

## BAB II KAJIAN TEORI

### A. *Fear Of Missing Out*

#### 1. Pengertian *fear of missing out*

*Fear of missing out* atau yang biasa disebut *FOMO* berasal dari bahasa cina yang artinya takut kehilangan orang lain. *Fear of missing out* dapat diartikan sebagai bentuk ketakutan ketika individu tersebut tertinggal berita terbaru yang muncul melalui media sosial.<sup>1</sup> Murayama, Przbylski, dkk menyatakan bahwa *fear of missing out* adalah perasaan cemas, gelisah dan takut yang dialami individu ketika teman sebaya ataupun orang lain mengalami pengalaman berharga sementara individu tersebut tidak terlibat didalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya.<sup>2</sup>

Dengan media sosial individu memiliki kemampuan untuk melihat bagaimana kehidupan yang dilakukan oleh individu lainnya. Individu yang mengalami *foMO* akan selalu mengecek *ponsel* agar terus terhubung dengan media sosial dan agar tidak ketinggalan berita terbaru. Perasaan *foMO* dapat memicu munculnya hal *negative* seperti depresi bahkan masalah tidur. Hal ini yang mempengaruhi ketidakpuasan individu pada hidup mereka dan merasa apa yang telah dilakukan dan dimiliki seakan tidak pernah cukup.

---

<sup>1</sup>Chilmiyatul Mudrikah, "Hubungan Antara Sindrom Fomo Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja", (Skripsi, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019), h. 28.

<sup>2</sup>lisy Septiani Putri, dadang Hikmah Purnama, dan Adullah Ldi, "Gaya Hidup Mahasiswa Pengidap Fear Of Missing Out Di Kota Palembang", Vol 21, 2 (2019).

Dalam perspektif islam rasa cemas diartikan sebagai gelisah yang merupakan salah satu penyakit jiwa yang harus segera diobati dikarenakan dapat menyebabkan timbulnya penyakit-penyakit lainnya yang jauh lebih berbahaya jika terus dibiarkan. Banyak hal negatif yang dapat ditimbulkan akibat penyakit jiwa tersebut, terutama apabila seseorang mengambil tindakan yang tidak tepat dan tidak berlandaskan dengan iman yang kuat.

Kecemasan biasanya disebabkan karena adanya perasaan takut akan suatu musibah atau ujian yang akan diberikan oleh Allah SWT. Adapun rasa takut akan suatu musibah atau ujian telah diterangkan oleh Allah SWT dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 155:

*“Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar”.*

Selain itu, juga diterangkan di dalam Al-Quran bahwa Allah tidak akan memberikan ujian kepada hamba-Nya melebihi batas kemampuannya, sebagaimana dijelaskan dalam Q.S Al-Baqarah ayat 286:

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya”.*

Dari ayat diatas menjelaskan bahwa sebenarnya seseorang tidak seharusnya merasa cemas dengan segala sesuatu yang menimpa dirinya, karena sesungguhnya Allah SWT memberikan cobaan dan ujian kepada hamba-Nya sesuai kadar kemampuan masing-masing, sehingga dapat

disimpulkan bahwa kecemasan itu muncul atau diciptakan oleh diri seseorang itu sendiri.

## 2. Aspek-aspek *fear of missing out*

Berikut aspek-aspek *fear of missing out* menurut Murayama, Przbylski, DeHaan dan Gladwell<sup>3</sup>:

### a. Rasa takut

Perasaan takut yang dirasakan individu apabila orang lain memiliki pengalaman yang berharga saat individu tersebut tidak terlibat didalamnya.

### b. Rasa cemas

Perasaan cemas yang dirasakan ketika individu tertinggal atau tidak mengetahui apa yang orang lain lakukan. Hal ini lah yang akan mengarahkan seseorang untuk mencari tahu kegiatan atau kejadian apa yang dilakukan oleh orang lain.

### c. Rasa Khawatir

Rasa khawatir tidak diterima oleh lingkungan sosial membuat individu berusaha untuk menampilkan citra diri yang sesuai dengan lingkungan sosialnya yang luas.

## 3. Faktor-faktor penyebab *fear of missing out*

Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis individu dapat menjadi penyebab individu mengalami *fear of missing out*. Menurut Murayama, Przbylski dkk penyebab tersebut sebagai berikut:

### a. Tidak terpenuhinya akan otonomi (*autonomy*)`

---

<sup>3</sup>Gladwell, Murayama, Przbylski, DeHaan. *Motivasion, emotional and behavioral correlates of fear missing out*. (2013)

Kebutuhan otonomi merupakan sebuah penilaian ketika adanya pilihan, dukungan dan kemauan yang berhubungan dengan memulai, memelihara, dan mengakhiri yang berhubungan dengan perilaku. Adanya dukungan terhadap kebutuhan otonomi akan meningkatkan motivasi intrinsik, memandang diri sendiri kompeten dan juga meningkatkan harga diri.

b. Tidak terpenuhinya akan kompetensi (*competency*)

Keinginan seseorang untuk merasa efektif dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Seseorang dengan kebutuhan kompetensi yang terpenuhi akan merasa bahwa mereka memiliki cukup keterampilan untuk mengerjakan segala sesuatu dan mencapai tujuan dengan mengerakkan kemampuan terbaik mereka.<sup>4</sup>

c. Tidak terpenuhinya akan keterikatan (*relatedness*)

Kecenderungan individu untuk merasa terhubung dengan orang lain, yaitu untuk menjadi bagian dalam kelompok, untuk dicintai, dipedulikan dan diperhatikan. Kebutuhan akan keterikatan ini mengacu pada kehangatan dan perhatian yang diterima individu dari hasil interaksi dengan rang lain sehingga menghasilkan rasa memiliki.

Individu dengan tingkat kepuasan akan kebutuhan yang rendah cenderung menggunakan media sosial karena ia menganggap sebagai sumber daya untuk dapat berhubungan dengan orang lain, sebagai alat untuk mengembangkan kompetensi sosial dan kesempatan untuk memperdalam sosialisasi. Abraham Maslow dalam teorinya, kebutuhan akan teman, cinta, pengakuan dan aktualisasi diri itu ada dalam posisi puncak, yang artinya bahwa tujuan terpenting makhluk

---

<sup>4</sup>Tekeng, St. N. Y. dan Alsa, A., "Peranan Kepuasan Kebutuhan Dasar Psikologis dan Orientasi Tujuan Mastery Approach terhadap Belajar Berdasar Regulasi Diri", *Jurnal Psikologi UGM*, Vol. 43, 2 (2016), h. 85-106.

hidup tidak hanya bertahan hidup saja namun juga berusaha mencapai apa yang terbaik bagi keberadaannya.<sup>5</sup>

## **B. Intensitas Pengguna Media Sosial**

### **1. Pengertian intensitas pengguna media sosial**

Dalam kamus Psikologi *intensity* atau intensitas diartikan sebagai besarnya kekuatan dari suatu perilaku yang ditunjukkan.<sup>6</sup> Caplin mendefinisikan intensitas adalah sifat dari suatu penginderaan yang berhubungan dengan perangsangnya. Intensitas dapat diartikan dengan kekuatan suatu tingkah laku atau suatu pengalaman.<sup>7</sup>

Intensitas dipengaruhi oleh jumlah waktu yang dihabiskan untuk melakukan sesuatu. Jumlah waktu tersebut dapat ditinjau berdasarkan durasi yang dihabiskan saat seseorang melakukan aktivitas serta frekuensi yang dilakukan dalam aktivitas tersebut. Maka dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan adalah besarnya kekuatan perilaku berdasarkan tingkatan pengulangan perilaku dan lamanya waktu yang dihabiskan dalam menggunakan sesuatu.

Rasulullah SAW selalu mengajarkan kepada umatnya agar sebaik mungkin menggunakan waktu, sebab waktu sering kali diabaikan sebagai sesuatu yang berharga. Beliau mengatakan: “*Ada dua keuntungan yang*

---

<sup>5</sup>Anta Samsara, *Mengenal Psikologi Humanistik* (Lautan Jiwa, 2020).

<sup>6</sup>Arthur Rober S dan Emily Reber S, *Kamus Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2010).

<sup>7</sup>Ria Sabekti, “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) Dengan Kecenderungan Narsisme Dan Aktualisasi Remaja Akhir”, (Skripsi, Program Sarjana Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, Surabaya (2019), h. 52.



*banyak orang mengabaikannya, kecuali jika sudah tiada kesehatan dan waktu luang” (H.R Bukhari Muslim).*

Orang yang lalai akibat teknologi akan merusak psikologi dirinya sendiri. Dengan penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak *negative* bagi penggunanya diantaranya menjadi *individualistic*, menjadi manusia yang anti sosial dan menimbulkan keretakan dalam hubungan sosialnya. Hal tersebut memperlihatkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh terhadap perubahan perilaku seseorang, sedangkan Allah SWT memerintahkan kepada hambanya untuk bersilatullahi seperti yang dijelaskan dalam Q.S An-Nisa ayat 1:

*“Wahai manusia! Bertakwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adam), dan (Allah) menciptakan pasangannya (Hawa) dari (diri)-nya dan dari keduanya Allah memperkembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Bertakwalah kepada Allah yang dengan nama-Nya kamu saling meminta dan (peliharalah) hubungan kekeluargaan. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasimu”.*

Ayat di atas menjelaskan pentingnya saling menjaga hubungan silaturrahi dan saling menjaga satu dengan yang lain, karena sebagai makhluk sosial perlu menjaga hubungan baik antara sesama dan saling membantu. Apalagi dengan zaman yang modern seperti ini, media sosial merupakan salah satu elektronik yang akan berdampak terhadap masyarakat, dimana masyarakat lebih senang berhubungan melalui *via online* dibandingkan berhubungan secara tatap muka.

## 2. Aspek-aspek intensitas pengguna media sosial

Chaplin mengemukakan bahwa yang membentuk intensitas ada empat aspek yaitu:

### a. Perhatian

Perhatian adalah mengkonsentrasikan diri pada suatu hal sehingga mengesampingkan hal-hal lain seperti makan, sekolah ataupun yang ada disekelilingnya.

### b. Frekuensi

Frekuensi adalah banyaknya pengulangan perilaku baik disengaja maupun tidak disengaja atau disebut juga sebagai satuan ukuran waktu tertentu (per hari, per minggu atau perbulan). Seringkali seseorang karena begitu menikmati menggunakan media sosial cenderung tidak bisa lepas dari penggunaannya sehingga berulang kali membuka situs media sosial yang mereka sukai. Kriteria pengukuran frekuensi dikategorikan sebagai berikut :

1) Tinggi :  $\geq 4$  kali/hari

2) Rendah : 1-4 kali/hari

### c. Durasi

Durasi adalah ukuran waktu tertentu (per menit atau per jam) yang digunakan untuk penggunaan sosial media. Durasi dapat diukur melalui seberapa lama waktu yang dihabiskan oleh pengguna untuk mengakses media sosial. Semakin banyak waktu yang digunakan dalam penggunaan sosial media maka akan menunjukkan bahwa seseorang semakin lama

menghabiskan waktunya untuk media sosial. Kriteria pengukuran durasi dikategorikan sebagai berikut :

- 1) Tinggi :  $\geq 3$  jam/hari
- 2) Rendah : 1-3 jam/hari

d. Emosi

Adanya perasaan menyenangkan seperti bergairah, bersemangat, bahagia dan lebih *interaktif* ketika menggunakan media sosial.

### 3. Faktor yang mempengaruhi intensitas pengguna media sosial

Menurut Ajzen ada dua faktor yang mempengaruhi intensitas yaitu faktor internal dan faktor eksternal.<sup>8</sup>

a. Faktor internal

1) Informasi, keterampilan dan kemampuannya

Seseorang yang memiliki intense untuk melakukan sesuatu akan mencari informasi, keterampilan dan kemampuan untuk melakukan perilaku tertentu.

2) Emosi dan kompulsif

Kurangnya informasi, keterampilan dan kemampuan yang dimiliki individu dapat membuat masalah dalam mengontrol perilaku. Perilaku *kompulsif* tersebut tetap dilakukan meskipun intense dan usaha telah dikerahkan individu untuk melakukan perilaku sebaliknya.

---

<sup>8</sup>Nabila Zahra, "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Fear of Missing Out (foMo) Pada Mahasiswa", (Skripsi, Program Sarjana Universitas Sumatera Utara, Medan, 2019", h. 15.



b. Faktor eksternal

1) Kesempatan

Kurangnya kesempatan dapat mengurangi usaha dalam mewujudkan suatu perilaku. Maka dari itu kesempatan merupakan faktor penting dalam terbentuknya suatu perilaku yang berintensi.

2) Ketergantungan pada yang lain

Pada saat perwujudan perilaku tergantung pada tindakan orang lain, ada potensi *control* yang tidak sempurna terhadap perilaku atau tujuan.

**C. Media Sosial**

**1. Pengertian media sosial**

Istilah media sosial tersusun dari dua kata yaitu “*media*” dan “*sosial*”. Media diartikan sebagai alat komunikasi untuk menyebarkan berita dan pesan kepada masyarakat luas. Sedangkan kata *sosial* diartikan sebagai kenyataan bahwa setiap individu melakukan aksi yang memberikan kontribusi kepada masyarakat. Jadi media sosial adalah sebuah sarana komunikasi untuk menyebarkan informasi dan pesan kepada seseorang yang menjadi pengguna media sosial.<sup>9</sup>

Menurut Juliasih media sosial adalah sekumpulan perangkat lunak yang memungkinkan individu untuk saling berinteraksi dengan sesamanya

---

<sup>9</sup>Vanessa Pascalya C. Simanjutak, “Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Komunikasi pada Mahasiswa Kepribadian Introvert”, (Skripsi, Program Sarjana Universitas Sumatra Utara, Medan, 2018), h. 18.

didunia maya baik yang dikenal maupun tidak dikenal.<sup>10</sup> Sedangkan menurut Parker dan Solis media sosial adalah *platform* media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktifitas maupun berkolaborasi melalui kata-kata, gambar dan video dalam sebuah jaringan komunitas *virtual*. Media sosial dapat dilihat sebagai fasilitator *online* yang menguatkan hubungan antar pengguna sekaligus sebuah ikatan sosial baik yang sudah kenal ataupun yang belum dikenal sebelumnya.<sup>11</sup>

Media sosial menggambarkan sebuah media sehingga pengguna dapat dengan mudah berpartisipasi dan memberikan kontribusi di dalam media tersebut. Karakteristik umum yang dimiliki setiap media sosial yaitu adanya keterbukaan dialog antar para pengguna. Media sosial dapat dirubah oleh waktu dan dapat diatur ulang oleh penciptanya atau dalam beberapa situs tertentu dapat diubah oleh suatu komunitas. Media sosial juga menyediakan dan membentuk cara baru dalam berkomunikasi dan mengajak siapa saja yang tertarik untuk berpartisipasi dengan memberi kontribusi dan *feedback* secara terbuka, memberi komentar serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup>Rizki Setiawan Akbar dan Audry Aulya, "Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMo) Pada Remaja Kota Samarinda", *Jurnal Psikologi Psikostudia*, Vol. 7, 2 (Desember 2018), h. 40"

<sup>11</sup>Andi Saputra, "Survei Penggunaan Media Sosial di Kalanga Mahasiswa Kota Padanf Menggunakan Teori Uses And Gratifications", *Jurnal Dokumentasi dan Informasi* (Desember 2019), h. 207-216.

<sup>12</sup>Sitepu, Grace Desy Ratu Fiona. "Hubungan penggunaan media sosail dengan *fear of missing out*", (Skripsi: Universitas Sumatera Utara, 2019)

## 2. Karakteristik media sosial

Menurut Nasrullah media sosial memiliki karakter khusus<sup>13</sup> yaitu:

a. Jaringan (*Network*)

Jaringan adalah infrastruktur yang menghubungkan antara *computer* dengan perangkat keras lainnya. Dengan adanya koneksi maka komunikasi bisa terjadi jika antar *computer* terhubung.

b. Informasi (*informations*)

Informasi menjadi hal yang penting dari media sosial karena dalam media sosial terdapat aktifitas memproduksi konten hingga interaksi yang berdasarkan informasi.

c. Arsip (*archive*)

Arsip merupakan sebuah karakter yang menjelaskan bahwa informasi telah tersimpan dan bisa diakses kapanpun dan melalui perangkat apapun.

d. Interaksi (*interactivity*)

Media sosial membentuk jaringan antar pengguna tidak sekedar memperluas hubungan pertemanan atau *follower* semata tetapi harus dibangun dengan interaksi antar pengguna tersebut.

e. Simulasi sosial (*simulation of society*)

Media sosial memiliki karakter sebagai medium berlangsungnya *society* di dunia *virtual*, interaksi yang terjadi di media sosial mampu menggambarkan *realitas* yang terjadi tetapi terkadang interaksi yang terjadi adalah simulasi yang berbeda dengan kenyataan.

f. Konten oleh pengguna (*user-generated content*)

---

<sup>13</sup>Rulli Nasrullah, *Teori dan Riset Media Siber* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2014).

Karakteristik ini menunjukkan bahwa konten dalam media sosial sepenuhnya milik pengguna atau pemilik akun. Konten pengguna ini menandakan bahwa di media sosial khalayak tidak hanya memproduksi konten mereka sendiri melainkan juga mengonsumsi konten yang diproduksi oleh pengguna lainnya.

g. Penyebaran (*deployment*)

Tidak hanya menghasilkan dan mengonsumsi konten tetapi juga aktif menyebarkan sekaligus mengembangkan konten oleh penggunanya.

### 3. Fungsi media sosial

Dalam perannya sebagai alat komunikasi media sosial memiliki beberapa fungsi utama diantaranya adalah:

a. Media komunikasi (*communication*)

Sebagai alat komunikasi, media sosial menyediakan alat untuk berbagi, menyimpan, mempublikasikan isi, berdiskusi, menyatakan pendapat dan termasuk mempengaruhi.

b. Media penghubung (*connecting*)

Menyediakan sesuatu untuk membangun jaringan dengan orang lain, mensosialisasikan profil diri kepada masyarakat dan menciptakan dunia virtual.

c. Media kolaborasi (*collaboration*)

Memungkinkan pengguna menciptakan konten *kolektif* dan merubahnya tanpa batasan waktu dan tempat.

d. Media penggabung (*combining*)

Memungkinkan pengguna untuk menggabung, mencampurkan dan membuka konten-konten dari berbagai aplikasi.

e. Media pelengkap (*completing*)

Sebagai alat yang memungkinkan pengguna untuk melengkapi konten dengan mendeskripsikan, menambahi atau menyaring informasi dan menunjukkan hubungan antar konten.

#### 4. Bentuk-bentuk media sosial

Situs sosial media pada era sekarang semakin beragam dengan *filter* yang berbeda-beda pada setiap situsnya.<sup>14</sup> Berikut bentuk-bentuk media sosial:

- a. Blog , seperti *blogger, wordpress, facebook*.
- b. Mikroblog, seperti *twitter, google+, linked*.
- c. *Podcasts*, seperti *iTunes*.
- d. *Vidiocasts*, seperti *youtube*.
- e. *Media sharing system*, seperti *slideshare, dropbox*.
- f. Forum diskusi, seperti *apple support communities, kaskus*.
- g. Pesan instan, seperti *whatsapp, line, skype, mms, sms, BBM*.
- h. *Shared workspaces*, seperti *googleDocs*.
- i. *Mash-ups*, seperti *google maps, foursquare*.
- j. *Wikis*, seperti *wikipedia, dramaWiki*.

---

<sup>14</sup>Stevi Gilar Hervani, "Penggunaan Sosial Media Dan Dampak Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta", (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2016).



## 5. Dampak penggunaan media sosial

Dalam penggunaan media sosial, ada manfaat atau kerugian yang ditimbulkan dari pengguna tersebut. Apabila media sosial digunakan dengan baik tentu akan mendapatkan kemanfaatannya namun jika disalahgunakan maka dampak yang ditimbulkan akan buruk.<sup>15</sup> Berikut dampak *positive* yang ditimbulkan:

- a. Memudahkan dalam berbagi informasi, baik dalam memberi maupun menerima informasi.
- b. Tumbuhnya rasa sudah diakui sehingga meningkatkan rasa percaya diri.
- c. Memperluas jaringan pertemanan di dunia maya.
- d. Menumbuhkan pemikiran kritis.
- e. Meningkatkan kemampuan dalam penggunaan teknologi.
- f. Pengguna akan termotivasi untuk belajar mengembangkan diri melalui teman-teman yang mereka jumpai di media sosial.
- g. Lebih bebas mengekspresikan diri dan menjadi lebih empati dan lebih bersahabat meski tidak bertemu langsung secara fisik.
- h. Memudahkan pengguna untuk melakukan transaksi dan berbisnis dalam bidang perdagangan tanpa harus bertemu secara fisik untuk melakukan transaksi.
- i. Meningkatkan menghargai privasi orang lain.
- j. Meningkatkan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain.

Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan antara lain:

- a. Selalu mengecek ponsel.

---

<sup>15</sup>Indira Ulfa Bestari dan Iwan W Hidayat, "Remaja Millineal Dan Media Sosial: Media Sosial Sebagai Media Informasi Pendidikan Bagi Remaja Millennial", Vol. 2, 2 (2018).

- b. Kecanduan terhadap media sosial.
- c. Selalu ingin tahu kehidupan orang lain.
- d. Selalu ingin tahu gosib terbaru.
- e. Mengeluarkan uang melebihi kemampuan dan membeli hal yang sebenarnya tidak terlalu penting hanya agar tidak ketinggalan zaman.
- f. Lebih peduli dengan kehidupan di media sosial daripada di kehidupan nyata.
- g. Malas melakukan kegiatan tertentu karena terlalu asyik menggunakan media sosial .
- h. Tidak semua pengguna sosial media bersifat baik dan sopan sehingga menimbulkan bahaya kejahatan seperti penipuan, penculikan dan pencemaran nama baik.
- i. Mudah mendapatkan pengaruh buruk dari informasi yang belum diketahui kebenarannya.
- j. Hilangnya privasi.

Al-Menayes berpendapat bahwa media sosial juga dapat berdampak negatif terhadap psikologis seseorang karena menghasilkan pola perilaku bermasalah seperti penggunaan media sosial yang berlebihan. Hal tersebut dikarenakan seseorang tersebut belum terlalu berpengalaman dan memiliki keterbatasan dalam mengatur diri.<sup>16</sup>

Dalam ranah praktis berteknologi, menyampaikan informasi juga dituntut memiliki pengetahuan dan kemampuan etis sebagaimana dituntunkan dalam kitab

---

<sup>16</sup>Sarentya Fathadhika dan Afriani, "Social Media Engageent Sebagai Mediator Antara Fear Of Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja" Vol. 2, 3 (Desember 2018): h, 208.

suci Al-Qur'an tercermin bentuk *ahlakul karimah* yang kontekstual dalam menggunakan media sosial, antara lain<sup>17</sup>:

- a. Menyampaikan informasi dengan benar dan tidak merekayasa atau memanipulasi fakta (Q.S Al-Hajj: 30):

*“Demikianlah perintah Allah, dan barangsiapa mengganggu apa-apa yang terhormat di sisi Allah, maka itu adalah lebih baik baginya disisi Tuhannya, dan telah dihalalkan bagi kamu semua binatang ternak, terkecuali yang diterangkan kepadamu keharamannya. Maka jauhilah olehmu berhala-berhala yang najis itu dan jauhilah perkataan-perkataan dusta”.*

- b. Bijaksana, memberi nasihat yang baik serta argumentasi yang jelas, terstruktur dan baik pula (Q.S An-Nahl: 125):

*“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih baik mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih baik mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”.*

Karakter, pola pikir dan kadar pemahaman orang lain dalam jejaring pertemanan di media sosial umumnya beragam sehingga informasi yang disampaikan harus mudah dibaca dan dicerna, dengan menggunakan tata bahasa yang baik dan jelas agar tidak terjadi kesalahpahaman.

- c. Meneliti fakta atau cek-ricek. Untuk mencapai ketepatan data dan fakta sebagai bahan baku informasi yang akan disampaikan, seorang muslim

---

<sup>17</sup>Nur Aksin, “Pandangan Islam Terhadap Pemanfaatan Media Sosial”, *Jurnal Informatika UPGRIS*, Vol. 2,2 (Desember 2016), h. 122.

hendaknya mengecek dan meneliti kebenaran fakta dengan informasi awal yang ia peroleh agar tidak terjadi *kidzb*, *ghibah*, *fitnah* dan *namimah* (Q.S Al-Hujarat: 6):

*“Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa sesuatu berita, maka periksalah dengan teliti agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatanmu itu”.*

- d. Tidak mengolok-olok, mencaci-maki atau melakukan tindakan penghinaan sehingga menumbuhkan kebencian (Q.S Al-Hujarat:11):

*“Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, bisa jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka, dan janganlah pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, bisa jadi yang direndahkan itu lebih baik, dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelar yang mengandung ejakan, seburuk-buruk panggilan adalah yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim”.*

Karakteristik dunia maya yang sangat bebas memungkinkan seseorang melakukan tindakan-tindakan negatif kepada pihak lain dengan modus tanpa identitas sehingga memicu provokasi dan adu domba (*flaming* dan *trolling*), untuk itu pengguna media sosial perlu menjaga kehati-hatian dalam bertutur kata dalam bentuk verbal dan nonverbal.

- e. Menghindari prasanga atau *su'udzon* (Q.S Al-Hujarat: 12):

*“Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan buruk sangka (kecurigaan) karena sebagian dai buruk sangka itu dosa.dan janganlah mencari-cari keburukan orang lain dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya dan bertawakalah kepada Allah, sesungguhnya Allah maha penerima taubat lagi maha penyanyang”.*

Dalam menyampaikan informasi melalui media sosial hendaknya jangan membicarakan satu sama lain karena hal tersebut memicu *bullying* dan pembunuhan karakter.

- f. Hindari berlebihan bercerita, mengeluh, berdoa di media sosial.

Rasulullah SAW bersabda: *“Setiap umatku mendapat pemaafan kecuali orang yang menceritakan (aibnya sendiri). Sesungguhnya diantara perbuatan menceritakan aib sendiri adalah seorang yang melakukan suatu perbuatan (dosa) di malam hari dan sudah ditutupi oleh Allah swt kemudian di pagi harinya dia sendiri membuka apa yang ditutupi Allah itu”.*(HR. Bukhori dan Muslim).

Islam telah memperingatkan tentang pertanggungjawaban atas segala hal pada Surat Qaf ayat 18: *“Tidak ada satu kata yang diucapkannya melainkan ada di sisinya malaikat pengawas yang selalu siap (mencatat).* Dengan menyaring setiap informasi yang diterima dan akan disebarluaskan, media sosial bisa digunakan sebagai sarana dakwah yang strategis ditengah gersangnya *kahazanah* ilmu dan informasi yang seimbang tentang islam.



## D. Siswa

### 1. Pengertian siswa

Hurlock mengemukakan siswa adalah individu yang mempunyai kepribadian dengan ciri-ciri yang khas yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya.<sup>18</sup> Definisi lain mengungkapkan bahwa siswa adalah orang yang mendapat pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat dan kemampuan agar tumbuh dan berkembang dengan baik serta mempunyai keluasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidiknya.<sup>19</sup> Siswa adalah orang yang mencari ilmu pengetahuan dalam sebuah jenjang pendidikan formal maupun pendidikan non formal dengan tujuan mengembangkan diri untuk menggapai cita-citanya.

Beberapa pandangan mengenai hakikat siswa atau peserta didik dilihat dari filosofis dan teroris menurut Sardiman<sup>20</sup> yaitu:

- a. Pandangan psikonaltik, siswa sebagai insan yang digerakkan oleh dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang bersifat instingtif.
- b. Pandangan humanistik, siswa sebagai insan yang baik dan memiliki dorongan untuk mengarahkan dirinya ke tujuan-tujuan positif.
- c. Pandangan nertalistik, siswa sebagai insan yang tidak dapat dikatakan ini dan itu.
- d. Pandangan behavioristik, siswa sebagai makhluk yang relatif, dimana tingkah lakunya dikontrol oleh faktor-faktor yang bersumber dari luar.

---

<sup>18</sup>Nora Agustina, *Perkembangan Peserta Didik* (Yogyakarta: Grup Penerbitan CV Budi Utama, 2018).

<sup>19</sup>Muhammad Mustari, *Manajemen Pendidikan* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2015).

<sup>20</sup>Nora Agustina, h. 15.

## 2. Karakteristik siswa

Karakteristik siswa merupakan perilaku yang ada pada pribadi sebagai hasil dari interaksi antara bawaan dengan lingkungan sosialnya sehingga menentukan pola aktivitas dalam mewujudkan harapan dan cita-cita<sup>21</sup>.

Menurut Danim karakteristik siswa adalah sebagai berikut:

- a. Berpartisipasi dalam kegiatan kelas secara teratur dan tepat waktu.
- b. Menjadi pendengar dan melatih diri untuk memusatkan perhatian.
- c. Memperhatikan guru sebelum dan sesudah jam pelajaran.
- d. Berdiskusi dengan guru dan teman untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang bermakna.
- e. Mendapatkan tugas dan harus dikerjakan sesuai perintah guru.

### E. Hubungan *Fear Of Missing Out* dengan Intensitas Pengguna Media Sosial

Perkembangan teknologi modern pada saat ini sangat pesat salah satunya adalah media komunikasi berbasis internet. Hadirnya teknologi komunikasi memudahkan penggunanya untuk mendapatkan informasi dan sering berkomunikasi melalui media sosial. Dengan adanya media sosial yang canggih membuat banyak penggunanya beraktivitas di dunia maya dan mampu mengaplikasikan semua kegiatan dalam satu waktu, misalnya *chattingan* dengan mendengarkan musik dan mencari informasi di media sosial.

Penggunaan media sosial yang tidak dibatasi dan tidak terkontrol memiliki potensi resiko masalah signifikan bagi kesehatan dan kesejahteraan mental seperti adanya perilaku *fear of missing out (foMO)*. *FoMO* merupakan ketakutan individu

---

<sup>21</sup>Nora Agustina, h. 21

akan ketinggalan informasi di media sosial, hal inilah yang kemudian mendorong individu untuk terus-menerus mencari tahu mengenai perkembangan atau pembaruan informasi dan kondisi di media sosial.

Seseorang yang berusaha untuk tidak mengalami ketinggalan informasi memiliki keterkaitan dengan intensitas atau waktu yang digunakan untuk membuka media sosial, karena orang yang memiliki perilaku *foMO* tidak bisa jauh-jauh dari *gadget* kemanapun ia pergi harus selalu dibawa dan orang yang seperti itu cenderung menghabiskan waktunya untuk terus mengecek *gadget* guna memantau pemberitaan, melihat-melihat postingan yang dibagikan oleh teman, mengecek kegiatan orang lain yang ada di media sosial.

Semakin tinggi tingkat *fear of missing out* maka semakin tinggi tingkat intensitas pengguna media sosial, begitu sebaliknya jika tingkat *fear of missing out* rendah maka tingkat intensitas pengguna media sosial akan rendah. Seseorang yang mengalami *fear of missing out* tinggi akan merasa dipaksa untuk memeriksa media sosial lebih sering serta tetap *up date* dengan rencana dan kegiatan orang lain.

*Fear of missing out* menjadi penting dalam hal ini terutama dalam mengantisipasi meningkatnya penggunaan media sosial. Jika *FoMO* dapat diantisipasi maka dapat mengurangi kemungkinan mengalami pengalaman negatif lainnya. Penggunaan media sosial yang dapat mengatur penggunaannya akan lebih cenderung terhindar dari dampak yang disebabkan *foMO*. Penggunaan media sosial menurut Topaloglu merupakan derajat kesukaan individu terhadap

media sosial yang dapat dilihat dari sikap individu terkait tujuan penggunaan media sosial dan sikapnya terkait preferensi komunikasi *online*.<sup>22</sup>

Seseorang yang setuju dengan kehadiran media sosial tentunya sangat menyukai dan sering menggunakannya sebagai media untuk mencari informasi, berkomunikasi dan membagikan cerita ke *insta story* ataupun unggahan lainnya di media sosial. Individu dengan sikap yang positif terhadap tujuan penggunaan media sosial akan lebih sering menggunakan media sosial dan merasa bahwa media sosial adalah bermanfaat.

Seseorang yang melihat bahwa media sosial adalah *platform* yang positif, maka semakin orang tersebut setuju terhadap penggunaan media sosial sehingga berpotensi mengalami *foMO* yang tinggi dan meningkatkan intensitasnya dalam menggunakan media sosial, karena *foMO* erat hubungannya dengan penggunaan media sosial yang berlebihan dan ketika sudah ketergantungan dengan media sosial cenderung mengalami ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran jika dirinya tidak bisa terhubung pada suatu kejadian, pengalaman atau percakapan yang menyenangkan tanpa kehadiran dirinya.

Begitu juga jika dilihat dari preferensi komunikasi menggunakan media sosial. Seseorang yang merasa lebih nyaman berkomunikasi menggunakan media sosial daripada komunikasi tatap muka atau *luring* mengindikasikan orang tersebut terikat dengan media sosial dan semakin sering perilaku tersebut diulangi maka semakin berpotensi mengalami *foMO*. Seseorang yang mengalami perilaku *foMO*, komunikasi *online* akan membantunya dalam memenuhi kecemasan yang dialaminya diantaranya menggunakan media sosial untuk tetap terhubung dengan

---

<sup>22</sup>Sitepu, Grace Desy Ratu Fiona. "Hubungan penggunaan media sosial dengan *fear of missing out*", (Skripsi: Universitas Sumatera Utara, 2019)

komunitas atau lingkungan pertemanan lewat *group* atau aplikasi pertemanan lainnya. Seseorang dengan *foMO* akan merasa lebih dapat menghadirkan dirinya dalam situasi percakapan jarak jauh untuk mengetahui informasi dan lelucon yang sedang beredar. Sebaliknya, individu dengan sikap negatif akan mengurangi potensi penggunaan media sosial yang berlebihan sehingga dapat mengantisipasi meningkatnya *foMO*. Selain itu individu dengan sikap negatif terkait preferensi komunikasi *online* akan lebih menyukai komunikasi tatap muka hal ini dapat meningkatkan hubungan yang lebih kuat.

Seseorang dengan *foMO* yang rendah mampu mengatasi perasaan takut, mengelola rasa khawatir, dan tidak mudah mengalami perasaan cemas ketika orang lain sedang mengalami peristiwa menyenangkan tanpanya dan tidak merasa kehilangan kesempatan bertemu dengan orang lain.

