

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO) DENGAN *SOCIAL COMPARISON* PADA SISWA PENGGUNA INSTAGRAM
DI SMAN 14 ISKANDAR MUDA BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**NURUL JAWAHIRI PUTRI
NIM. 190901078**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1446 H/2025 M**

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DENGAN *SOCIAL COMPARISON* PADA SISWA PENGGUNA INSTAGRAM
DI SMAN 14 ISKANDAR MUDA BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

**NURUL JAWAHIRI PUTRI
NIM. 190901078**

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

**Julianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197209021997031002**

**Ida Fitria, S.Psi., M.Sc
NIP. 198805252023212049**

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DENGAN *SOCIAL COMPARISON* PADA SISWA PENGGUNA INSTAGRAM
DI SMAN 14 ISKANDAR MUDA BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Telah Dinilai oleh Tim Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 (S.Psi)**

Diajukan Oleh:

**NURUL JAWAHIRI PUTRI
NIM. 190901078**

**Pada hari/Tanggal
Rabu, 14 Mei 2025**

Tim Munaqasyah Skripsi

Ketua,

Sekretaris,

Julianto, S.Ag., M.Si

Ida Fitria, S.Psi., M.Sc

NIP. 197209021997031002

NIP. 198805252023212049

Penguji I,

Penguji II,

Harri Santoso, S.Psi., M.Ed

Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NDIN. 1327058101

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



Prof. Dr. Muslim, M. Si

NIP. 196610231994021001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Nurul Jawahiri Putri

NIM : 190901078

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 01 Mei 2025

Yang Menyatakan



Nurul Jawahiri Putri
NIM. 190901078

PRAKATA

Bismillahirrahmanirrahim.

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap saat sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Hubungan *Fear of Missing Out* dengan *Social Comparison* pada Siswa Pengguna Instagram di SMAN 14 Iskandar Muda Banda Aceh**”. Shalawat dan salam mari sama-sama kita sampaikan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah menyampaikan risalah, memperjuangkan Islam dan membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Peneliti menyadari bahwa tanpa doa dan dukungan dari kedua orang tua, peneliti tidak akan sampai pada tahap ini. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada orang tua tercinta, Ibunda Musmar dan Ayahanda Salman yang telah menjadi orang tua yang sangat luar biasa, yang selalu memberikan dukungan, doa dan kasih sayang yang tiada henti sehingga peneliti sampai ke tahap akhir penyelesaian program S1 ini, serta juga selalu menjadi tempat berkeluh-kesah saya selama proses penyelesaian skripsi. Skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, keluarga dan teman-teman terdekat.

Selanjutnya peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa Psikologi.

2. Bapak Prof. Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si sebagai Wakil Dekan I bidang Akademik dan Kelembagaan.
3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag., Ph.D sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, yang telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
4. Bapak Drs. Nasruddin, M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
5. Bapak Julianto Saleh, S.Ag., M.Si selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry, sebagai pembimbing I skripsi, ketua dalam sidang munaqasyah skripsi dan merangkul pembimbing akademik yang juga telah meluangkan waktu membantu menjadi pemateri pada pelaksanaan penelitian, memberi banyak masukan dalam skripsi ini, dan sangat banyak membantu selama peneliti pada masa perkuliahan hingga penelitian skripsi ini.
6. Ibu Ida Fitria, S.Psi., M.Sc. selaku pembimbing II peneliti dalam sidang munaqasyah skripsi yang juga telah meluangkan waktu membantu menjadi pemateri pada pelaksanaan penelitian dan memberi banyak masukan dalam skripsi ini.
7. Bapak Harri Santoso, S.Psi., M.Ed selaku penguji I yang senantiasa memberikan masukan kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.

8. Ibu Nurul Adharina S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji II yang senantiasa memberikan masukan kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.
9. Seluruh civitas akademika, dosen serta staf Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
10. Terima kasih kepada saudara kandung peneliti kakak Vonna Lathifa A.Md.Farm., abang Arief Marsal A.Md.Kom., dan adik laki-laki peneliti Zayyan Muhammad Akif yang selalu memberi dukungan, hiburan dan kepercayaan kepada peneliti bahwa peneliti mampu menyelesaikan skripsi.
11. Terima kasih kepada teman seperjuangan peneliti Miftahul Jannah, Nova Monisa dan Hafizhah Ulfa untuk semua yang sudah kita lalui bersama, setiap emosi yang kita rasakan bersama, kebahagiaan, kesedihan, keluhan dan air mata, mulai dari semester satu yang awalnya hanya partner kerja kelompok hingga menjadi partner segalanya saat di perkuliahan, sampai dalam menyelesaikan skripsi, yang selalu membantu, menguatkan dan memberikan hal positif kepada peneliti dari awal sampai di tahap akhir penyelesaian skripsi.
12. Terima kasih kepada teman-teman masa kecil peneliti Radila Putri Alda, Hatfina Makrami, dan Ulfa Nadia Amanda yang senantiasa selalu menjadi pendengar yang baik, selalu menjadi rumah ternyaman untuk berkeluh kesah, selalu setia mendengar semua permasalahan serta selalu memberi sokongan untuk peneliti menyelesaikan skripsi ini.

13. Teruntuk seseorang yang belum bisa penulis tulis dengan jelas Namanya disini, namun sudah tertulis jelas di *Lauhul Mahfudz* untuk penulis. Terimakasih telah menjadi salah satu sumber motivasi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini sebagai salah satu bentuk penulis dalam memantaskan diri.

14. Terimakasih untuk doa, bantuan dan kebaikan dari orang-orang yang turut andil dalam membantu proses penyelesaian skripsi ini sampai dengan selesai, baik dari orang yang saya tahu maupun tidak ketahui, semoga segala bantuan dan kebaikannya dibalas dengan balasan terbaik dari Allah SWT dan senantiasa diberkahi sampai dengan akhir hayat.

15. Terakhir penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada sosok yang selama ini diam-diam berjuang tanpa henti, seorang perempuan sederhana dengan impian yang tinggi, namun sering kali sulit ditebak isi pikiran dan hatinya. Terimakasih kepada penulis skripsi ini yaitu diriku sendiri Nurul Jawahiri Putri. Anak ketiga yang sudah berusia 25 tahun yang dikenal dengan keras kepalanya namun sifatnya seperti anak kecil pada umumnya. Terimakasih sudah hadir di dunia ini, telah bertahan sampai ditahap ini, dan tetap berjalan melewati segala tantangan yang semesta hadirkan. Terimakasih karena tetap mejadi dirimu sendiri. Aku bangga atas setiap langkah yang kau ambil, atas semua pencapaian yang mungkin tak selalu dirayakan orang lain. Meskipun terkadang harapan tak sesuai dengan apa yang semesta berikan, tetaplah belajar menerima dan bersyukur dengan apapun yang kamu dapatkan. Berbahagialah dimanapun kamu berada, rayakan apapun dalam dirimu dan

jadikan dirimu bersinar dimanapun dirimu bertumpu. Aku berdoa, semoga langkah kecil dari kaki kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi oleh orang-orang yang hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab.

Akhirnya peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. sehingga saran dan kritik dari pembaca sangat diharapkan. Harapan peneliti, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 28 April 2025
Peneliti

Nurul Jawahiri Putri

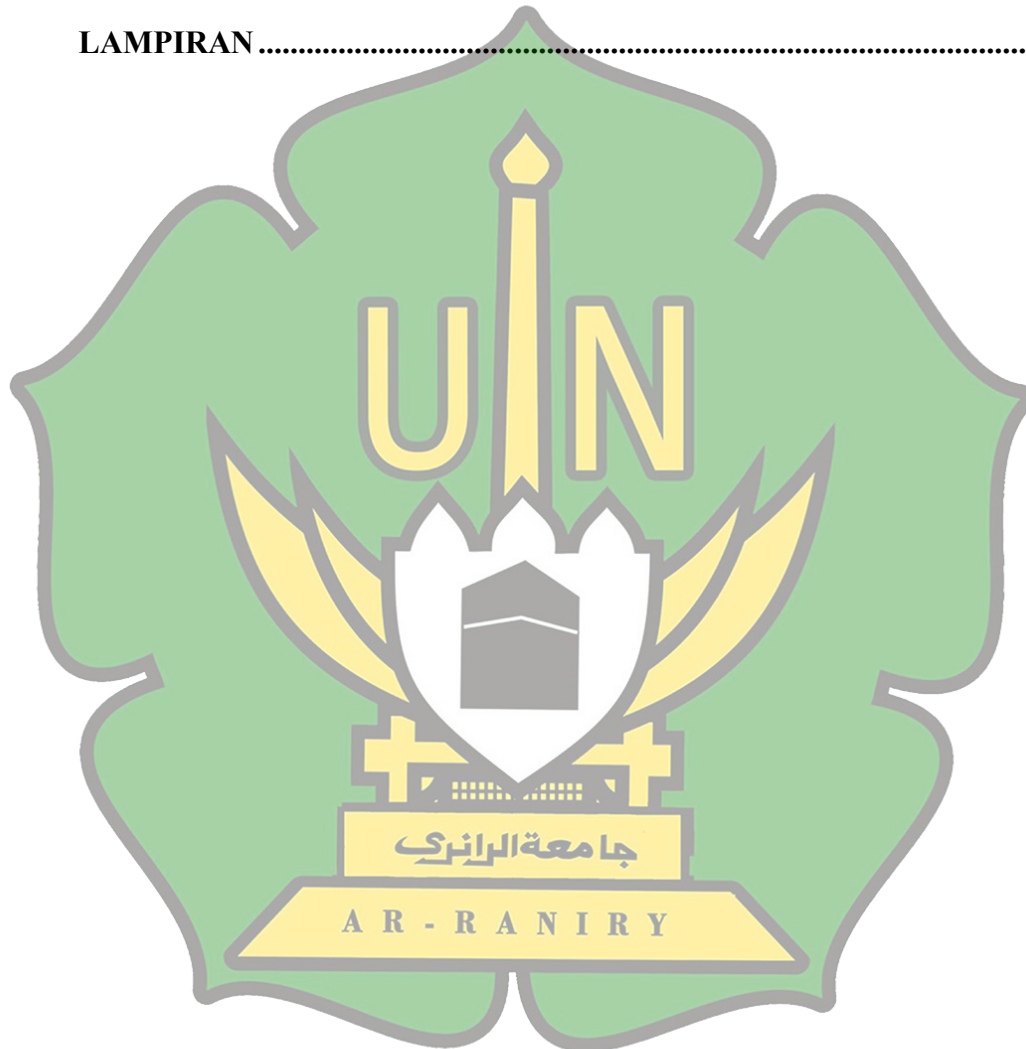


DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. <i>Social comparison</i>	11
1. Definisi <i>Social comparison</i>	11
2. Aspek-aspek <i>Social comparison</i>	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Social comparison</i>	14
B. <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	15
1. Definisi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	15
2. Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	16
C. Hubungan <i>Social comparison</i> dengan <i>Fear of Missing Out</i>	17
D. Hipotesis	18

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	19
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	19
B. Identifikasi Variabel Penelitian	19
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	20
1. <i>Social comparison</i>	20
2. <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	20
D. Subjek Penelitian	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel	21
E. Teknik Pengumpulan Data.....	22
1. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	22
2. Uji Validitas.....	27
3. Uji Daya Beda Item	30
4. Uji Reliabilitas	32
F. Teknik Analisis Data	33
1. Proses Pengelolaan Data	33
2. Uji Asumsi	33
3. Uji Hipotesis	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	36
1. Administrasi Penelitian.....	36
2. Pelaksanaan Uji Coba	37
B. Deskriptif Data Penelitian.....	37
1. Demografi Penelitian	37
2. Data Kategorisasi	40
C. Pengujian Hipotesis	44
1. Hasil Uji Prasyarat.....	44
2. Hasil Uji Hipotesis.....	46
D. Pembahasan	47

BAB V PENUTUP.....	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	55



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala <i>Favorable</i> dan Skor Skala <i>Unfavorable</i>	23
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Social comparison</i>	24
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	26
Tabel 3.4 Koefisien CVR Skala <i>Social comparison</i>	29
Tabel 3.5 Koefisien CVR Skala <i>Fear of Missing Out</i>	29
Tabel 3.6 Koefisien Daya Beda Aitem Skala <i>Social comparison</i>	31
Tabel 3.7 Koefisien Daya Beda Aitem Skala <i>Fear of Missing out</i>	31
Tabel 3.8 Klasifikasi Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i>	33
Tabel 4.1 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin	38
Tabel 4.2 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Usia.....	38
Tabel 4.3 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Kelas	39
Tabel 4.4 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Lama Bergabung Di Instagram	39
Tabel 4.5 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Lama bermain Instagram dalam Sehari	40
Tabel 4.6 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Social comparison</i>	41
Tabel 4.7 Kategorisasi Skala <i>Social comparison</i>	42
Tabel 4.8 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Fear of Missing Out</i>	42
Tabel 4.9 Kategorisasi Skala <i>Fear of Missing Out</i>	43
Tabel 4.10 Uji Normalitas Data Penelitian.....	44
Tabel 4.11 Uji Linearitas Data Penelitian	45
Tabel 4.12 Uji Hipotesis Data Penelitian	46

جامعة الرانري

A R - R A N I R Y

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tentang Pembimbingan Skripsi
Lampiran II	: Surat Izin Penelitian
Lampiran III	: Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
Lampiran IV	: Skala Penelitian <i>Fear of Missing Out</i> dan <i>Social Comparrison</i>
Lampiran V	: Tabulasi Data <i>Try Out</i>
Lampiran VI	: Hasil <i>Try Out</i>
Lampiran VII	: Tabulasi Penelitian <i>Fear of Missing Out</i> dan <i>Social Comparrison</i>
Lampiran VIII	: Hasil Penelitian
Lampiran IX	: Daftar Riwayat Hidup Peneliti



HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DENGAN *SOCIAL COMPARISON* PADA SISWA PENGGUNA INSTAGRAM DI SMAN 14 ISKANDAR MUDA BANDA ACEH

ABSTRAK

Social comparison berkaitan dengan proses seseorang membandingkan kemampuan, pendapat atau sifatnya dengan orang lain. *Social comparison* terjadi karena adanya dorongan bawaan untuk mengevaluasi diri dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain, misalnya dengan melihat pencapaian orang lain melalui media sosial Instagram. *Social comparison* yang dialami seseorang berhubungan dengan *fear of missing out* (FoMO) yaitu rasa takut akan kehilangan moment dengan lingkungan sekitarnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan *social comparison* pada siswa pengguna Instagram. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini berjumlah 233 siswa SMAN 14 Iskandar Muda Banda Aceh. Sampel dalam penelitian ini berdasarkan Isaac dan Michael dengan taraf 5% berjumlah 139 siswa pengguna Instagram di SMAN 14 Iskandar Muda Banda Aceh yang dipilih melalui *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *fear of missing out* (FoMO) dan *social comparison*. Nilai *Cronbach's Alpha* untuk skala *fear of missing out* (FoMO) sebesar 0,702. Nilai *Cronbach's Alpha* untuk skala *social comparison* sebesar 0,801. Pengumpulan data dilakukan secara langsung menggunakan kuesioner dalam bentuk angket. Uji hipotesis menggunakan uji *nonparametrik Spearman rho* dengan bantuan SPSS versi 26 for Windows. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan *fear of missing out* (FoMO) dengan *social comparison* pada mahasiswa pengguna Instagram dengan koefisien korelasi sebesar 0,564 dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian H_a di terima dan H_o ditolak. Adapun arah hubungan keduanya positif artinya semakin tinggi *fear of missing out* (FoMO) maka semakin tinggi pula *social comparison* pada mahasiswa pengguna Instagram dan sebaliknya. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *fear of missing out* (FoMO) dengan *social comparison* pada mahasiswa pengguna Instagram.

Kata kunci: *Social comparison, Fear Of Missing Out (FoMO), Pengguna Instagram*

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DENGAN *SOCIAL COMPARISON* PADA SISWA PENGGUNA INSTAGRAM DI SMAN 14 ISKANDAR MUDA BANDA ACEH

ABSTRACT

Social comparison is related to the process of person compares the ability, opinions or nature with others. Social comparison occurs because of an innate impetus to self-evaluate by comparing themselves with others, for example by looking at the achievement of others through the social media instagram. Social comparison experienced by a person relates to the fear of missing out (FOMO) is the fear of losing moment with the surrounding environment. The purpose of this study is to know the relationship between fear of missing out (FOMO) with social comparison on Instagram user students. This research used a correlational quantitative research. The sample in this study amounted to 139 Instagram user students in SMAN 14 Iskandar young Banda Aceh selected by purposive sampling. Data collection used the fear of missing out (FOMO) and social comparison scale. The value of Cronbach's Alpha for the fear of missing out (FOMO) scale was 0.702. The value of Cronbach's Alpha for the social comparison scale was 0.801. Data collection was done directly using questionnaires in the form of questionnaire. Hypothesis test used Spearman rho test with the help of SPSS version versus for Windows. The results of this study indicated that there is a fear of missing out (FOMO) relationship with social comparison on Instagram user students with correlation coefficient of 0.564 with significant level 0.000 ($p < 0.05$). Thus H_a received and H_o was rejected. The direction of both relationships positive means the higher the fear of missing out (FOMO) then the higher the social comparison on the Instagram user student and vice versa. It can be concluded that there is a positive relationship between fear of Missing Out (FOMO) with social comparison on Instagram user students.

Key words: *Social comparison, Fear Of Missing Out (FoMO), Instagram user*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan dalam teknologi terjadi bersamaan dengan berkembangnya masyarakat yang membutuhkan alat untuk berkomunikasi dengan orang lain. Inovasi teknologi telah membantu manusia menciptakan cara baru untuk berinteraksi, salah satunya adalah melalui media sosial (Mahendra, 2017). Dengan pertumbuhan cepat pada media sosial dan ketersediaan internet, informasi sekarang sangat mudah diakses. Semua berita terkini dapat diakses melalui *smartphone*.

Saat ini, banyak anak muda yang menghabiskan waktu di internet, khususnya untuk menggunakan media sosial. Penelitian APJII pada tahun 2017 yang melibatkan 2500 responden menunjukkan bahwa 75,50% dari mereka yang mengakses internet terdiri dari remaja berusia 13 hingga 18 tahun. Dalam penelitian ini juga terungkap bahwa penggunaan internet tertinggi dalam gaya hidup adalah media sosial dengan persentase mencapai 87,13%.

Media sosial dapat diartikan sebagai teknologi digital yang memungkinkan orang untuk saling terhubung serta berinteraksi, memproduksi, dan berbagi pesan (Lewis, 2010). Beberapa platform media sosial yang sangat populer dikalangan masyarakat antara lain Facebook, YouTube, Twitter, Instagram, TikTok, serta Snapchat. Masing-masing platform ini memiliki

jumlah pengguna yang berbeda, di mana Instagram menempati posisi ketiga sebagai media sosial dengan jumlah pengguna terbanyak di dunia setelah India dan Amerika Serikat (Utami & Aviani, 2021).

Instagram adalah salah satu platform media sosial yang memungkinkan penggunanya untuk mengambil foto atau video, menambahkan filter digital, dan membagikannya di berbagai media sosial lainnya (Mahendra, 2017). Menurut dataindonesia.id, pengguna Instagram di Indonesia mencapai 109,33 juta orang pada April 2023, sehingga menempatkannya di peringkat keempat di dunia setelah India, Amerika Serikat, dan Brasil. Di Indonesia, pengguna Instagram didominasi oleh perempuan yang mencapai 53,1%, sementara laki-laki sebanyak 46,9%. Jika dikelompokkan berdasarkan usia, 11,3% pengguna berada dalam rentang 13-17 tahun, 38% berusia 18-24 tahun, 30,1% di rentang 25-34 tahun, 12,7% berusia 35-44 tahun, dan 5% berada dalam rentang 45-54 tahun (Rizaty, 2023).

Fitur yang ada di Instagram memungkinkan interaksi antara sesama pengguna. Akses yang mudah ke Instagram dapat meningkatkan frekuensi penggunaan di kalangan remaja. Sebuah penelitian oleh Silvia (2022) menunjukkan bahwa saat remaja menghabiskan waktu yang lama di media sosial setiap harinya, hal tersebut dapat meningkatkan kemungkinan munculnya perasaan takut ketinggalan atau *fear of missing out*.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Akbar, Aulya, Apsari, dan Sofia (2018), ditemukan bahwa remaja yang mengalami *fear of missing out* cenderung menggunakan ponsel hampir sepanjang waktu. Mereka merasa perlu membuka

media sosial agar selalu mendapatkan informasi terbaru, merasa senang saat melihat postingan orang lain, serta memposting berbagai kegiatan, perasaan, dan momen penting. Mereka juga merasa bahagia ketika mendapatkan banyak *like* dan *comment*.

Perasaan *fear of missing out* yang dialami oleh remaja membuat mereka sulit untuk meninggalkan atau menghapus akun media sosial. Mereka merasa terdorong untuk terus mengakses media sosial demi memenuhi rasa ingin tahu terhadap informasi terbaru. Selain itu, *fear of missing out* juga dapat mengarahkan perhatian remaja kepada orang lain, yang bisa mengakibatkan hilangnya identitas diri, menurunnya harga diri, dan melupakan kehidupan mereka sendiri. Di sisi lain, individu juga cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain. Dorongan ini menghasilkan perilaku perbandingan antara pengguna internet dan mencerminkan keinginan untuk selalu terhubung di media sosial (JWTIntelligence, 2011).

Hwnag (2019) menyatakan bahwa banyak pengguna Instagram menghabiskan waktu di media sosial untuk melihat profil orang lain, termasuk foto dan pembaruan status. Paparan informasi mengenai bagaimana orang lain terlihat di media sosial dapat memengaruhi cara pengguna menilai dan melihat diri mereka sendiri. Kebutuhan untuk melakukan penilaian diri ini dapat terpenuhi dengan membandingkan diri dengan orang lain.

Panjaitan (2021) melakukan penelitian pada mahasiswa Unesa, menemukan bahwa perilaku membandingkan diri sering muncul di kalangan mahasiswa psikologi. Hal ini terjadi ketika seseorang melihat posting teman di

Instagram, di mana individu tersebut menggunakan kehidupan dan pencapaian orang lain sebagai standar untuk membandingkan diri mereka. Mahasiswa cenderung lebih aktif dalam melakukan perbandingan sosial dibandingkan dengan orang dewasa (Stipek & Tannatt, 1984). Selain itu, mahasiswa juga mudah dipengaruhi oleh teman sebaya (Garnier & Stein, 2002). Namun, mereka yang terlibat dalam perbandingan sosial sering kali enggan untuk mengakui bahwa mereka terlibat dalam perilaku tersebut (Buunks & Gibbons, 2006). Dalam konteks ini, perbandingan terjadi baik dalam hal kemampuan maupun pandangan.

Pada penelitian ini peneliti melakukan wawancara pada 3 orang siswa di SMAN 14 Iskandar Muda yang menggunakan sosial media instagram untuk melihat bagaimana para siswa menggunakan sosial media instagramnya.

Wawancara I

"...Punya wa, instagram, tele, youtube, tiktok, yang paling sering itu intagram, bisa 2-3 jam, tapi kalau lagi libur bisa seharian scroll ig sama tiktok, liat-liat story orang terus liat yang lagi tren juga, kalau liat video kadang sering di tiktok juga, pengen ngikutin tapi malu karna kami ngerasa nggak cantik, nggak glowing kek orang-orang, artis-artis atau selebgram gitu, karna orang tu sering perawatan kami nggak ada gitu, kami sering liat ria risis, suka aja sama kehidupannya, biasa aja sih kak, udah sekitar 5 tahun..."(NA, Wawancara personal, 06 Januari 2025)

Wawancara II

"...Main hp, buka ig atau tiktok, lebih sering ig karna tiktok udah hapus juga hpnya udah penuh memori, tengok video lucu, sekarang lebih sering lewat tentang dakwah jadi sering lihat-lihat dakwah, kadang juga sering untuk posting-posting tentang diri sendiri, kalau nggak ada kerjaan bisa sampe seharian, random sih kak, kadang berita, kadang tentang kawan kalau lagi ngejudid, kadang juga khusus liat tentang artis, soalnya kami suka lihat fadil jaidi, sering kak emang hampir tiap hari apalagi hari jumat, kalau hari jumat tu kontennya ada tentang anak-anak geng dia, suka lihat kebersamaan keluarganya, sering nanyain sama kawan yang juga suka ngikutin tentang dia, puas karna tetap bisa tau tentang dia, kagum tapi satu sisi ada rasa insecure karna kenapa aku nggak bisa kayak mereka, nyari tau kadang nanyain langsung

ke orangnya 'ngapain ke?', cemburu, sedih, kenapa aku nggak diajak dan diabaikan oleh mereka..."(RR, Wawancara personal, 06 Januari 2025)

Wawancara III

"...Ada kak, instagram, wa, telegram, tiktok, lebih sering tiktok kak karna liat-liat video, instagram sering juga untuk liat-liat cerita orang kak, kalau wa untuk chating, jadi kalau tiktok itu kami punya batasan waktu penggunaan gitu kak, kalau udah sejam itu keluar notif kalau misalnya kami udah gunain nya sejam, jadi audah gunainnya tu sejam tapi kadang paling lama itu 2 jam lah kak, kalau instagram itu kami biasa liat cerita teman dekat aja sih kak, lebih terhibur, terus lebih kayak penasaran, kan kita sering upload aktivitas sehari-hari di ig, terus banyak lah yang lain-lain juga kak, rasanya tu kayak nggak ada apa-apa, kayak nggak ada kehidupan, pernah kak, kadang itu selalu cepat untuk liat storynya pengen tahu dia ngapain aja, seru atau enggak, karna kan kenapa kami nggak ikut itu kadang juga karna kendala di kendaraan, tapi kalau liat apa yang dia lakuin itu seru kadang juga jadina iri, sampe mikir kenapa bukan aku aja yang pergi ya..." (ZK, Wawancara personal, 06 Januari 2025)

Berdasarkan beberapa cuplikan wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa media sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari terutama remaja. Dari cuplikan wawancara tersebut juga dapat kita lihat bahwa kehidupan para remaja tidak dapat dipisahkan dari sosial media baik itu instagram, tiktok, telegram, whatsapp dan lain sebagainya. Besarnya dampak pengaruh media sosial terhadap kehidupan remaja menimbulkan rasa iri, membandingkan diri, serta ingin ikut-ikutan trend yang ada di media sosial.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "*Hubungan Antara Fear Of Missing Out (Fomo) dengan Social Comparison Pada Siswa Pengguna Instagram Di SMA Negeri 14 Iskandar Muda Banda Aceh*" untuk mencoba menemukan ada atau tidaknya hubungan antara *fear of missing out (FoMO)* dengan *social comparison* pada siswa pengguna Instagram.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

”Bagaimana Hubungan *Fear of Missing out* dengan *Social Comparison* pada Siswa Pengguna Instagram di SMA Negeri 14 Iskandar Muda Banda Aceh”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana hubungan *Fear of Missing out* dengan *Social Comparison* pada siswa pengguna Instagram di SMA Negeri 14 Iskandar Muda Kota Banda Aceh.

D. Manfaat Penelitian

Dari berbagai hal yang telah diuraikan di atas, maka manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah dapat memberi manfaat kepada pembaca, orang tua, dan masyarakat mengenai hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison* pada siswa pengguna instagram.

1. Manfaat Teoritis

Dilihat dari aspek perkembangan ilmu (teoritis) penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan tentang nilai-nilai psikologi mengenai hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison* pada siswa pengguna instagram.

2. Manfaat Praktis

a. Siswa Pengguna Instagram

Bagi siswa pengguna Instagram, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat diterapkan dalam hal mengakses media sosial Instagram dengan lebih bijaksana. Dapat memilah informasi yang bermanfaat dan tidak menjadikan media sosial khususnya Instagram sebagai alat utama dalam hal berkomunikasi.

b. Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan, diharapkan dapat lebih memperhatikan dan lebih mengawasi para siswa dalam mengakses internet agar para siswa lebih bijak lagi ketika menyaring berbagai informasi yang didapatkan. Diharapkan juga sekolah dapat memberikan sosialisasi penggunaan internet yang baik bagi para siswa untuk mengatasi fenomena *fear of missing out* dan *social comparison* di Instagram.

E. Keaslian Penelitian - R A N I R Y

Meskipun terdapat perbedaan dalam kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian, serta pendekatan analisis yang diterapkan, peneliti merujuk pada 5 studi sebelumnya yang menjadi dasar penelitian ini. Meskipun demikian, mereka memiliki kesamaan dalam tema penelitian. Fokus studi ini adalah pada hubungan antara *fear of missing out* dan *social comparison* pada siswa pengguna Instagram di SMAN 14 Iskandar Muda Banda Aceh.

Sebuah penelitian oleh Silvia pada tahun 2022 yang berjudul *social*

comparison dan *fear of missing out* pada remaja pengguna media sosial aktif. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif antara *social comparison* dan *fear of missing out*. Ini mengindikasikan bahwa individu yang menghabiskan banyak waktu di media sosial cenderung lebih sering membandingkan hidup mereka dengan orang lain. Perbedaan dengan penelitian ini ada pada subjek penelitian yang diteliti, yang mana peneliti menggunakan subjek hanya pada pengguna media sosial instagram saja.

Penelitian yang dilakukan oleh Syachfira dan Nawangsih pada tahun 2018 berjudul hubungan antara *social comparison* dan *self esteem* pada mahasiswa pengguna Instagram. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Temuan penelitian ini menunjukkan hubungan yang rendah antara *social comparison* dan *self esteem* di kalangan mahasiswa pengguna Instagram. Nilai negatif dalam korelasi tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *social comparison*, semakin rendah *self esteem* yang dimiliki. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penelitian dan subjek penelitian, yang mana peneliti ingin melihat hubungan hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison*, dan peneliti memilih subjek penelitian ini para siswa SMA yang berada di rentang usia 15-17 tahun dan masih termasuk dalam kategori usia remaja.

Studi oleh Hwnag pada tahun 2019 dengan judul *why social comparison on Instagram matters: its impact on depression*. Penelitian ini mengeksplorasi bagaimana aktivitas tertentu berkaitan dengan berbagai tipe perbandingan sosial

dan dampaknya terhadap suasana hati yang tertekan pada mahasiswa. Analisis survei mengungkap bahwa pembaharuan status dan komentar pada foto orang lain bisa mempengaruhi perbandingan sosial ke atas, serta frekuensi penggunaan Instagram dapat memprediksi tingkat perbandingan sosial. Perbandingan sosial ke atas berhubungan positif dengan depresi, sementara perbandingan sosial ke bawah terkait negatif dengan depresi. Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel penelitiannya dan subjek penelitian. Variabel fokus yang peneliti teliti adalah hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison* pada siswa pengguna instagram.

Studi oleh Cahyani pada tahun 2023 mengenai *fear of missing out* (FoMo) dan *social comparison* di kalangan mahasiswa pengguna Instagram. Penelitian ini menyelidiki bagaimana *social comparison* berpengaruh pada perilaku *fear of missing out* pada pengguna Instagram. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif, artinya ada hubungan searah. Ini berarti bahwa semakin tinggi *fear of missing out*, semakin tinggi pula *social comparison* dan sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out*, semakin rendah *social comparison* pada mahasiswa pengguna Instagram. Pada penelitian ini dapat kita lihat perbedaannya dengan yang peneliti teliti hanya pada subjek penelitian, yaitu peneliti memilih subjek siswa SMA yang berada di rentang usia 15-17 tahun.

Penelitian oleh Auliannisa dan Hatta pada tahun 2021 dengan judul hubungan *social comparison* dan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian

mengindikasikan adanya hubungan moderat antara *social comparison* dan gejala depresi. Arah hubungan antar variabel adalah negatif, menunjukkan bahwa semakin rendah skor *social comparison*, semakin tinggi skor gejala depresi yang dialami mahasiswa pengguna Instagram. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penelitian yang mana peneliti ingin melihat hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison* pada siswa SMA yang menggunakan instagram.

Menyusul pada beberapa penelitian yang telah dijelaskan di atas, terlihat beberapa perbedaan yaitu variabel dan subjek penelitian, yang mana peneliti ingin melihat bagaimana hubungan *fear of missing out* dengan *social comparison* pada siswa pengguna instagram di SMAN 14 Iskandar Muda Banda Aceh.

