

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Perkembangan yang semakin pesat di dunia teknologi khususnya pada ranah komunikasi dan informasi telah memberikan perubahan yang besar pada berbagai aspek kehidupan umat manusia. Salah satu bentuk dari perkembangan teknologi komunikasi dan informasi adalah hadirnya internet. Hampir seluruh aspek kehidupan manusia sudah terfasilitasi dengan sarana yang berlandaskan pada internet, baik pada bidang kesehatan, pendidikan, ekonomi, maupun sosial dan budaya (Cholik, 2021). Internet sendiri merupakan jaringan global untuk menghubungkan banyak perangkat lainnya sehingga dapat melakukan pertukaran informasi secara digital (Clark, 2018).

Internet memberikan banyak manfaat seperti kemudahan dalam berkomunikasi, mengakses informasi, acara hiburan, lowongan pekerjaan, maupun layanan lainnya. Dalam hal komunikasi, internet menjadikan komunikasi tak terbatas ruang dan waktu, dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun. Tentunya hal tersebut memberikan kemudahan bagi individu untuk menjalani berbagai aktivitasnya terutama dalam efisiensi waktu, biaya, dan tenaga (Dwiningrum, 2012). Kemudahan mengakses internet dengan beragam fitur nya tentunya berdampak pada peningkatan jumlah pengguna dan lamanya durasi penggunaan internet.

Menurut Rini dkk (2020) bertambahnya durasi penggunaan internet atau aktivitas dalam internet ini dapat mengakibatkan terjadinya penggunaan internet yang bermasalah atau biasa disebut sebagai *problematic internet use*. Fenomena *problematic internet use* ini dapat kita lihat dengan jelas di kehidupan sehari-hari, dimana banyak ditemukan orang-orang yang membuka *gadget* mereka untuk mengakses internet tanpa mengenal tempat dan waktu, seperti di kelas, kantor, atau pada waktu luang yang mereka miliki. Seringkali, ditemukan juga pengendara

kendaraan yang mengakses internet melalui *gadget* mereka walaupun dalam keadaan aktif berkendara di jalanan. Bahkan, dapat dikatakan dengan cukup pasti bahwa seseorang mengakses internet sebelum mereka tertidur (Kemenkes, 2017). Penggunaan internet ini biasanya dilakukan untuk bermain *game online*, *streaming* video, sampai memeriksa sosial media mereka. Dalam laman Kompas.com yang ditulis oleh Ihsan (2022) ditemukan bahwa Anak atau remaja yang mengalami *problematic internet use* menampilkan sikap yang agresif ketika mereka dilarang untuk mengakses internet. Selain itu, Amira (2021) pada lama Gramedia Blog menyatakan bahwa internet membuat banyak orang memilih untuk tetap di kamarnya atau menarik diri daripada melakukan interaksi sosial dengan keluarga atau di luar rumah dengan teman sebayanya.

Seseorang yang mengalami *problematic internet use* akan kesulitan dalam mengelola waktu penggunaan internetnya sehingga berakibat pada tingginya durasi penggunaan (Noya & Soetjiningsih, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, Davis (2001) menjelaskan bahwa seseorang yang tidak dapat mengelola waktu penggunaan internetnya memiliki kecenderungan untuk menggunakan internet secara terus-menerus tanpa tujuan yang jelas. Cheng & Li (2014) dalam risetnya ditemukan bahwa terdapat 187 juta jiwa yang memiliki kecenderungan *problematic internet use*. Tingginya jumlah waktu yang digunakan untuk beraktivitas secara *online*, dapat berakibat pada pengabaian kebutuhan fisiologis seperti makan, minum, dan aspek lainnya (Cheng & Li, 2014). Selain itu, *problematic internet use* juga dapat berdampak pada buruknya relasi dengan teman dan keluarga, serta berkurangnya ketertarikan pada aktivitas di kehidupan sehari-hari (Diomidous dkk., 2016).

Problematic internet use dapat dialami oleh siapapun terutama oleh mahasiswa yang aktif sebagai pengguna internet. Menurut Chou dkk. (2005), 4-10% mahasiswa kemungkinan besar

mengalami gejala *problematic internet use*. Mahasiswa menjadi golongan yang cukup rentan mengalami *problematic internet use* dikarenakan mempunyai waktu luang yang cukup banyak dikarenakan jadwal perkuliahan yang seringkali tidak menentu (Frangos dkk., 2011). Hal tersebut didukung dengan kemudahan mahasiswa dalam mengakses internet baik secara nirkabel maupun kabel dengan percuma ketika berada di lingkungan kampus (Rini dkk., 2020).

Reinaldo & Sokang (2016) mengungkapkan bahwa mahasiswa biasanya menggunakan internet untuk mengakses informasi mengenai perkuliahan, mencari hiburan baik berupa video, musik, bermain *game*, serta melakukan aktivitas jual-beli *online*. Kebanyakan mahasiswa menganggap bahwa internet merupakan sarana multifungsi yang dapat mendukung kegiatan mereka baik dalam melakukan interaksi dengan teman sebayanya maupun mencari informasi perihal pendidikannya (Bashir dkk., 2008). Apabila besarnya kecenderungan mahasiswa dalam mengakses internet dan berbagai aplikasi yang berbasis daring ini tidak disertai dengan pengelolaan atau pembatasan waktu penggunaan, maka dapat berpotensi pada munculnya *problematic internet use* (Parisa & Leonardi, 2014; Reinaldo & Sokang, 2016).

Menurut Cao dkk. (2011), *problematic internet use* kerap membuat mahasiswa menghabiskan semakin banyak waktu dalam aktivitas daring. Hal tersebut berakibat pada ketidakpedulian terhadap diri sendiri, pola makan yang tidak teratur, menarik diri dari interaksi sosial, sampai munculnya konflik dalam keluarga (Cao dkk., 2011). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Odacı & Kalkan (2010), ditemukan mayoritas mahasiswa dengan *problematic internet use* senantiasa merasakan kegelisahan apabila dirinya tidak dapat mengakses internet. Biasanya mereka mengakses internet paling sedikit 5 jam per-harinya (Odacı & Kalkan, 2010).

Berdasarkan hasil survei penetrasi internet Indonesia yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia APJII (2024), data pengguna aktif internet yang ada di

Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari 278.696.200 total penduduk Indonesia, atau setara dengan 79,5%. Hal tersebut mengindikasikan adanya pertumbuhan yang cukup pesat dari tahun 2018 yang pada saat itu ada pada angka 64,8%, dilanjutkan dengan angka 73,7% pada 2020, kemudian 77,01% pada 2022, serta 78,19% pada tahun 2023. Data demografi pada survei tersebut menunjukkan bahwa mayoritas pengguna internet di Indonesia ditempati oleh umur 12-27 tahun (34,40%). Terdapat survei lainnya yang dilakukan oleh Kemp (2024) mengenai pengguna internet di Indonesia dengan responden yang berusia 16-64 tahun. Dalam survei tersebut menunjukkan bahwa 62,9% partisipan mengakses internet untuk mengisi waktu luang dan menjelajah internet tanpa tujuan (Kemp, 2024).

Selain itu, terdapat penelitian sebelumnya mengenai penggunaan internet yang dilakukan kepada mahasiswa di lingkungan kampus Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Pada penelitian yang dilakukan oleh Febriani (2024) dengan total 379 responden, mengategorikan tingkat *problematic internet use* yang dialami oleh mahasiswa dimana terdapat 53% mahasiswa berada pada kategori sedang dan 20% mahasiswa berada pada kategori tinggi. Sejalan dengan penelitian tersebut, Aulia (2024) dalam penelitiannya pada 120 responden, terdapat 52,5% mahasiswa dengan tingkat sedang dan 29,2% dengan tingkat tinggi *problematic internet use*. Dari kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa fenomena *problematic internet use* ini benar-benar terjadi di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Dalam upaya memperkuat penemuan pada penelitian sebelumnya, peneliti melakukan studi awal untuk melihat gambaran penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Dimana, dari 61 mahasiswa yang mengakses internet paling sedikit 5 jam per-harinya, 36% diantaranya cenderung lebih menyukai bersosialisasi

secara *online* daripada harus berinteraksi secara tatap muka, 67,2% dari 61 partisipan mengakses internet agar dirinya merasa lebih baik dikala sedih. 68,9% partisipan sering berpikir untuk kembali *online* setelah tidak *online* cukup lama, dan diketahui sebanyak 57,3% mahasiswa merasa kesulitan dalam membatasi penggunaan internetnya serta mengalami kesulitan dalam mengelola kehidupan akibat aktivitas internetnya (49,1%). Ketika ditanya mengenai aktivitas internetnya dan perasaannya ketika tidak dapat mengakses internet, terdapat mahasiswa yang memberikan jawaban seperti berikut:

“Apa yang saya lihat di internet entah itu menyedihkan atau tidak, dapat menyesuaikan perasaan saya”

“Ketika sudah lama offline dan kembali online rasanya kaya "wow" gitu”

“Kadang cukup risau jika merasa terlalu lama offline”

“Jujur agak hampa sih ya misalnya aja kalo lagi ga punya kuota, pasti bingung mau ngapain”

“Kalo situasinya lagi baik biasa aja kalo lagi jelek jadi gundah”

“suka ada rasa bosan sebenarnya, tetep lebih milih terus scroll karna kalo pun offline ga ngapa-ngapain jadi bingung”

Peneliti juga memberikan pertanyaan terbuka kepada responden dan menemukan bahwa mereka mengakses internet untuk memperoleh informasi, perkuliahan, pekerjaan, maupun hiburan. Ketika tidak dapat mengakses internet, kebanyakan mahasiswa akan merasakan emosi negatif seperti sedih dan gelisah. Hal ini diakibatkan oleh ketakutan responden akan kesulitan mencari informasi yang diperlukan dan ketakutan akan kehilangan keterhubungan dengan orang lain yang kemudian merujuk kepada *fear of missing out*. Fenomena ini juga tergambarkan dari jawaban mahasiswa ketika mereka tidak dapat mengakses internet:

“Merasa FOMO, takut ketinggalan informasi dan merasa tidak bisa mengetahui apa-apa tanpa dibantu internet”

“Agak resah mungkin karena takut ketinggalan informasi dan sebagainya”

“Takut kehilangan informasi”

“Was-was, karena seluruh informasi ada di sana”

“Penasaran akan hal yang ramai diperbincangkan”

Selanjutnya, terdapat 72,1% diantaranya mengatakan bahwa mereka mengakses internet atas keinginannya sendiri. Adapun upaya yang mereka lakukan untuk mengurangi penggunaan internetnya adalah dengan menggunakan batasan *screen time* dan kunci aplikasi secara otomatis pada waktu yang mereka tentukan. Mereka juga mencari kesibukan lain seperti berolahraga, melakukan hobi, dan aktivitas luring lainnya. Ketika melakukan interaksi secara langsung, mereka juga berusaha untuk tidak menggunakan *gadget* nya dan fokus pada interaksi yang sedang berlangsung. Selain itu, ditemukan juga bahwa beberapa diantara mereka dapat benar-benar terlepas dari internet hanya pada saat tidur dan beberapa diantaranya pun tidak melakukan upaya untuk mengurangi akses internet karena tidak sadar bahwa penggunaan internetnya telah berlebihan. Hasil studi awal tersebut menunjukkan dengan jelas adanya indikasi *problematic internet use* pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Problematic internet use menurut Caplan (2010) merupakan karakteristik pikiran dan perilaku maladaptif mengenai penggunaan internet yang berdampak negatif terhadap berbagai sisi kehidupan seperti sosial, pendidikan, maupun pekerjaan. *Problematic internet use* merupakan konstruk multidimensional yang memuat *preference for online social interaction, mood regulation, cognitive preoccupation, compulsive internet use* dan *negative outcome*. Selain itu, Davis (2001) menjelaskan bahwa *problematic internet use* mengacu pada penggunaan

internet yang dilakukan secara berlebihan hingga menimbulkan permasalahan dalam kehidupan seseorang. Dalam pandangan kognitif-perilaku, *problematic internet use* tidak dianggap sebagai suatu penyakit, gangguan klinis, ataupun gangguan patologis seperti *internet addiction*, melainkan sebagai pola kognisi dan perilaku dalam penggunaan internet yang maladaptif atau menyimpang dari norma dan menghasilkan masalah fungsional dalam kehidupan sehari-hari (Davis, 2001). Selain itu, Tokunaga (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *problematic internet use* berada di tengah-tengah rentang keparahan penggunaan internet dan bersifat jinak atau tidak terlalu serius, sedangkan *internet addiction* berada pada ujung paling atas rentang tersebut dan dianggap lebih parah serta ditandai dengan dampak negatif yang lebih serius dan patologis (Fernandes dkk., 2019).

Caplan (2010) mengungkapkan bahwa seseorang dengan *problematic internet use* biasanya mengalami gejala seperti berpola pikir obsesif untuk segera *online* serta adanya dorongan atau keinginan yang kuat untuk *online*, sehingga kesulitan dalam mengelola waktu penggunaan internetnya. Gejala lain yang timbul berupa kesulitan dalam menjalin interaksi sosial di kehidupan nyata (Kircaburun dkk., 2019). Jika mahasiswa menggunakan internet secara berlebihan dan mulai mengganggu aktivitas kesehariannya, maka kondisi tersebut dapat dikategorikan juga sebagai *problematic internet use* (Rini dkk., 2020). Selain itu, Morahan-Martin & Schumacher (2000) dalam penelitiannya menemukan bahwa pengaksesan internet dalam interaksi sosial dapat memperlihatkan perbedaan antara pengguna internet yang bermasalah dengan pengguna internet yang lebih terkendali. Berdasarkan penelitiannya, pengguna internet yang bermasalah biasanya mengakses internet untuk *chatting*, bermain *game online*, bertemu orang lain, serta mencari dukungan emosional (Morahan-Martin & Schumacher, 2000).

Dari hasil *literature review* terdapat berbagai faktor yang dapat berpengaruh terhadap *problematic internet use*, khususnya di kalangan mahasiswa. Faktor pertama menurut Octaviani & Hatta (2024) adalah kesepian, dimana semakin tinggi tingkat kesepian seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat *problematic internet use*. Kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa, membuat dirinya mencari jalan lain untuk menjalin relasi sosial yang tidak didapatkannya melalui interaksi tatap muka (Octaviani & Hatta, 2024). Mahasiswa yang merasa kesepian terutama dalam konteks *social loneliness* mengalami kesulitan dalam berinteraksi secara tatap muka dan akan cenderung berinteraksi secara *online* (Sharifpoor dkk., 2017).

Selain itu, menurut Rini dkk. (2020) mahasiswa yang mengalami *emotional loneliness* akan menggunakan internet sebagai sarana untuk mengelola emosi dan perasaan negatifnya. Internet yang digunakan untuk mengurangi perasaan kesepian pada mahasiswa dapat menimbulkan masalah lain seperti kesulitan dalam mengelola penggunaan internet (Rini dkk., 2020). Kesepian di kalangan mahasiswa membuat mereka menghabiskan lebih banyak waktu untuk mengakses internet hingga menimbulkan *problematic internet use* demi menjalin relasi yang baru dan menghindarkan diri mereka dari emosi negatif yang dirasakannya (Skues dkk., 2015).

Psychological distress yang rentan terjadi pada mahasiswa yang meliputi kecemasan, depresi, dan stres juga dapat menjadi faktor terjadinya *problematic internet use* (Jatmika, 2020). Hal tersebut diakibatkan oleh perkembangan dan perubahan pada otak yang sensitif terhadap stress. Dalam penelitian Li dkk. (2015) ditemukan bahwa alasan mahasiswa menggunakan internet secara intensif adalah karena kesedihan, depresi, kebosanan, dan stres yang dialami. Mahasiswa cenderung menggunakan internet terutama sosial media ketika mereka menghadapi masalah interpersonal dan sebagai solusi dalam mengatasi kecemasan yang mereka rasakan pada

permasalahan yang dihadapinya (W. Li dkk., 2015). Menurut Feng, Ma, dan Zhong (2019) seseorang cenderung menggunakan internet untuk menghindarkan diri mereka dari situasi yang menimbulkan stres dan dapat memicu kecemasan, depresi, serta emosi negatif lainnya. Selain itu, gejala depresi seperti menarik diri dari lingkungan sosial dan berpandangan negatif mengenai diri sendiri, membuat seseorang cenderung melakukan interaksi secara *online* (Gámez-Guadix, 2014).

Faktor selanjutnya yang berpengaruh terhadap *problematic internet use* cukup serupa dengan yang sebelumnya dibahas yaitu kecemasan sosial (Sari, 2022). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa kecemasan sosial merupakan prediktor munculnya *problematic internet use*. Menurut Mozafari dkk (2018) mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial mempunyai rasa takut berlebih terhadap penilaian negatif atas dirinya sendiri. Sejalan dengan hal tersebut, Sari (2022) mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan kecemasan sosial, merasakan ketakutan yang tidak semestinya atas penilaian buruk tentang dirinya pada konteks lingkungan sosial.

Ketakutan yang dialami membuat mahasiswa merasa bahwa dirinya tidak memiliki kecakapan dalam berinteraksi secara langsung (Sari, 2022). Hal tersebut menjadikan mahasiswa menginginkan hubungan yang aman dan membuat mereka memilih bersembunyi untuk menutupi kelemahannya serta mencari ketenangan melalui media *online* (Mozafari dkk., 2018). Alhasil, apabila interaksi melalui media *online* ini terjadi secara intens maka akan menimbulkan kenyamanan yang membuatnya terjerumus pada penggunaan internet berlebihan dan membuat fungsi interpersonalnya terganggu (Wang dkk., 2011).

Pada suatu penelitian didapatkan bahwa *fear of missing out* dapat menjadi prediktor terjadinya *problematic internet use* pada mahasiswa (Qolbi & Hatta, 2023). *Fear of missing out* secara positif dan signifikan dapat berpengaruh terhadap *problematic internet use* (Alwi &

Hijrianti, 2022). Przybylski dkk (2013) mengartikan *fear of missing out* sebagai kekhawatiran akan kehilangan momen berharga yang dimiliki oleh orang lain tetapi tidak dimiliki olehnya yang kemudian memunculkan keinginan untuk tetap terkoneksi dengan orang lain ataupun dengan apa yang dilakukan oleh orang lain.

Przybylski dkk (2013) menyatakan bahwa pada seseorang yang mengalami *fear of missing out*, ia senantiasa berupaya agar terus terhubung dengan orang disekitarnya melalui internet, dengan harapan dirinya tidak kehilangan informasi atau pengalaman berharga yang berlangsung di sekitar mereka. Seseorang yang mengalami *fear of missing out* biasanya merasa cemas apabila tidak dapat terhubung dengan pengalaman berharga yang dimiliki oleh orang lain, hingga memunculkan keinginan dalam dirinya untuk bisa tetap mengetahui kehidupan orang lain, salah satu caranya adalah dengan mengakses internet terkhusus sosial media (Franchina dkk., 2018). Seseorang yang merasa cemas, takut, atau khawatir akan tertinggal informasi berharga dari orang lain di sekitarnya cenderung memiliki pola *problematic internet use* yang mengarah pada berbagai dampak negatif bagi penggunaanya (Alwi & Hijrianti, 2022).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Alwi & Hijrianti (2022) menemukan bahwa *fear of missing out* membuat seseorang merasa lebih nyaman dan percaya diri ketika melakukan interaksi dengan menggunakan internet. *Fear of missing out* dapat pula terdeskripsikan dari intensi mengakses internet untuk mengamati kehidupan orang lain melalui sosial media dan bertukar informasi melalui media *online* (Przybylski dkk., 2013). Diperkuat pula oleh penelitian Aygar, (2020) dalam temuannya yaitu *fear of missing out* dapat berpengaruh terhadap munculnya *problematic internet use* dikarenakan mahasiswa yang mengalami *fear of missing out* akan menambah waktu penggunaan internetnya.

Namun, meskipun *fear of missing out* sering dikaitkan dengan peningkatan waktu penggunaan sosial media atau internet, hal ini tidak membuat seseorang otomatis mengalami *problematic internet use* (Supti dkk., 2025). Ocklenburg (2021) menyatakan bahwa seseorang dengan *fear of missing out* yang tinggi mungkin sering memeriksa sosial mediana, tetapi tidak selalu menunjukkan pola yang kompulsif (Supti dkk., 2025). Selain itu, dalam penelitiannya, Akbari dkk. (2021) menemukan bahwa *fear of missing out* tidak berpengaruh signifikan terhadap *problematic internet use*. Oleh karena itu, terdapat potensi untuk mengeksplorasi variabel moderator yang dapat berpengaruh pada hubungan antara *fear of missing out* dengan *problematic internet use* (Kartikawati dkk., 2024).

Selain *fear of missing out*, *self-control* juga dapat menjadi prediktor pada *problematic internet use*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Septianti & Aulia (2024), didapatkan bahwa *self-control* memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *problematic internet use*. Artinya, semakin rendah *self-control* seseorang, maka akan semakin tinggi kemungkinan seseorang mengalami *problematic internet use*, begitupun sebaliknya (Septianti & Aulia, 2024). Novana (2003) memaparkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan diakibatkan oleh bermacam-macam faktor yang ada pada diri individu, salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah *self-control* (Hidayati & Afiatin, 2020).

Self-control yang rendah pada diri seseorang dapat mengakibatkan tidak maksimalnya suatu aktivitas yang mencakup ketidakmampuan dalam mencapai suatu tujuan serta ketidakmampuan dalam mengelola waktu penggunaan (Özdemir dkk., 2014). *Self-control* diartikan sebagai kapasitas diri individu untuk mengesampingkan atau mengubah respon dalam dirinya serta menahan diri untuk tidak bertindak berdasarkan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan (Tangney dkk., 2004). Dapat kita lihat dari penelitian sebelumnya, tidak seperti *fear*

of missing out, self-control dapat menjadi faktor protektif yang dapat mencegah *problematic internet use* (Özdemir dkk., 2014). Marsela & Supriatna (2019) menjelaskan bahwa mahasiswa dengan *self-control* yang baik akan dapat mengendalikan kognitif dan perilakunya agar tidak melanggar norma-norma yang ada.

Dalam pandangan Ningtyas (2012), *self-control* yang tinggi dapat mengarahkan dan mengatur perilaku *online* pengguna internet. Individu dengan tingkat *self-control* yang tinggi dapat mengelola penggunaan internetnya sehingga dirinya tidak larut dalam internet, menggunakan internet berdasarkan keperluannya, serta dapat menyeimbangkan aktivitas *online* dengan aktivitas lainnya (Widiana dkk., 2004). Sejalan dengan hal tersebut, Mei dkk. (2016) menyatakan bahwa *self-control* yang tinggi dapat memperkecil kemungkinan seseorang mengalami *problematic internet use*. Kemudian, jika dilihat dari hubungan antara *fear of missing out* dengan *self-control*, Saniah & Fahmawati (2024) dalam penelitiannya menemukan bahwa *fear of missing out* tidak berpengaruh terhadap *self-control*.

Penelitian ini penting dilakukan mengingat *problematic internet use* yang terjadi pada mahasiswa pengguna internet yang mengalami *fear of missing out* dapat mengganggu berbagai aktivitas kesehariannya terkhusus dalam interaksi sosial mereka. Penelitian ini berusaha untuk membantu mahasiswa khususnya dalam menurunkan dampak negatif dari *problematic internet use* pada mahasiswa yang mengalami *fear of missing out* dengan mengeksplorasi faktor lain yang dapat memoderasi hubungan keduanya. Kebaharuan dalam penelitian ini terlihat dari subjek dan lokasi penelitian yang dipilih oleh peneliti, yaitu mahasiswa aktif pengguna internet di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Berdasarkan adanya fenomena, *literature review*, serta adanya saran dari penelitian sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengkaji

penelitian dengan judul “Pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic internet use* dengan *self-control* sebagai variabel moderator pada mahasiswa”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah *self-control* berperan sebagai moderator pada pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa?”

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun sebelumnya adalah untuk mengetahui peran *self-control* sebagai moderator pada pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa.

Kegunaan Penelitian

Berikut merupakan kegunaan penelitian berdasarkan tujuan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, diantaranya:

Kegunaan teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan pengetahuan mengenai pengaruh *fear of missing out terhadap problematic internet use* dengan *self-control* sebagai variabel moderator pada mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya terutama dalam mengeksplorasi variabel moderator lainnya pada pengaruh *fear of missing out terhadap problematic internet use*.

Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah perhatian dan pertimbangan bagi mahasiswa yang mengalami *fear of missing out* untuk meningkatkan *self-control* pada dirinya sehingga hal tersebut tidak menimbulkan masalah lain seperti *problematic internet use*.