

Peran *Fear of Missing Out* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kecenderungan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Dewasa Awal

Amanda Natasanti¹, Avin Fadilla Helmi²

e-mail: amandanatasanti@mail.ugm.ac.id, avinpsi@ugm.ac.id

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat membawa dampak negatif salah satunya potensi kecenderungan adiksi media sosial. Ditemukan fenomena perilaku yang mengindikasikan kecenderungan adiksi media sosial salah satunya ialah *Fear of Missing Out* (FoMO) atau perasaan takut tertinggal sehingga individu terdorong untuk terus membuka media sosial. Berdasarkan survei dari Royal Society for Public Health (RSPH), media sosial yang memberikan pengaruh paling buruk ialah Instagram. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran FoMO dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Kecenderungan Adiksi Media Sosial Instagram pada Dewasa Awal. Hipotesis dalam penelitian ini ialah FoMO dan Intensitas penggunaan media sosial Instagram mampu memprediksi kecenderungan adiksi media sosial Instagram. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan melakukan penyebaran kuesioner secara online menggunakan Google Form. Terdapat tiga skala yang digunakan dalam penelitian ini, diantaranya skala Kecenderungan Adiksi Media Sosial Instagram, skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan skala FoMO. Partisipan dalam penelitian ini merupakan dewasa awal berusia 18-25 tahun berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta. Hasil penelitian ini diolah menggunakan analisis regresi linier berganda dan hipotesis penelitian ini diterima. Temuan dari penelitian ini menunjukkan FoMO dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram mampu memprediksi Kecenderungan Adiksi Media Sosial Instagram pada Dewasa Awal di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan koefisien determinasi sebesar 45,4%.

Kata kunci : Kecenderungan Adiksi Media Sosial, Intensitas Penggunaan Media Sosial, FoMO, Instagram

Abstract

Excessive use of social media can have negative impacts, one of which is the potential for social media addiction. Behavioral phenomena were found that indicated a tendency towards social media addiction, one of which was Fear of Missing Out (FoMO) or feeling afraid of being left behind so individuals were encouraged to continue opening up on social media. Based on a survey from the Royal Society for Public Health (RSPH), the social media that has the worst influence is Instagram. Therefore, this study aims to determine the role of FoMO and the Intensity of Use of Instagram Social Media on the Tendency of Instagram Social Media Addiction in Early Adults. The hypothesis in this study is that FoMO

and Instagram social media use intensity can predict the tendency of Instagram social media addiction. The method used in this study is quantitative by distributing questionnaires online using Google Forms. There are three scales used in this study, including the Instagram Social Media Addiction Tendency scale, the Intensity Use of Instagram Social Media scale, and the Fear of Missing Out scale. Participants in this study were early adults aged 18-25 years living in the Special Region of Yogyakarta. The results of this study were processed using multiple linear regression analysis and the research hypothesis was accepted. The findings from this study show that FoMO and Intensity of Use of Instagram Social Media can predict the Tendency of Instagram Social Media Addiction in Early Adults in the Special Region of Yogyakarta with a coefficient of determination is 45.4%.

Keyword : Social Media Addiction Tendency, Social Media Usage Intensity, FoMO, Instagram.