

Bab 1 Pendahuluan

Perkembangan teknologi yang pesat saat ini memudahkan berbagai kegiatan manusia. Seiring waktu, berbagai kalangan masyarakat dapat mengakses berbagai teknologi canggih yang dapat membantu mereka dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu teknologi di era modern ini yang digunakan oleh mayoritas masyarakat adalah media sosial. Grajales III dkk. (2014) mendefinisikan media sosial sebagai alat berbasis web yang digunakan untuk berkomunikasi melalui media komputer. Dengan media tersebut, individu dapat saling terhubung satu sama lain meskipun saling berjauhan. Mereka dapat saling bertukar informasi, berbincang melalui pesan teks, mengunggah gambar maupun video, bahkan membuat identitas baru sesuai yang diinginkan. Dengan kemudahan akses dan berbagai manfaat yang ditawarkannya, media sosial menjadi salah satu teknologi yang paling banyak digunakan saat ini.

Berdasarkan survey We Are Social (2023) sebanyak 167 juta (60.4%) penduduk Indonesia menggunakan media sosial. Alasan utama mereka menggunakan media sosial diantaranya adalah untuk tetap terhubung dengan teman dan keluarga (60,6%), mengisi waktu luang (58,2%), dan untuk mendapatkan berita terkini tentang lingkungan sekitar (51,2%). Lebih lanjut, platform media sosial yang sering digunakan yaitu WhatsApp (92,1%), Instagram (86,5%), Facebook (83,8%) dan TikTok (70,8%). Mayoritas pengguna media sosial di Indonesia berada pada usia 13 – 24 tahun (20.7% perempuan, 21.2% laki-laki; dibandingkan dengan jumlah populasi), dimana menurut Sawyer dkk. (2018) rentang usia tersebut termasuk ke dalam kategori remaja.

Remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan berada pada rentang usia 10 – 24 tahun yang ditandai dengan adanya perubahan aspek biologis, psikologis, dan sosial (Sawyer dkk., 2018). Menurut Erikson (1968) tugas perkembangan utama pada remaja adalah pembentukan identitas. Pembentukan identitas tersebut memungkinkan remaja untuk membentuk dan memahami keunikan dirinya, menilai diri berdasarkan penilaian orang lain dan diri sendiri, serta menemukan lingkungan sosial dimana mereka dapat membentuk hubungan yang bermakna. Dengan berbagai fitur yang ditawarkannya, media sosial secara tidak langsung digunakan remaja sebagai salah satu cara mereka dalam memenuhi tugas perkembangan tersebut. Sehingga tak ayal kemudian media sosial menarik perhatian para remaja dan sangat diminati oleh mereka dibandingkan rentang usia lainnya (Boer dkk., 2022).

Di Indonesia, rata-rata pengguna media sosial menghabiskan waktu selama 3 jam 18 menit perharinya (We Are Social, 2023). Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi kemudian dapat mengarah pada *problematic social media use* atau PSMU (Bozzola dkk., 2022; Dailey dkk., 2020; Zhao, 2021). Andreassen & Pallesen (2014) mendefinisikan PSMU sebagai

“menjadi terlalu khawatir media sosial, didorong oleh motivasi yang kuat untuk masuk atau menggunakan media sosial, dan menghabiskan begitu banyak waktu dan usaha untuk media sosial sehingga mengganggu kegiatan sosial lainnya, studi/pekerjaan, hubungan interpersonal, dan/atau kesehatan psikologis dan kesejahteraan”. Penelitian mengenai *problematic social media use* atau PSMU oleh Dailey dkk. (2020) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan platform media sosial Facebook, Snapchat, dan Twitter menjadi faktor yang signifikan dalam memprediksi PSMU. Zhao (2021) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial menjadi variabel yang penting dalam memprediksi PSMU.

Meskipun PSMU belum termasuk pada kategori gangguan pada DSM-5TR, penelitian mengenai fenomena ini penting untuk diteliti untuk mendapatkan informasi lebih lanjut mengenai karakteristik klinis dan intervensi dari fenomena ini. Berbagai penelitian menunjukkan dampak negatif PSMU. Di antaranya PSMU berkorelasi positif dengan depresi dan kecemasan (Fioravanti dkk., 2021), menyebabkan gangguan tidur (Dailey dkk., 2020), konflik hubungan (C. S. Andreassen, 2015) dan memiliki pengaruh negatif terhadap performa akademik (Gupta & Sharma, 2021). Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih dalam mengenai faktor penyebab dan karakteristik klinis dari PSMU, serta hubungannya dengan gangguan lainnya (Servidio dkk., 2022a; Starcevic dkk., 2021).

Pengkajian mengenai faktor penyebab serta karakteristik klinis dari PSMU dapat dimulai dari bagaimana individu berinteraksi dengan platform tersebut. Misalnya, bagaimana individu menampilkan dirinya di media sosial, alasan dibalik penggunaan media sosial, serta bagaimana mereka berhubungan dengan teman-teman mereka di media sosial. Salah satu faktor psikologis yang dapat menjelaskan dinamika dibalik perilaku tersebut adalah *self-construal* (Dogan, 2019).

Self-construal merujuk kepada konsep bagaimana individu melihat hubungan antara dirinya dan lingkungan. Konsep tersebut pertama kali dikembangkan oleh Markus & Kitayama (1991) untuk menjelaskan mengenai hubungan antara konsep diri individu dengan lingkungannya. Markus & Kitayama (1991) mendefinisikan *self-construal* sebagai “kepercayaan tentang hubungan antara diri sendiri dan orang lain dan, terutama, sejauh mana mereka melihat diri mereka terpisah atau terhubung dengan orang lain”. Singelis (1994) kemudian mengembangkan teori *self-construal* dan mendefinisikannya sebagai “konstelasi pikiran, perasaan, dan tindakan mengenai hubungan seseorang dengan orang lain, dan diri yang berbeda dengan orang lain”.

Berdasarkan teori *self-construal*, konsep diri setiap individu dapat dijelaskan melalui dua dimensi, yaitu *independent self-construal* (Ind-SC) dan *interdependent self-construal* (Int-

SC). Menurut Markus & Kitayama (1991) individu dengan *independent self-construal* yang lebih menonjol mengonsepsikan diri mereka sebagai independen dan berdiri sendiri. Sebaliknya, individu dengan *interdependent self-construal* mengonsepsikan diri mereka sebagai bagian dari lingkungan dan tidak bisa dipisahkan dari konteks sosial. Individu dapat mengembangkan konsep *independent self-construal* dan *interdependent self-construal* secara bersamaan dalam dirinya (J. L. Aaker & Lee, 2001; Markus & Kitayama, 1991).

Dalam hubungannya dengan media sosial, *self-construal* menjadi konsep yang penting untuk menjelaskan bagaimana individu mengekspresikan dirinya di dalam platform tersebut. Misalnya, teori *self-construal* dapat menjelaskan bagaimana mereka menampilkan *profile* pada akun media sosial, kemudian bagaimana hubungan mereka dengan teman di media sosial, dan lain sebagainya. Penelitian oleh Kim dkk. (2010) menunjukkan bahwa individu dengan *interdependent self-construal* lebih cenderung menggunakan media sosial dibandingkan individu dengan *independent self-construal*. Selain itu, individual dengan *interdependent self-construal* lebih cenderung untuk membagikan informasi pribadi mereka di media sosial dibandingkan *independent self-construal* (B. Chen & Marcus, 2012). Menurut Hawi & Samaha (2019) kecenderungan perilaku tersebut disebabkan oleh kecenderungan individu dengan *interdependent self-construal* untuk menilai dirinya berdasarkan lingkungannya, seperti teman dan keluarga, berbeda dengan *independent self-construal* yang lebih menekankan evaluasi diri berdasarkan penilaian pribadi.

Markus & Kitayama (2010) menjelaskan bahwa individu dengan *independent self-construal* cenderung tidak mengharapkan penerimaan sosial. Hal ini berbeda dengan *interdependent self-construal* yang lebih mengharapkan penerimaan dari lingkungan sekitarnya, baik itu berupa keikutsertaan dalam suatu kegiatan, mendapatkan “likes” dari teman-temannya di media sosial, dan lain sebagainya. Mereka dengan *interdependent self-construal* menganggap lingkungan sekitar sebagai bagian dari identitasnya (Markus & Kitayama, 2010). Sehingga *interdependent self-construal* lebih memiliki kecenderungan untuk khawatir tertinggal dari teman-temannya, yang kemudian dapat membuat mereka merasakan fenomena yang bernama FoMO atau *fear of missing out* (Dogan, 2019).

Istilah *fear of missing out* pertama kali dikenalkan oleh McGinnis (2004) dalam konteks bisnis, dimana menunjukkan keengganan individu tertinggal dalam suatu aktivitas tertentu. Istilah FoMO kemudian banyak digunakan sejak tahun 2010 seiring berkembangnya jejaring media sosial (Gupta & Sharma, 2021). Fenomena ini kemudian dikaji dan dielaborasi secara ilmiah oleh Przybylski dkk. (2013) yang kemudian didefinisikan sebagai “kekhawatiran yang

pervasif ketika orang lain memiliki pengalaman yang lebih memuaskan/berharga dan dicirikan dengan adanya dorongan untuk selalu terhubung dengan orang lain”.

Pengkajian FoMO oleh Przybylski dkk. (2013) didasarkan pada teori *Self-Determination Theory* (SDT) oleh Ryan & Deci (2000) yang menekankan kebutuhan *social relatedness* sebagai pendorong motivasi intrinsik individu yang kemudian dapat meningkatkan kesehatan mental individu. FoMO kemudian muncul disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan keterikatan sosial tersebut, yang kemudian menimbulkan berbagai emosi negatif dan memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental individu (Przybylski dkk., 2013b). Menurut Gupta & Sharma (2021) mekanisme FoMO dijelaskan dalam dua tahapan, yaitu pertama saat adanya persepsi tertinggal akan suatu berita atau acara kemudian dilanjutkan dengan perilaku kompulsif yang dapat mengurangi perasaan tersebut. Media sosial sebagai platform untuk berbagi informasi memiliki kaitan yang erat dengan fenomena ini. Melalui platform tersebut, sangat mudah bagi individu untuk melihat dan membagikan berbagai aktivitas yang mereka lakukan sehari-hari. Hal tersebut kemudian memunculkan perasaan tertinggal dan ketidakpastian dalam diri individu mengenai posisi mereka dalam kehidupan serta apa yang seharusnya mereka lakukan (Valesia dkk., 2015).

Saat ini, berbagai literatur mengenai FoMO secara umum berfokus pada konteks penggunaan internet, gawai dan media sosial (Alt & Boniel-Nissim, 2018a; James dkk., 2017; Sha dkk., 2019; Tandon dkk., 2021a; Wolniewicz dkk., 2018). Dalam konteks penggunaan media sosial, studi *cross-sectional* yang dilakukan oleh Blackwell dkk. (2017) menunjukkan bahwa FoMO menjadi variabel utama yang dapat memprediksi perilaku PSMU serta memiliki hubungan timbal-balik dengan PSMU. Salah satu alasan dibalik hubungan timbal balik tersebut yaitu bahwa FoMO mendorong perilaku penggunaan media sosial untuk memenuhi kebutuhan individu akan rasa kebersamaan atau *belongingness*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa FoMO menjadi variabel yang penting dalam menjelaskan fenomena PSMU (Servidio dkk., 2022b).

Berbagai penelitian telah mengkaji peran FoMO sebagai mediator antara faktor psikologis dan PSMU. Penelitian terkini mengenai peran FoMO sebagai mediator dilakukan oleh Servidio dkk. (2022) dalam meneliti hubungan antara *self-construal* dan PSMU dan PSU (*problematic smartphone use*) di Italia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa FoMO berperan sebagai mediator antara *interdependent self-construal* dan PSMU, namun tidak menjadi mediator antara *independent self-construal* dan PSMU. Adapun FoMO sebagai mediator antara *interdependent self* dan PSMU bersifat tidak menyeluruh (parsial). Sejauh ini, penelitian tersebut dilakukan pada mahasiswa di Italia yang lebih bersifat *independent self-*

construal dan mayoritas responden penelitian tersebut adalah perempuan sehingga membatasi generalisasi. Terlebih, penelitian mengenai peran FoMO sebagai mediator antara *self-construal* dan PSMU masih sedikit dilakukan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai peran FoMO sebagai mediator terhadap pengaruh *self-construal* pada PSMU perlu dilakukan untuk memperjelas hubungan antara variabel tersebut.

Terutama di Indonesia, penelitian mengenai *self-construal* masih belum menunjukkan hasil yang konsisten. Secara umum, Indonesia dianggap sebagai negara dengan kecenderungan budaya kolektif (Muttaqin, 2020; Sulastra & Handayani, 2021; Supratiknya, 2006; Wardina & Sandhyaduhita, 2016). Kecenderungan budaya tersebut kemudian dapat memprediksi kecenderungan *interdependent self-construal* pada masyarakat Indonesia (Muttaqin, 2020). Pada masyarakat bersuku Sunda, penelitian oleh Riasnugrahani & Sunarto (2011) menunjukkan bahwa masyarakat Sunda menjunjung tinggi keberagaman, kedamaian, dan memiliki konformitas yang tinggi dengan orang lain sehingga lebih cenderung memiliki *interdependent self-construal*. Penelitian Ninin (2015) juga menunjukkan bahwa masyarakat Sunda cenderung memiliki *interdependent self-construal*. Adapun penelitian terkini oleh Sulastra & Handayani (2021) menemukan bahwa kecenderungan *interdependent* dan *independent self-construal* sama kuatnya pada mahasiswa suku Sunda dan non-Sunda. Selanjutnya, jika dibandingkan dengan suku non-Sunda (Jawa, Tionghoa, dsb) penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa suku Sunda lebih cenderung memiliki *interdependent self-construal*.

Namun, dalam penelitiannya mengenai gambaran konstrual diri pada mahasiswa, Supratiknya (2006) menemukan bahwa mahasiswa suku Jawa lebih cenderung memiliki *interdependent self-construal* secara signifikan dibanding mahasiswa suku Sunda. Padahal jika dibandingkan dengan masyarakat Jawa, hierarki sosial masyarakat Sunda terbilang lebih kaku sehingga lebih bersifat kolektivis (Mangundjaya, 2013a). Selain itu, penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa perempuan lebih cenderung memiliki *interdependent self-construal* daripada laki-laki. Penemuan dari penelitian Supratiknya (2006) berbeda dengan temuan Sulastra & Handayani (2021) yang menunjukkan bahwa perempuan justru lebih cenderung memiliki *independent self-construal* dibanding laki-laki. Perbedaan tersebut mungkin terjadi karena perkembangan zaman dan mudahnya akses terhadap nilai-nilai asing melalui media sosial maupun gawai, yang kemudian mempengaruhi penilaian individu terhadap budaya mereka. Hal tersebut kemudian mempengaruhi pemahaman dan pegangan mereka terhadap nilai-nilai budaya Sunda sebagai budaya asli masyarakat di Jawa Barat, khususnya pada generasi muda di Kota Bandung (Sulastra & Handayani, 2021).

Dengan adanya kesenjangan hasil penelitian mengenai *self-construal* pada masyarakat suku Sunda, serta minimnya penelitian *self-construal* pada populasi remaja, maka penting untuk dilakukan penelitian selanjutnya mengenai *self-construal* pada masyarakat Sunda. Kota Bandung sebagai ibu kota provinsi Jawa Barat yang mayoritas masyarakatnya bersuku Sunda menjadi lokasi yang menarik untuk pengambilan sampel. Khususnya di Kecamatan Cibiru yang merupakan wilayah di Kota Bandung yang paling kaya akan seni budaya (Ayo Bandung, 2019).

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji *self-construal* pada remaja suku Sunda di Kota Bandung dan pengaruhnya terhadap PSMU, dengan *fear of missing out* (FoMO) sebagai mediator antara variabel tersebut.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah untuk meneliti pengaruh *self-construal* (SC) terhadap *problematic social media use* (PSMU) melalui mediasi *fear of missing out* (FoMO) pada remaja bersuku sunda di Kecamatan Cibiru, Kota Bandung.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti besaran peran pengaruh *self-construal* (SC) terhadap *problematic social media use* (PSMU) dengan *fear of missing out* (FoMO) sebagai mediator diantara kedua variabel tersebut pada remaja bersuku sunda di Kecamatan Cibiru, Kota Bandung.

Kegunaan penelitian

Kegunaan penelitian ini terbagi ke dalam dua jenis, yaitu teoretis dan praktis.

Kegunaan Teoretis

Sebagai sumbangsih ilmu khususnya dalam bidang psikologi sosial dan budaya dalam penelitian mengenai variabel yang diteliti khususnya dalam pengembangan teoretis mengenai faktor penyebab terjadinya *problematic social media use* (PSMU) dan peran *fear of missing out* (FoMO) sebagai mediator pada remaja bersuku sunda di Kecamatan Cibiru, Kota Bandung.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai *self-construal* pada masyarakat sunda khususnya remaja. Sehingga dapat membantu pengembangan ilmu empiris mengenai konsep diri orang sunda.

Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai salah satu acuan dalam pengembangan intervensi psikologi mengenai *fear of missing out* (FoMO) serta *problematic social media use* (PSMU) yang didasarkan pada nilai kebudayaan individu, khususnya budaya sunda.

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi tenaga pendidik khususnya di tingkat SMP/SMA sebagai acuan ilmu mengenai perilaku penggunaan media sosial serta kaitannya dengan nilai budaya pada remaja. Dengan demikian, pendidik dapat memberikan arahan mengenai penggunaan media sosial yang efektif dan sesuai dengan nilai budaya setiap remaja sehingga tercegahnya *problematic social media use* (PSMU).

