

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi komunikasi dan informasi semakin mempermudah manusia untuk melaksanakan berbagai aktivitas sehari-hari, salah satunya adalah internet. Di Indonesia, pengguna internet semakin bertambah dari tahun ke tahun. Pada awal 2024, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyebutkan bahwa pengguna internet Indonesia telah mencapai 221 juta dari total 278 juta penduduk.<sup>1</sup> Angka ini meningkat dibandingkan dengan survei awal 2023 yang menyentuh 215 juta pengguna internet Indonesia.<sup>2</sup> Survei pengguna internet Indonesia juga dilakukan oleh We Are Social dan Meltwater dalam laporan *Digital 2024: Indonesia* pada awal 2024. Mereka menemukan bahwa pengguna internet Indonesia telah mencapai 185,3 juta dari total penduduk 278 juta jiwa. Angka tersebut meningkat 1,5 juta dari survei tahun sebelumnya.<sup>3</sup> Hasil temuan tersebut memberi gambaran bahwa internet telah menjadi kebutuhan utama sebagian besar masyarakat Indonesia.

Sejalan dengan peningkatan penggunaan internet di Indonesia, penggunaan platform media sosial juga terus mengalami peningkatan. Menurut laporan *Digital 2024: Indonesia* pada Januari 2024, pengguna media sosial aktif di Indonesia mencapai 139 juta atau hampir 50 persen dari total penduduk dengan 126 juta pengguna di antaranya berusia di atas 18 tahun. Laporan yang sama menunjukkan bahwa media sosial yang

---

<sup>1</sup> Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), "Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang," APJII, 7 Februari 2024, diakses 19 Maret 2024, <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>.

<sup>2</sup> Andrean W. Finaka, "Orang Indonesia Makin Melek Internet," Indonesia Baik, 2023, diakses 27 Maret 2024, <https://indonesiabaik.id/infografis/orang-indonesia-makin-melek-internet>.

<sup>3</sup> We Are Social dan Meltwater, "Digital 2024: Indonesia," Data Reportal, 31 Januari 2024, diakses 17 April 2024, <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>.

banyak digunakan penduduk Indonesia adalah WhatsApp (90,9%), Instagram (85,3%), Facebook (81,6%), Tik Tok (73,5%), Telegram (61,3%), dan X atau Twitter (57,5%).<sup>4</sup> Kehadiran platform media sosial tentu mempermudah aktivitas manusia dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam berkomunikasi. Mereka dapat berhubungan komunikasi dengan keluarga, teman, guru atau siapa pun tanpa harus bertatap muka langsung. Selain itu, mereka menggunakan media sosial untuk mengetahui topik atau tren yang sedang berkembang, mencari informasi, menemukan inspirasi, mencari produk untuk dibeli, atau sekedar menghabiskan waktu senggang.<sup>5</sup>

Media sosial seakan tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari manusia seiring dengan pesatnya perkembangan zaman yang selalu berubah dan berkembang. Laporan *Digital 2024: Indonesia* yang dipublikasikan di Data Reportal pada Januari 2024, rata-rata masyarakat Indonesia menggunakan internet selama 7 jam 38 menit setiap harinya. Dalam laporan yang sama, rata-rata masyarakat Indonesia mengakses media sosial selama 3 jam 11 menit setiap harinya.<sup>6</sup> Peningkatan penggunaan media sosial yang signifikan telah mengubah berbagai aspek kehidupan manusia, mulai dari hubungan komunikasi, bisnis hingga sarana hiburan. Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat membuat penggunanya mudah mengalami kecanduan atau ketergantungan media sosial.<sup>7</sup>

Kecanduan media sosial didefinisikan sebagai suatu keadaan individu yang menggunakan media sosial secara intens dan berlebihan hingga tak terkendali. Keadaan ini tentu membuat penggunanya mengalami permasalahan psikologis dan sosial.<sup>8</sup> Kecanduan media sosial tentu tidak

---

<sup>4</sup> *Ibid.*

<sup>5</sup> *Ibid.*

<sup>6</sup> *Ibid.*

<sup>7</sup> L. K. D. Rahardjo dan C. H. Soetjiningsih, "Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa," *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4, no. 2 (2022): 456–461.

<sup>8</sup> Kootesh et. al., dalam Jamaludin et. al., *Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Uin Syarif Hidayatullah Jakarta* (2022), 138-155.

dapat dipisahkan dari suatu gangguan kesehatan mental bernama *Fear of Missing Out* atau biasa disebut FoMO.<sup>9</sup> FoMO didefinisikan sebagai suatu kecemasan yang dialami individu jika tidak mengetahui dan mengikuti aktivitas yang dilakukan individu lain serta berusaha untuk mengikutinya di media sosial.<sup>10</sup> Dalam artian, mereka yang mengalami FoMO cenderung khawatir dengan kehidupan individu lain jika tidak segera membuka media sosial miliknya. Hal ini diperkuat dengan temuan laporan *Digital 2024: Indonesia* pada awal 2024 bahwa salah satu alasan utama masyarakat Indonesia menggunakan media sosial adalah menghindari kecemasan akibat ketakutan tertinggal terhadap apa pun yang dilakukan individu lain.<sup>11</sup> Hal ini dapat membuktikan bahwa penggunaan media sosial memiliki keterkaitan yang erat dengan fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO).

*Fear of Missing Out* atau FoMO dapat dialami oleh siapa saja, termasuk kelompok mahasiswa. Laporan APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada 2022 menunjukkan sekitar 98,19% atau hampir seluruh mahasiswa Indonesia telah mengakses media sosial, meningkat 3,55% dibandingkan pada 2020 dengan 94,64%.<sup>12</sup> Mahasiswa berada pada tahap perkembangan (18 – 25 tahun), yang merupakan masa transisi remaja akhir ke dewasa awal akan mengalami dinamika psikologis. Pada usia perkembangan ini, mahasiswa berusaha mengembangkan kemampuan yang dibutuhkan untuk menciptakan hubungan sosial dengan individu lain, baik teman atau individu lain. Oleh karena itulah, media sosial menjadi pilihan tepat karena salah satu fungsinya yang memudahkan

---

<sup>9</sup> S. Nafisa dan I. K. Salim, "Hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan Kecanduan Media Sosial," *Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 2, no. 1 (2022): 41–48.

<sup>10</sup> A. K. Przybylski et. al., "Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of *Fear of Missing Out*," *Computers in Human Behavior* 29, no. 4 (2013): 1841–1848.

<sup>11</sup> We Are Social dan Meltwater, "*Digital 2024: Indonesia*".

<sup>12</sup> Ngiluhtara Aditiya Putri, "*Tren Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa*," *Medcom.id*, 9 Februari 2024, diakses 17 September 2024, <https://osc.medcom.id/community/tren-penggunaan-media-sosial-di-kalangan-mahasiswa-6439>.

mahasiswa dalam berkomunikasi dan membentuk hubungan sosial dengan individu lain.<sup>13</sup>

Selain sebagai sarana komunikasi dengan teman atau individu lain, mahasiswa menggunakan media sosial untuk mencari beragam informasi, sarana berbisnis, sarana menumpahkan perasaan yang dialami dan sekedar hiburan menghilangkan kebosanan. Penelitian Andriani dan Sulistyorini (2022) menemukan bahwa alasan mahasiswa menggunakan media sosial atas dasar kebutuhan diri, mengikuti perkembangan zaman, kebutuhan tugas kuliah, dorongan individu lain, dan ikut-ikutan teman. Hasil survei APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada 2022 menunjukkan bahwa mahasiswa rata-rata menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial selama 3-5 jam setiap hari.<sup>14</sup> Hasil ini mengindikasikan penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa yang cukup tinggi. Selain memberikan kemudahan yang bermanfaat, penggunaan media sosial juga memberikan dampak negatif kepada mahasiswa, mulai dari terganggunya fokus kuliah, rentan terpapar informasi tidak benar (*hoax*) hingga ketergantungan pada media sosial yang berujung pada keadaan FoMO.<sup>15</sup>

Dalam perspektif *Self-Determination Theory* (SDT) yang dikemukakan Deci dan Ryan (1985), keadaan *Fear of Missing Out* (FoMO) dapat terjadi karena kebutuhan psikologis individu akan *self* (kompetensi, otonomi) dan *relatedness* (keterhubungan sosial) yang tidak terpenuhi.<sup>16</sup> Salah satu kebutuhan psikologis yang relevan dengan konteks mahasiswa adalah *relatedness*, yaitu kebutuhan individu untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Ketika hubungan sosial tidak terbangun dengan baik melalui komunikasi interpersonal, individu cenderung mencari pemenuhan kebutuhan tersebut melalui media sosial untuk mengetahui informasi dari teman atau orang lain. Hal ini dapat memicu gejala FoMO

---

<sup>13</sup> A. A. Al Aziz, "Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa," *Acta Psychologia* 2, no. 2 (2020): 92-107.

<sup>14</sup> Ngiluhtara Aditiya Putri, "Tren Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa".

<sup>15</sup> *Ibid.*

<sup>16</sup> Przybylski et. al., *Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates*.

karena mereka merasa perlu terus mengikuti aktivitas yang dilakukan teman atau orang lain melalui media sosial.<sup>17</sup>

Komunikasi interpersonal (*interpersonal communication*) didefinisikan sebagai suatu pertukaran pesan atau informasi yang bersifat timbal balik dan memengaruhi antara dua individu atau lebih.<sup>18</sup> Dengan adanya komunikasi interpersonal, individu dapat mewujudkan apa pun yang dibutuhkan dalam kehidupannya, termasuk dalam membangun hubungan sosial dengan orang lain. Hal ini memang tidak dilepaskan dari sifat manusia sebagai makhluk sosial yang tidak dapat hidup tanpa kehadiran manusia lain. Komunikasi interpersonal yang dilakukan antar individu secara tatap muka dapat menghadirkan kedekatan emosional yang lebih mendalam, sehingga mendukung terciptanya hubungan sosial yang kuat. Dalam konteks mahasiswa, komunikasi interpersonal berperan penting dalam membangun hubungan sosial yang sehat, terutama di tengah perkembangan digital yang berhubungan dengan penggunaan media sosial.<sup>19</sup>

Menurut DeVito (2016), aspek-aspek dalam komunikasi interpersonal adalah keterbukaan (*openness*) dengan jujur saat berkomunikasi, berempati (*empathy*) dengan menanggapi individu lain saat berbicara, memberi dukungan (*supportiveness*) dari pembicaraan individu lain, bersikap positif (*positiveness*) dengan menciptakan hubungan yang harmonis bersama individu lain dan kesetaraan (*equality*) dengan berkomunikasi dua arah agar tidak ada yang mendominasi.<sup>20</sup> Seiring dengan perkembangan teknologi komunikasi dan informasi, kebiasaan komunikasi interpersonal individu mengalami perubahan dengan kehadiran media komunikasi modern seperti *smartphone* dan laptop. Dengan adanya media

---

<sup>17</sup> Aidatul Fauziyah Afi, *Peran Komunikasi Interpersonal dalam Mengatasi Fear of Missing Out pada Generasi Z yang Kecanduan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa UNISSULA*, Skripsi Sarjana (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024).

<sup>18</sup> DeVito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book. 14th ed.* Boston: Pearson Education Limited, 2016: 26-27.

<sup>19</sup> Afi, *Peran Komunikasi Interpersonal dalam Mengatasi Fear of Missing Out.*

<sup>20</sup> DeVito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book. 14th ed.:* 184-293.

komunikasi yang semakin canggih, individu dapat berkomunikasi dengan siapa pun tanpa harus bertemu langsung. Ketika individu-individu saling bertemu pun, mereka bahkan sibuk dengan berselancar media sosial di *smartphone* dan mengabaikan lingkungan sekitarnya. Keadaan ini tentu dapat mengurangi makna hubungan komunikasi sesama individu dan memunculkan dampak buruk seperti rentan terpancing isu-isu, rentan langsung naik darah, serta rentan bertikai dengan individu lain.<sup>21</sup>

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan gambaran mengenai tingkat komunikasi interpersonal maupun *Fear of Missing Out* (FoMO) yang dialami oleh mahasiswa. Penelitian Ali (2021) menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada dalam tingkat sedang. Artinya, mereka menggunakan kemampuan komunikasi interpersonal sebagai bentuk interaksi antar individu. Kemudian, penelitian Abdulloh (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kondisi *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam kategori sedang. Artinya, mereka masih bisa mengendalikan diri dari perasaan cemas dan takut kehilangan momen berharga tanpa keterlibatan individu lain di media sosial. Terakhir, penelitian Afi (2023) menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal yang baik cenderung lebih mampu mengatasi FoMO dengan dampak prasangka yang ditimbulkan. Kemampuan dalam membangun hubungan yang intens, mengelola emosi, dan mengakses dukungan sosial secara efektif dapat membantu mahasiswa mengurangi dampak negatif dari ketergantungan media sosial. Hasil temuan ini memperkuat pentingnya melihat kondisi aktual tingkat komunikasi interpersonal dan FoMO di kalangan mahasiswa, terutama di tengah perkembangan teknologi komunikasi dan informasi yang semakin masif.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian mengenai gambaran kuantitatif tingkat komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out*

---

<sup>21</sup> Silfia Hanani, *Komunikasi Antarpribadi: Teori & Praktik* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 26.

(FoMO) dipandang penting untuk dilakukan dengan mengambil subjek mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pengambilan subjek ini dilandasi pada kenyataan bahwa mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung merupakan bagian dari Generasi Z yang aktif dalam bermedia sosial. Bahkan, beberapa di antara mereka merupakan konten kreator aktif dengan jumlah pengikut (*follower*) yang cukup besar. Peneliti telah melakukan pengamatan terhadap mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, baik di dalam maupun di luar lingkungan kampus. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa mahasiswa sering menggunakan *smartphone* untuk berbagai kebutuhan, seperti berkomunikasi dengan teman yang berada jauh, mencari informasi untuk tugas kuliah, bermain *game online*, mengabadikan momen melalui kamera, berselancar di media sosial, hingga membuat konten untuk mengisi waktu luang. Diketahui juga bahwa mereka tetap aktif menggunakan *smartphone* dalam beberapa kesempatan, meskipun sedang berkumpul dan berinteraksi langsung dengan teman di sekitarnya.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas mengenai perilaku mereka dalam menggunakan *smartphone* dan media sosial. Mereka mengungkapkan bahwa penggunaan *smartphone* saat berkumpul bersama teman sangat dipengaruhi oleh keadaan dan tingkat kedekatan hubungan. Ketika komunikasi berlangsung dengan suasana yang menyenangkan dan akrab, mereka cenderung tidak menggunakan *smartphone*. Namun, ketika keadaan terasa kurang nyaman atau membosankan, mereka cenderung menjadikan media sosial sebagai pelarian utama untuk mengalihkan perhatian. Secara umum, mahasiswa memanfaatkan *smartphone* untuk berbagai kebutuhan, mulai dari mencari informasi harian, mengakses materi perkuliahan, berkomunikasi, mencari hiburan melalui media sosial, bermain *game online*, hingga membuat dan mengedit konten pribadi. Ketika merasa bosan, sebagian dari mereka mengandalkan media sosial sebagai hiburan, sementara yang lain

melepaskan diri dari media sosial dengan melakukan berbagai aktivitas alternatif.

Dalam konteks komunikasi, sebagian besar dari mereka menyatakan lebih nyaman berinteraksi secara langsung atau melalui *video call* dibandingkan hanya melalui percakapan teks (*chat*) karena dianggap lebih ekspresif dan dapat meminimalkan terjadi miskomunikasi. Keseluruhan gambaran tersebut menunjukkan bahwa *smartphone* dan media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari keseharian mahasiswa. Hal tersebut berpotensi memunculkan gejala *Fear of Missing Out* (FoMO) yang secara tidak langsung dapat memengaruhi kualitas komunikasi interpersonal, hubungan sosial, dan aktivitas akademik mahasiswa. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

## **B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian**

### **1. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah yang akan dijadikan sebagai bahan penelitian, yaitu:

- a. Intensitas penggunaan media sosial di Indonesia yang cukup tinggi hingga rentan mengalami kecemasan *Fear of Missing Out* (FoMO) bagi masyarakat, termasuk kelompok mahasiswa.
- b. Kualitas komunikasi interpersonal yang kurang optimal dapat mendorong sebagian orang beralih menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan sosial.
- c. Mahasiswa merasa cemas atau takut tertinggal jika tidak mengikuti perkembangan informasi, tren, atau aktivitas yang dilakukan teman di media sosial.
- d. Perasaan cemas yang dikenal dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) yang dialami mahasiswa dapat mengganggu aspek-aspek

kehidupan, termasuk aktivitas akademik kampus dan hubungan sosial.

- e. Terdapat perubahan pola komunikasi interpersonal, dimana mahasiswa cenderung membuka *smartphone* atau media sosial daripada berinteraksi dan berkomunikasi langsung saat berkumpul dengan temannya.
- f. Aktivitas di media sosial tidak selalu memenuhi kebutuhan mahasiswa akan keterhubungan sosial, sehingga berdampak pada rendahnya kualitas komunikasi interpersonal.

## 2. Batasan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti perlu membatasi masalah yang akan diteliti agar pembahasan tidak terlalu melebar kepada aspek-aspek yang jauh dari penelitian yang akan dilakukan.<sup>22</sup> Oleh karena itu, penelitian ini hanya difokuskan pada aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Penelitian ini difokuskan untuk menggambarkan tingkat komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO) secara kuantitatif pada mahasiswa, tanpa meneliti hubungan kausal antara kedua variabel tersebut.
- b. Penelitian ini hanya mengkaji faktor-faktor yang relevan dan mendukung dalam memperoleh gambaran umum mengenai kondisi aktual kedua variabel pada subjek penelitian.
- c. Subjek penelitian dibatasi pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dengan karakteristik tertentu yang sesuai dengan kriteria sampel yang telah ditetapkan.

---

<sup>22</sup> A. Ikhlas, M. et. al., "Masalah Penelitian/Research Problem; Pengertian Dan Sumber Masalah, Pertimbangan, Kriteria Pemilihan Masalah, Perumusan Dan Pembatasan Masalah, Landasan Teori," *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, Jakarta. 2 (2023): 12930–12942.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan identifikasi masalah dan batasan penelitian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat komunikasi interpersonal pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Bagaimana tingkat *Fear of Missing Out* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah sebelumnya, tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat komunikasi interpersonal pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Untuk mengetahui bagaimana tingkat *Fear of Missing Out* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

### **E. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan sebagai berikut:

#### **1. Kegunaan Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan literatur baru untuk pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang komunikasi dan psikologi, khususnya yang berkaitan dengan fenomena komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur yang membahas gambaran kuantitatif tingkat komunikasi interpersonal dan FoMO di kalangan mahasiswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi acuan untuk memperkuat atau mengembangkan teori-teori yang relevan dengan dua variabel tersebut dalam konteks perkembangan digital.

#### **2. Kegunaan Praktis**

- a. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kualitas komunikasi interpersonal di tengah maraknya penggunaan media sosial yang dapat memicu *Fear of Missing Out* (FoMO). Dengan

demikian, mahasiswa diharapkan dapat menggunakan *smartphone* dan media sosial secara lebih bijak serta dapat meningkatkan komunikasi interpersonal secara langsung dengan lingkungan sekitarnya.

- b. Bagi kampus, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mendukung pengembangan program literasi digital dan penguatan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk membangun suasana akademik yang mendorong interaksi sosial yang sehat sebagai upaya preventif terhadap gejala *Fear of Missing Out* (FoMO) di kalangan mahasiswa.
- c. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya komunikasi tatap muka dalam membangun hubungan sosial dengan orang sekitar. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pandangan tentang bagaimana fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) dapat muncul akibat rendahnya keterhubungan sosial secara langsung di tengah perkembangan interaksi digital yang semakin masif.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi awal dalam kajian lanjutan terkait dengan topik komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO). Dengan demikian, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan memperluas atau mendalami berbagai aspek tertentu.

#### **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian didefinisikan sebagai suatu bingkai yang memberi gambaran jelas tentang batas penelitian, mempersempit permasalahan, dan membatasi wilayah penelitian. Dengan demikian, penelitian dapat dilakukan secara terarah sesuai dengan faktor-faktor yang

telah ditentukan sebelumnya.<sup>23</sup> Penelitian ini menitikberatkan pada gambaran kuantitatif tingkat komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Ruang lingkup penelitian difokuskan pada dua variabel utama, yaitu komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO), tanpa meneliti adanya pengaruh atau hubungan sebab-akibat antara keduanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat komunikasi interpersonal dan tingkat FoMO yang dialami oleh mahasiswa, terutama dalam konteks keseharian di era perkembangan digital.

## **G. Penegasan Variabel**

Dalam penelitian ini, peneliti perlu menegaskan variabel-variabel yang digunakan agar pembahasan hasil temuan lebih terarah. Penelitian ini memiliki dua variabel utama, yaitu komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* (FoMO). Penegasan terhadap kedua variabel tersebut dijabarkan secara konseptual dan operasional, sebagai berikut:

### **1. Penegasan Konseptual**

Dalam penegasan konseptual, peneliti mendefinisikan setiap variabel berdasarkan teori-teori yang bersumber dari literatur ilmiah. Hal ini bertujuan agar peneliti dapat memahami apa yang dimaksud dari variabel-variabel yang diteliti. Penegasan konseptual dalam penelitian ini sebagai berikut:

#### **a. Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi interpersonal didefinisikan sebagai suatu pertukaran pesan atau informasi yang bersifat timbal balik dan memengaruhi antara dua individu atau lebih.<sup>24</sup> Dengan kemampuan komunikasi interpersonal, individu dapat mewujudkan apa pun yang dibutuhkan dalam kehidupannya, termasuk dalam membangun hubungan sosial dengan orang lain. Hal ini memang tidak dilepaskan

---

<sup>23</sup> Faisar Ananda Arfa dan Watni Marpaung, *Metodologi Penelitian Hukum Islam*, cet. 2, revisi (Jakarta: Prenadamedia Group, Divisi Kencana, 2018), 111.

<sup>24</sup> DeVito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book*. 14th ed.: 26-27.

dari sifat manusia sebagai makhluk sosial yang tidak dapat hidup tanpa kehadiran manusia lain.

b. Fear of Missing Out

*Fear of Missing Out* atau FoMO didefinisikan sebagai suatu kecemasan yang dialami individu jika tidak mengetahui dan mengikuti aktivitas yang dilakukan individu lain serta berusaha untuk mengikutinya di media sosial.<sup>25</sup> Dengan kata lain, mereka yang mengalami FoMO cenderung khawatir dengan kehidupan individu lain jika tidak segera membuka media sosial miliknya. Fenomena ini tidak terlepas dari perkembangan teknologi digital saat ini, di mana internet dan media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia sehari-hari.

## 2. Penegasan Operasional

Dalam penegasan operasional, peneliti mendefinisikan setiap variabel secara operasional agar mempermudah proses pengukuran saat pengumpulan data. Penegasan operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Komunikasi Interpersonal

Menurut DeVito (2016), komunikasi interpersonal memiliki lima aspek utama, yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan.<sup>26</sup> Aspek-aspek ini dikembangkan menjadi indikator-indikator dalam penelitian yang menggambarkan sejauh mana mahasiswa membangun dan menjalin hubungan sosial, baik melalui komunikasi langsung (tatap muka) maupun melalui media komunikasi seperti media sosial.

b. Fear of Missing Out

Menurut Przybylski *et. al.* (2013) berdasarkan teori *Self-Determination Theory* (SDT), *Fear of Missing Out* memiliki dua aspek utama, yaitu *self* (kompetensi, otonomi) dan *relatedness*

---

<sup>25</sup> Przybylski *et. al.*, *Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates*.

<sup>26</sup> DeVito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book*. 14th ed.: 184-293.

(keterhubungan sosial).<sup>27</sup> Aspek-aspek ini dikembangkan menjadi indikator-indikator dalam penelitian yang menggambarkan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa ketika merasa tertinggal dari aktivitas teman atau orang lain, termasuk melalui media sosial.

## **H. Sistematika Penulisan**

Dalam penelitian ini, susunan sistematika penulisan terdiri dari enam bab, sebagai berikut:

### **BAB I                    PENDAHULUAN**

Bab ini berisi penjelasan tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, dan sistematika penulisan.

### **BAB II                    LANDASAN TEORI**

Bab ini berisi penjelasan tentang kajian teoritis, penelitian terdahulu, dan kerangka teoritis yang digunakan dalam mengkaji judul penelitian yang diangkat.

### **BAB III                    METODE PENELITIAN**

Bab ini berisi penjelasan tentang pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi sampling dan sampel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, serta tahapan penelitian.

### **BAB IV                    HASIL PENELITIAN**

Bab ini membahas tentang deskripsi karakteristik responden dan deskripsi data variabel dari hasil temuan penelitian.

---

<sup>27</sup> Przybylski et. al., *Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates*.

**BAB V****PEMBAHASAN**

Bab ini membahas tentang hasil analisis dan interpretasi temuan penelitian serta menghubungkan hasil penelitian dengan teori-teori dan rumusan masalah yang telah ditentukan sebelumnya.

**BAB VI****PENUTUP**

Bab ini membahas tentang kesimpulan hasil penelitian yang telah dilakukan dan saran untuk subjek penelitian atau pihak yang terkait serta peneliti selanjutnya.