

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang

Beberapa tahun terakhir, teknologi informasi dan komunikasi (TIK) mengalami perkembangan yang sangat pesat. Pesatnya perkembangan TIK menjadikan internet sebagai alat komunikasi utama yang sangat diminati oleh masyarakat. Hal inilah yang melatar belakangi perubahan teknologi komunikasi dari konvensional menjadi modern dan serba digital. Perkembangan penggunaan media internet sebagai sarana komunikasi ini pun menjadi semakin pesat setelah internet mulai dapat diakses melalui telepon seluler dan bahkan kemudian muncul istilah telepon cerdas (*smartphone*), dengan hadirnya *smartphone*, fasilitas yang disediakan dalam berkomunikasi pun semakin beraneka macam, mulai dari sms, *chatting*, email, *browsing* serta fasilitas sosial media.

Dampak digital yang nampak adalah teknologi yang semakin canggih, segala sesuatu yang dibutuhkan dengan mudah didapat. Contoh saja *handphone* yang dengan mudahnya didapat dengan kualitas terjamin dan harga terjangkau. Bahkan setiap hari selalu ada perubahan dan penambahan versi-versi terbaru. Teknologi dan informasi di Indonesia semakin berkembang seiring berjalannya waktu. Penggunaan media internet pun semakin berkembang dan meningkat. Pertumbuhan tersebut didukung oleh berkembangnya penggunaan perangkat *mobile* khususnya *smartphone*. Perkembangan teknologi tidak hanya berkembang di kota-kota besar saja namun juga sudah merambah ke kota kecil bahkan ke pedesaan.

Internet tidak hanya digunakan sebagai media berinteraksi dan komunikasi namun juga sebagai media promosi untuk menawarkan sebuah produk dan menampilkan tren masa kini yang sedang berkembang. Salah satu bagian dari internet adalah media sosial. Media sosial adalah alat komunikasi di internet yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja

sama, berbagi dan membentuk ikatan sosial secara virtual. *Blog*, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat seluruh dunia.

Jejaring sosial merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat *web page* pribadi, kemudian terhubung dengan teman-teman untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Jejaring sosial terbesar antara lain *Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, Tik Tok*. Jika media tradisional menggunakan media cetak dan media *broadcast*, maka media sosial menggunakan internet. Media sosial mengajak siapa saja untuk tertarik dan berpartisipasi dengan memberi kontribusi dan *feedback* secara terbuka, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu cepat dan tak terbatas (Muhammad Badri, 2015: 186-187).

Media sosial memang menawarkan banyak kemudahan yang membuat para penggunanya betah berlama-lama berselancar di dunia maya. Para pengguna media sosial pun dapat dengan bebas berkomentar serta menyalurkan pendapatnya tanpa rasa khawatir, tidak ada batasan ruang dan waktu, mereka dapat berkomunikasi kapanpun dan dimanapun mereka berada. Pengguna media sosial yang paling banyak yaitu kalangan remaja, dimana pada hakikatnya remaja butuh perhatian dan pusat perhatian pada orang lain.

Pengguna media sosial yang paling dominan atau banyak adalah oleh kalangan remaja. Media sosial terbesar yang paling sering digunakan oleh kalangan remaja antara lain: *Facebook, Twitter, Youtube, Instagram, Kaskus, LINE, Whatsapp, Tik Tok*. Masing-masing media sosial tersebut mempunyai keunggulan khusus dan menarik bagi pengguna media sosial yang mereka miliki (Aprilia, 2020: 53).

Media sosial yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari saat ini menjadi suatu kebiasaan atau kebutuhan yang semakin lumrah dan tanpa disadari membawa efek negatif di kehidupan seperti kecanduan. Kecanduan merupakan perilaku ketergantungan dengan suatu fasilitas yang menjadi kebiasaan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa di Amerika dengan usia 13

sampai 17 tahun, 90% diantaranya adalah pengguna media sosial, dan 35% diantaranya menggunakan media sosial secara berulang-ulang setiap harinya yang memungkinkan remaja mengalami kecanduan media sosial (Kircaburun., 2016. 64).

Salah satu penyebab kecanduan media sosial dengan intensitas yang tinggi adalah rasa khawatir akan ketinggalan informasi sehingga terarah pada munculnya perilaku penggunaan yang berlebihan. Seseorang dapat berada pada kategori kecanduan apabila mengakses media sosial berkisar 5-6 jam sehari (Fathandika, 2018, pp. 208-215).

Hal ini menunjukkan bahwa beberapa orang akan mengakses media sosial untuk memenuhi kebutuhannya untuk melepaskan diri dari rasa tidak nyaman yang tanpa disadari memberikan dampak negatif yang lebih tinggi yaitu kecanduan media sosial. Remaja saat ini mengakses media sosial untuk berkomunikasi dengan bertukar pesan, hiburan, mencari informasi, sebagai tempat pelarian dari masalah dan lainnya, penggunaan inilah yang memungkinkan seorang remaja mengalami kecanduan.

Salah satu hal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kecanduan media sosial adalah *fear of missing out* (fomo). Istilah fomo pertama kali digunakan pada tahun 2013 di dalam sebuah penelitian ilmiah yang dilakukan oleh Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell. Przybylski, dkk., (2013) mendefinisikan fomo sebagai kekhawatiran yang dialami individu ketika orang lain memiliki pengalaman yang mengesankan disaat ketidakhadiran dirinya. Individu yang mengalami fomo memiliki keinginan untuk mengetahui segala sesuatu yang terjadi di lingkungan. Hal tersebut mendorong individu untuk terus menerus mempertahankan aktivitas di media sosial tanpa batasan waktu sehingga dapat mengarah kepada kecanduan media sosial (Abel, 2016: 33)

Kaitan *fear of missing out* (fomo) dengan kecanduan media sosial dapat dilihat dari peran media sosial terhadap individu yang mengalami perilaku *fear of missing out* (fomo) tersebut. Kebutuhan dan dorongan yang muncul akibat *fear of*

*missing out* (fomo) dalam mempertahankan komunikasi dapat terpenuhi melalui media sosial. Tersedianya informasi dari media sosial memungkinkan individu untuk mengetahui peristiwa apa saja yang dilakukan orang lain sepanjang waktu. Hal tersebut menyebabkan individu yang mengalami fomo dapat mengarah kepada kecanduan media sosial (Abel, 2016).

———— Sebagai orang tua juga guru yang berkembang dalam perkembangan moral seorang remaja, kita juga tentunya ingin remaja zaman sekarang ini tumbuh sesuai dengan perkembangan jaman nya namun tidak menghilangkan etika serta tata kramanya sebagai seorang pelajar dan berakhlakul karimah sesuai dengan tuntutan agama Islam. Sehingga menjadikan ia manusia yang lebih dihormati dan tau kaedah-kaedah Islam juga tidak tertinggal oleh perkembangan jaman nya.

Disini orang tua juga guru BK sangat berperan penting untuk memantau perkembangan sosial dari remaja itu sendiri. Sebagai orang tua harus mengarahkan hal-hal positif dari penggunaan media sosial agar hal-hal yang tidak diinginkan tidak terjadi pada remaja yang akan menjadi penerus bangsa.

Karena setelah melihat di lapangan, remaja sekarang ini telah minim ilmu agama, sehingga mereka telah menjadi budaknya dunia, mengikuti perkembangan zaman namun telah meninggalkan ilmu agama yang tentunya itu lebih penting daripada berlama-lama di media sosial. Sayangnya remaja sekarang ini tidak memperdulikan hal itu, melainkan sibuk dengan media sosialnya sendiri. Hal itu menunjukkan bahwa perilaku tersebutlah yang akan diluruskan agar remaja sekarang ini menjadi remaja yang lebih mulia serta taat agama seiring dengan perkembangan zaman.

Maka dari itu, diperlukan upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial. Penelitian ini dilakukam agar siswa dapat mewujudkan perilaku sehat, normal, perilaku yang baik, dan tidak merugikan orang lain ataupun diri sendiri.

Berdasarkan observasi awal peneliti di MAN Pematangsiantar, saat para siswa/i diwawancarai, alasan mereka menggunakan media sosial yaitu untuk

melihat kegiatan orang lain, selain itu para siswa menggunakannya untuk mendokumentasikan kehidupan mereka, ada juga untuk membagikan foto-foto agar mereka terlihat keren, sekadar melihat hiburan, dll. Ada juga yang menggunakan aplikasi karena melihat kreativitas pengguna lain, atau juga hanya sekadar melihat *quotes* yang menarik untuk diterapkan dalam kehidupan.

Peneliti melakukan wawancara kepada siswa/i di MAN Pematangsiantar pada 26 Januari 2022. Berdasarkan hasil wawancara, peneliti mendapat keterangan bahwa terdapat beberapa gejala yang menunjukkan adanya perilaku kecanduan media sosial pada siswa/i di MAN Pematangsiantar dimana masing-masing siswa/i sangat aktif dalam mengakses media sosial, terutama *WhatsApp*, *Instagram*, *Tik Tok*, *Facebook*, *Telegram*. Melalui wawancara tersebut, peneliti juga menanyakan pada beberapa siswa mengenai durasi waktu mengakses media sosial dalam sehari, kemudian didapatkan hasil bahwa siswa/i di MAN Pematangsiantar mengakses media sosial setiap saat dalam sehari dan durasi dalam mengakses aplikasi media sosial antara 2 hingga 5 jam dalam sehari. Bahkan 5 dari 10 siswa/i tidak dapat melepaskan diri dari media sosial meskipun dalam sehari. Berdasarkan wawancara tersebut diketahui bahwa siswa/i mengecek telepon genggamnya setiap satu jam sekali. Selain itu, sebagian siswa/i merasa perlu untuk membalas pesan melalui media sosial dan pemberitahuan lainnya. Adanya perilaku seperti ini dapat menunjukkan bahwa 5 dari 10 siswa/i mengalami kecanduan media sosial.

Peneliti mengamati di MAN Pematangsiantar banyak kasus remaja atau siswa/i yang menjadikan *gadget* sebagai *life style* dan *trend* agar terhubung dengan orang lain melalui media sosial. Mereka senang berkumpul pada waktu luang dan bersama-sama bermain sosial media. Kegiatan bersosial media di waktu luang sering peneliti jumpai ketika mereka tidak ada aktivitas lain yang harus dilakukan, walaupun hanya sekadar melihat informasi atau melihat orang lain membagikan cerita di dinding halaman media sosial tersebut. Lebih dalam lagi, peneliti mengamati di lingkungan sekolah tersebut bahwa sebagian siswa/i lebih

senang berinteraksi disosial medianya daripada bermain secara langsung dengan teman-temannya.

Beberapa siswa/i gemar mengakses media sosial dengan melihat berbagai informasi tentang para pengikutnya, melihat berbagai foto dan video para idola mereka, dan mencari tahu tentang aktivitas maupun kegiatan para pengikut mereka masing-masing. Ketika peneliti bertanya mengenai kasus itu, mereka menjawab yang mereka lakukan hanya sekadar untuk bersenang-senang dan mencari pengikut sebanyak mungkin di sosial media mereka. Hal ini justru akan membawa dampak tidak baik jika terus-menerus dilakukan. Mereka kemungkinan besar akan merasakan candu jika sepanjang waktu mengakses media sosial.

Di zaman yang serba teknologi seperti ini, secara tidak langsung kita dituntut untuk lebih sering menggunakan media sosial dikarenakan kebutuhan akan komunikasi pribadi, kebutuhan pendidikan, hiburan, kesehatan dan lainnya. Namun, hal ini dapat menjadikan kita merasa berlebihan akan kebutuhan sosial media atau menjadi *fear of missing out* (fomo) yang tentunya akan menimbulkan efek yang tidak baik bagi para penggunanya jika setiap saat digunakan. Fenomena *fear of missing out* media sosial dapat muncul kapan saja dan kepada siapa saja bahkan yang paling mudah terkena perilaku buruk ini adalah orang awam yang usianya belum dewasa dikarenakan sifatnya menghibur. Inilah gambaran besar dari fenomena *fear of missing out* yang terjadi di kalangan siswa/i MAN Pematangsiantar.

Maka dari itu, masalah tersebut menarik perhatian peneliti untuk mengkaji lebih dalam mengenai upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar.

## 1.2.Fokus Masalah Penelitian

Penelitian ini lebih difokuskan pada:

Bagaimana perilaku *fear of missing out* (fomo) pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar?

## 1.3.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah penelitian di atas, selanjutnya rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar?
2. Apa faktor penyebab timbulnya perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar?
3. Bagaimana dampak yang ditimbulkan dari perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar?
4. Bagaimana upaya guru BK dalam mengatasi perilaku *fear of missing out* (fomo) pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar?

## 1.4.Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan bentuk dari perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar.
2. Mendeskripsikan faktor penyebab timbulnya perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar.
3. Mendeskripsikan dampak yang ditimbulkan dari perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar.
4. Mendeskripsikan upaya guru BK untuk mengatasi perilaku *fear of missing out* pada siswa kecanduan media sosial di MAN Pematangsiantar.

### 1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini antara lain adalah:

1. Manfaat Teoritis
  - a) Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai masalah yang diteliti.
  - b) Sebagai ilmu baru yang dapat dikembangkan terutama untuk menganalisis perilaku *fear of missing out* (fomo) pada siswa kecanduan media sosial.
  - c) Sebagai persyaratan bagi penulis untuk mencapai gelar sarjana S1.
2. Manfaat Praktis
  - a) Bagi mahasiswa untuk dapat mendalami dan memahami lebih baik perilaku *fear of missing out* (fomo) pada seseorang kecanduan media sosial di lingkungan sekitar.
  - b) Bagi guru yaitu sebagai bahan referensi untuk menganalisis siswanya yang mengalami perilaku *fear of missing out* (fomo) pada siswa kecanduan media sosial.
  - c) Bagi penulis yaitu sebagai penambah pengetahuan dan wawasan tentang perilaku *fear of missing out* (fomo) pada siswa kecanduan media sosial.