signifikan antara kebutuhan afiliasi dengan fear of missing out pada mahasiswa pengguna instagram di Kota Padang.

Saran bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melanjutkan penelitian kebutuhan afiliasi dan fear of missing out ditinjau dari perbedaan jenis kelamin subjek penelitian dan pada media sosial lainnya seperti TikTok, WhatsApps, Twitter. Selain itu, Peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan penelitian mengenai kaitan fear of missing out dengan variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, d. (2021, March 29). *Mengenal FoMO dan Dampak Negatifnya*. Dipetik February 18, 2022, dari Alodokter: <https://www.alodokter.com/mengenal-fomo-dan-dampak-negatifnya>
- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan akan kehilangan momen (FoMO) pada remaja kota Samarinda. *Psikostudia J. Psikol* , 28.
- Azmi, N. (2019). Hubungan antara Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*) .
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin* , 497-529.
- Hikmah, N., & Duryati, D. (2021). Hubungan antara Fear of Missing Out dengan Psychological Well Being pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai* , 10414-10422.
- Hill, C. A. (1987). Affiliation Motivation: People Who Need People . . . But in Different Ways. *Journal of Personality and Social Psychology* , 1008-1018.
- Hura, M. S., Sitasari, N. W., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Fear of Missing Out terhadap Perilaku Phubbing pada Remaja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi* .
- Kertamukti, R., Nugroho, H., & Wahyono, S. B. (2019). Kontruksi Identitas Melalui Stories Highlight Instagram Kalangan Kelas Menengah. *Jurnal AspiKom* , 26-44.
- Koestner, R., & McClelland, D. C. (1992). *The affiliation motive*. In C. P. Smith, J. W. Atkinson, D. C. McClelland, & J. Veroff (Eds), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis*. Cambridge University Press.
- Lanasari, D., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2020). Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dan Tipe Kepribadian Ekstrovert dengan Kecenderungan Fear of Missing Out (FOMO) pada Generasi Z. (*Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*) .
- Luthfi, M. (2012). Pengaruh Media Sosial Line terhadap Kebutuhan Afiliasi (Studi Korelasional tentang Pengaruh Media Sosial Line terhadap Kebutuhan Afiliasi di Kalangan Mahasiswa Komunikasi FISIP USU Angkatan 2010-2012). (*Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara*) .
- McClelland, D. (1985). How motives, skills, and values determine what people do. *American psychologist* , 812.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and individual differences* , 213-218.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and Emotion* , 725-737.
- Minanti, R. D. (2017). Hubungan Kebutuhan Afiliasi dengan Pengungkapan Diri pada Pengguna Media Sosial. (*Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang*) .
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior* , 1841-1848.
- Rinjani, H., & Firmanto, A. (2013). Kebutuhan Afiliasi dengan Intensitas mengakses Facebook pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* , 76-85.

- Riordan, B. C., Flett, J. A., Hunter, J. A., Scarf, D., & Conner, T. S. (2015). Fear of missing out (FoMO): the relationship between FoMO, alcohol use, and alcohol-related consequences in collage students. *Annals of Neuroscience and Psychology* , 1-7.
- Riyanto, A. D. (2021). *Hootsuite (We Are Social): Indonesian Digital Report 2021*. Dipetik Desember 02, 2021, dari Andi.Link.
- Rizaty, M. A. (2021, Agustus 3). *Inilah negara pengguna instagram terbanyak, Indonesia urutan berapa?* Dipetik Juli 8, 2021, dari databoks: <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>
- Rozgonjuk, D., Sinderman, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2020). Fear of Missing Out (FoMO) and social media's impact on daily-life and productivity at work: Do WhatsApp, Facebook, Instagram, and Snapchat Use Disorders mediate that association? *Addictive Behaviors* .
- S, I. P., & Marhaeni, A. (2015). Hubungan Kebutuhan Afiliasi dengan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Twitter pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Udayana* , 48-58.
- Safira, S. D. (2019). Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dan Kepribadian Ekstraversi dengan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial pada Remaja. (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*) .
- Setiadi, F., & Agus, D. (2020). Hubungan antara durasi penggunaan jejaring sosial dan tingkat fear of missing out di kalangan mahasiswa kedokteran di jakarta. *Damianus Journal of Medicine* , 62-69.
- Sette, C. P., Lima, N. R., Queluz, F. N., Ferrari, B. L., & Hauck, N. (2019). The Online Fear of Missin Out Inventory (ON-FoMO): and Validation of a New Tool. *Journal of Technology in Behavioral Science* , 20-29.
- Shodiq, F., Kosasih, E., & Maslihah, S. (2020). Need to belong dan fear of missing out mahasiswa pengguna media sosial instagram. *Jurnal Psikologi Insight* , 53-62.
- Song, X., Zhang, X., Zhao, Y. (., & Song, S. (2017). Fearing of Missing Out (FoMO) in Mobile Social Media Environment: Conceptual Development and Measurement Scale. *iConference 2017 Proceedings* .
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Syahreza, M. F., & & Tanjung, I. S. (2018). Motif dan Pola Penggunaan Media Sosial Instagram di Kalangan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi UNIMED. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* , 61-84.
- Utami, R. H., Kurniawan, R., & Magistarina, E. (2021). Internet-related Behavior and Mind Wandering. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)* , 48-56.
- Utz, S., Tanis, M., & Vermeulen, I. (2012). It is all about being popula: The effects of Need for Popularity on Social Network Site Use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* .
- Zahra, N. (2019). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa. (*Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara*) .