

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses pembentukan kepribadian manusia. Pendidikan pada umumnya bertujuan untuk membentuk manusia yang bermoral dan berilmu. Berbicara masalah pendidikan, menyangkut pula masalah tentang lingkungan pendidikan, yang dikenal dengan tripusat pendidikan, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan masyarakat, dari ketiga lingkungan tersebut yang paling berpengaruh dalam pemberian informasi dan pelayanan pembelajaran adalah lingkungan sekolah (Sugianto dalam Ernawati, 2020).

Pendidikan berperan penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia dan mengembangkan potensi peserta didik untuk menyelesaikan permasalahan di masa mendatang dalam rangka mendukung pembangunan bangsa Indonesia. Kemajuan suatu negara ditentukan oleh sumber daya yang dimiliki, terutama sumber daya manusia. Hal tersebut tidak lepas dari peran pendidikan. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 membahas tentang pendidikan nasional yang salah satunya bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Demi mencapai tujuan tersebut, anak perlu menerima pendidikan, baik pendidikan informal, formal, maupun nonformal (Indra dalam Palupy, 2020).

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 13 menjelaskan pendidikan dapat ditempuh melalui 3 jalur, yaitu jalur informal,

formal, dan nonformal. Pendidikan informal diselenggarakan secara mandiri di lingkungan keluarga. Adapun pendidikan formal merupakan pendidikan terstruktur dan berjenjang yang diselenggarakan oleh pemerintah maupun masyarakat terdiri atas sekolah pendidikan dasar, sekolah pendidikan menengah, dan sekolah pendidikan tinggi (Anita dalam Marzuki, 2021).

Sekolah adalah tempat peserta didik belajar secara mandiri, formal, serta lembaga atau tempat yang didesain untuk melaksanakan proses pembelajaran peserta didik yang dibimbing oleh guru. Sekolah terdiri dari beberapa jenjang, yaitu Sekolah Dasar (SD) atau Madrasah Ibtidaiyah (MI) sederajat, Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs) sederajat, Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Madrasah Aliyah (MA) sederajat, dan Perguruan Tinggi (Najmudin dkk dalam Ihsan dan Isnaeni, 2020).

Siswa SMA saat ini merupakan remaja milenial yang artinya siswa mengenal dan dekat dengan media sosial sebagai media pencari informasi, dengan media sosial mereka terhubung dari berbagai penjuru dunia, bahkan mengetahui keseharian teman-teman, perusahaan atau figur idola, selain itu media sosial juga sebagai sarana berekspresi dengan beragam pilihan sehingga kebutuhan berekspresi dapat terpenuhi, namun dibalik semua fungsi sosial tersebut, ada beberapa efek penggunaan media sosial yang mungkin dirasakan apabila menggunakannya secara berlebihan, penggunaan media sosial yang tinggi mengidentifikasikan adanya keingintahuan pengguna terhadap keterbaruan yang ada di media sosial tersebut *up to date* (Abel dalam Sintiawan, 2021).

Keinginan untuk terhubung secara sosial, mengetahui hal-hal yang orang lain lakukan, dan berada atau termasuk dalam momen atau pengalaman berharga merupakan kebutuhan dasar manusia. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa individu sering dipengaruhi oleh keputusan orang lain dan cenderung mengikuti kepercayaan umum dan gaya hidup kelompok arus utama. Emosi muncul dari rasa takut dipisahkan dari keinginan untuk berintegrasi ke dalam masyarakat arus utama. Hal ini dapat dijelaskan dengan konsep ketakutan yang terlewatkan *fear of missing out* (FoMO), yang menggambarkan keadaan psikologis di mana orang khawatir kehilangan kontak dengan beberapa peristiwa sosial, pengalaman, dan interaksi dengan lingkungan mereka (Fuster dalam Zafirah, 2022).

Hasil survei yang dilakukan oleh Cherenson (dalam Nisa, 2020) terhadap 333 pelajar dan mahasiswa, menunjukkan bahwa responden dapat menyumbangkan 11 jam sehari untuk daring pada media sosial, guna tetap terhubung dengan aktivitas yang dilakukan orang lain. Mereka akan merasa tersingkir dari teman-teman ketika tidak menggunakan media sosial. Keingintahuan yang tinggi jika tidak disertai kontrol, lama kelamaan dalam penggunaannya akan menimbulkan sebuah permasalahan yang disebut *fear of missing out (FoMO)* yaitu perasaan takut ketinggalan aktivitas atau momen yang sedang terjadi sehingga muncul keinginan untuk selalu terhubung dengan orang lain (Cherenson dalam Nisa, 2020).

Przyblylski, dkk (dalam Aulia dkk, 2024) *Fear of Missing Out* adalah ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk

tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. Menurut Cleo (dalam Akbar dkk, 2021) *Fear of missing out* (FoMO) yaitu adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui dunia maya. Menurut Huppert (dalam Savitri, 2022) *Fear of missing out* (FoMO) didefinisikan sebagai 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

Menurut Chaudhry (dalam Zafirah, 2022) tingginya tingkat level dari *fear of missing out* (FoMO) dapat menyebabkan berbagai macam dampak negatif seperti berkurangnya hubungan *non-virtual*, berkurangnya atensi saat berkomunikasi rendahnya tingkat kesejahteraan hidup, turunnya kepercayaan diri dan membandingkan diri sendiri dengan orang lain, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat level *fear of missing out* salah satunya adalah kepercayaan diri, beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya juga menunjukkan adanya hubungan antara kepercayaan diri dan *fear of missing out*.

Menurut Lauster (dalam Ghufon & Risnawita, 2017) mendefenisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis cukup toleran, dan bertanggung jawab. Menurut McShane & Glinow (dalam Sufirmansyah, 2021) kepercayaan diri merujuk kepada keyakinan

atau kepercayaan seseorang bahwa dia memiliki kemampuan, motivasi, dan sumber daya-sumber daya untuk menyelesaikan suatu tugas dengan berhasil

Weiten (dalam Retnaningrum 2019) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri pada individu pada dasarnya merupakan kebutuhan vital yang perlu untuk dipertahankan dan atau ditingkatkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga salah satu bentuk usaha individu dalam mengatasinya yaitu aktif memantau aktivitas online yang merupakan bentuk perilaku dari *fear of missing out* (FoMO).

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 17 Juni 2025 dengan guru bimbingan konseling (BK) di SMA Negeri 9 Kota Padang mengatakan banyak siswa yang *update* status di sosial media setiap hari seperti instagram dan *whatsapp*. Hal tersebut dilakukan siswa untuk menyalurkan apa yang dirasakan oleh siswa, dan beberapa siswa lain mengatakan bahwa dengan sering *update* status di sosial media membuat siswa merasa lebih diperhatikan karena siswa terhubung dengan orang lain ketika mengalami kesedihan. Siswa juga mengatakan bahwa ketika tidak ada yang merespon kesedihan yang sudah di *update* siswa disosial media akan membuat siswa merasa sangat khawatir, sehingga rasa khawatir tersebut membuat siswa menjadi penasaran dengan kehidupan orang lain di sosial medianya. Siswa mengatakan kepada guru BK bahwa kebiasaan *update* status merupakan cara siswa untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa, dimana dengan siswa bisa mendapatkan perhatian orang lain akan membuat siswa yakin dan percaya bahwa siswa tidak sendiri melewati kesulitannya.

Hasil wawancara peneliti dengan sepuluh orang siswa di SMA N 9 Padang menyatakan bahwa apa yang sudah disampaikan guru BK tersebut benar, dalam aspek *self*, siswa memang memiliki kebiasaan untuk *update* status di sosial media setiap hari, hal tersebut siswa lakukan karena siswa ingin terhubung dengan banyak orang di sosial media terutama siswa bisa merasa memiliki teman atau lingkungan yang peduli dengannya, sosial media juga merupakan sarana siswa untuk menyalurkan semua perasaannya termasuk rasa senang dan sedih. Pada aspek *Relatedness*, siswa mengatakan bahwa ketika siswa tidak bisa terhubung dengan sosial media akan membuat siswa merasa khawatir. Hal tersebut terjadi karena siswa memiliki rasa penasaran yang tinggi dengan kehidupan orang lain dan rasa khawatir tersebut juga dirasakan siswa ketika tidak mendapat respon yang baik dari teman di sosial medianya.

Hasil wawancara selanjutnya pada aspek keyakinan dan kemampuan diri, siswa mengatakan bahwa dengan terhubung dengan sosial media akan merasa lebih percaya diri. Hal ini dikarenakan semakin banyak orang yang merespon positif setiap kegiatannya atau postingannya akan membuat siswa merasa terkenal, sehingga apapun masalah yang dialami oleh siswa itu membuatnya tidak kesulitan untuk menyelesaikannya. Pada aspek optimis, siswa mengatakan bahwa siswa tidak mampu bersaing dan merasa tertinggal dengan orang lain saat tidak terhubung di sosial medianya dan hal ini mengganggu pandangan positif siswa terhadap masa depan sehingga mereka cenderung pesimis.

Pada aspek objektif, siswa mengatakan seringkali melihat teman-teman nya mengunggah pencapaian di media sosial seperti mendapat ranking tinggi, ikut lomba, atau aktif dalam kegiatan ekstra kulikuler, akibatnya siswa ini mengalami kecemasan sosial dan dorongan untuk terus membandingkan diri. Pada aspek bertanggung jawab, siswa mengatakan mereka lebih memilih mengikuti trend *online* atau bermain media sosial berjam-jam, karena takut tertinggal dari hal-hal yang sedang viral dan siswa menunda tugas sekolah karena merasa bahwa keterlibatan sosial digital lebih penting dari tanggung jawab akademik. Pada aspek rasional dan realistis, siswa mengatakan ketika melihat teman mengunggah konten jalan-jalan di tempat yang viral, siswa langsung merasa tertinggal dari temannya dan berdampak pada menurunnya kepercayaan diri dan bahkan mengganggu konsentrasi belajar.

Penelitian mengenai Kepercayaan dan *Fear of Missing Out* (FoMO) pernah dilakukan oleh Wahdini (2023) yang berjudul “hubungan antara kepercayaan diri terhadap *fear of missing out* (FOMO) pada siswa kelas XI SMA Islam Sultan Agung 01 Semarang Tahun ajaran 2022/2023 ”. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Halim & Monika (2024) yang berjudul “Hubungan antara kepercayaan diri terhadap *fear of missing out* (FOMO) pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Kalisna & Wahyumiani (2021) yang berjudul “Hubungan antara kepercayaan diri terhadap *fear of missing out* (FOMO) pada siswa kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Godean Sleman Tahun ajaran 2019/2020. Penelitian ini merupakan penelitian replikasi dari penelitian-penelitian yang terdahulu karena adanya tingkat kesamaan pada salah satu

variabelnya. Adapun perbedaannya adalah terletak pada variabel, tempat dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan antara kepercayaan dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa kelas XII SMA Negeri 9 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang diuraikan dalam latar belakang masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa kelas XII SMA Negeri 9 Kota Padang?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran empirik mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa kelas XII SMA Negeri 9 Kota Padang

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya temuan-temuan dalam bidang Psikologi dan dapat dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Pendidikan dan Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi lebih tentang kepercayaan diri dan *Fear of Missing Out* (FoMO), dan juga siswa diharapkan mampu untuk mengendalikan perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) yang berlebihan.

b. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan terhadap guru agar lebih mampu untuk menyikapi permasalahan perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) yang berlebihan pada siswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lainnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan dapat mempertimbangkan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori-teori yang lebih terbaru dan berbeda, sehingga dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.