

**KONSEP DIRI MAHASISWA FEAR OF MISSING OUT
INFORMASI MEDIA SOSIAL DI IAIN LANGSA**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

REZA SYUHADA

NIM. 3012018047

**PROGRAM STUDI
KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM**



**FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
2024 M / 1445 H**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam
Negeri Langsa
Untuk memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
(S.Sos) Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam

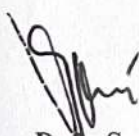
Diajukan Oleh

REZA SYUHADA
Nim : 3012018047

Program Studi
KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM

Disetujui Oleh

Pembimbing Pertama


Dedy Surya M. Psi.
NIP. 19910717 2201801 1 001

Acc 20/11-2023

Pembimbing Kedua


Al Mutia Gandhi M. Kom. I
NIP. 19880203 201903 2 006

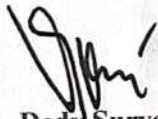
**Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin
Adab Dan Dakwah Institute Agama Negeri Islam Langsa Dinyatakan Lulus
Dan Diterima Sebagai Tugas Akhir Penyelesaian Program Sarjana (S-1)
Dalam Ilmu Komunikasi Dan Penyiaran Islam**

Pada hari/tanggal:

**Rabu, 24 Januari 2024 M
12 Rajab 1445 H**

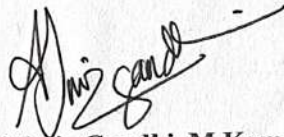
PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua



**Dedy Surya, M.Psi
NIP. 19910717 201801 1 001**

Sekretaris



**Al Mutia Gandhi, M.Kom.I
NIP. 19880203 201903 2 006**

Penguji I



**Zulkarnain, S.Ag,M.A
NIP. 19740513 201101 1 001**

Penguji II



**Rusli, S.Sos, MA
NIP. 19800318200901 1 004**

Mengetahui

**Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dan
Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa**



**Dr. Mawardi Siregar, MA
NIP. 19761116 200912 1 002**

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Reza Syuhada

Nim : 3012018047

Fakultas/Prodi : Ushuluddin Adab dan Dakwah/ Komunikasi dan
Penyiaran Islam

Alamat : Desa Buket Pulo,kec.Langsa Timur, Kota Langsa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “*Konsep Diri Mahasiswa Fear Of Missing Out Media Soisal Di IAIN Langsa*”. adalah benar hasil karya sendiri dan original sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata/terbukti hasil plagiat karya orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya

Langsa, 17 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Reza syuhada
Nim 3012018047

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa kita ucapkan. Atas rahmat dan karunia-Nya yang berupa iman dan kesehatan akhirnya kami dapat menyelesaikan Skripsi ini. Shawatat serta salam tercurah pada Rasulullah SAW. Semoga syafaatnya mengalir pada kita kelak.

Skripsi dengan judul “Konsep Diri Mahasiswa Fear Of Missing Out Informasi MEDIA SOSIAL di IAIN Langsa”. Pada isi Skripsi disampaikan tentang bagaimana memahami gejala Fear Of Missing Out informasi soisal media pada mahasiswa IAIN Langsa dan seperti apakah gejala Fear Of Missing Out tersebut.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah mendukung serta membantu penyelesaian makalah ini. Besar harapan penulis agar Skripsi ini bisa menjadi rujukan peneliti selanjutnya. Penulis juga berharap agar isi makalah ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Dengan kerendahan hati, penulis memohon maaf apabila ada kesalahan penulisan. Kritik yang terbuka dan membangun sangat penulis nantikan demi kesempurnaan makalah. Demikian kata pengantar ini penulis sampaikan. Terimakasih atas semua pihak yang membantu penyusunan dan membaca Skripsi ini.

Langsa,2024

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Penjelasan Istilah.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kerangka Teoretis.....	11
B. Penelitian yang Relevan	29
C. Kerangka Pemikiran.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
C. Subyek Penelitian	36
D. Sumber Data	38
E. Teknik Pengumpulan Data	39
F. Teknik Analisis Data	41
G. Teknik Menjaga Keabsahan Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
B. Hasil Penelitian	48
C. Hasil Pembahasan	61
BAB V PENUTUP	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70

ABSTRAK

Reza Syuhada, 3012018047

Konsep Diri Mahasiswa *Fear of Missing Out* Informasi Media Sosial Di IAIN Langsa

Fear of Missing Out media sosial merupakan perasaan cemas yang dirasakan ketika orang lain memiliki pengalaman yang lebih memuaskan dan dicirikan dengan adanya dorongan untuk selalu update agar tidak merasa tertinggal. Mahasiswa merupakan pengguna terbanyak dalam mengonsumsi media sosial saat ini, salah satunya mahasiswa yang ada di IAIN Langsa. Ketergantungan informasi media sosial juga secara tidak sadar membentuk konsep diri pada Mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini yaitu Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi dan bagaimana konsep diri mahasiswa yang terindikasi FOMO terkait informasi media sosial di IAIN Langsa. Penelitian ini menggunakan teori Interaksionisme simbolik dan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan data primer dari wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini yaitu, faktor yang mengakibatkan mahasiswa FOMO informasi sosial media di IAIN Langsa ialah dikarenakan kurangnya rasa percaya diri, perbandingan sosial, kebutuhan akan validasi dari orang lain dan keinginan agar senantiasa memiliki keterlibatan dalam segala macam hal. Sedangkan konsep diri Mahasiswa yg FOMO informasi media sosial mereka memiliki persepsi bahwa media sosial itu adalah tempat untuk berajang menunjukkan hal-hal yang menarik dan sifatnya unggul dari pada yang lainnya. Sehingga mahasiswa yang demikian mengalami FOMO atau cemas tertinggal akan informasi atau hal-hal tren yang sedang beredar.

Kata kunci: Konsep diri, *Fear of missing out*, media sosial, mahasiswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Media sosial adalah situs jaringan sosial berbasis web yang memungkinkan bagi setiap individu untuk membangun profil dalam sistem publik dan melihat serta mengetahui data koneksi mereka yang dibuat oleh orang lain dengan suatu sistem.¹ Selain itu juga pengertian Media sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia. Pendapat lain mengatakan bahwa media sosial adalah media online yang mendukung interaksi sosial dan media sosial menggunakan teknologi berbasis web yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif.² Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa media sosial ini merupakan perantara antara individu dengan individu lainnya. Dalam media sosial juga memungkinkan untuk individu mempresentasikan diri, berinteraksi, bekerja sama, serta berkomunikasi dengan individu lainnya.

Media sosial merupakan salah satu alat komunikasi yang paling banyak digunakan saat ini dan kalangan mahasiswa menjadi pengguna terbesar di Indonesia. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa 89,7% pengguna

¹ Anang Sugeng Cahyono, in the journal PUBLICIANA: *Jurnal ilmu sosial dan ilmu politik* diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Tulungagung. Publish tahun 2018

² Tongkotow Liedfray dkk, *Jurnal ilmiah society* No. 1 Volume.2 Tahun 2022 hlm 2

internet di Indonesia adalah mahasiswa, dan 97% dari pengguna internet telah mengakses konten media sosial.³ Salah satu alasan mahasiswa saat ini menjadi mayoritas pengguna media sosial adalah mereka lahir dan tumbuh saat era informasi dan digital berkembang pesat. Oleh karena itu, penerimaan serta literasi terhadap media sosial pada usia mahasiswa lebih mudah dibandingkan kelompok usia lain.⁴ Mahasiswa merupakan yang paling aktif menggunakan media sosial. Mereka menghabiskan waktu yang signifikan untuk menjelajahi platform media sosial, membagikan pengalaman mereka dan terlibat dalam interaksi online.

kehadiran media sosial juga memberikan dampak yang kompleks terhadap konsep diri individu. penting untuk memahami media sosial beserta efek positif dan negatif yang terkait dengannya. Media sosial memiliki dampak positif dan negatif pada penggunaannya. Dampak positifnya antara lain mempermudah komunikasi antar pengguna media sosial, memperluas jaringan pertemanan, mempermudah akses informasi, mempermudah promosi produk atau jasa, dan mempermudah pencarian kerja. Sedangkan dampak negatifnya antara lain adanya cyberbullying, kecanduan media sosial, penyebaran informasi yang tidak benar atau hoaks, dan penyalahgunaan privasi pengguna media sosial.⁵

³ Andi Saputra, *Jurnal Dokumentasi dan Informasi*, 40 (2) Desember 2019, Halaman : 207-216

⁴ Rahardjo, L. K. D., & Soetjningsih, C. H. *Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa* Vol 4, No 2, (2022) / 460

⁵Dede Winarno, *Dampak positif dan Negatif Media Sosial*, Kompasiana, 22 Januari 2023 <https://www.kompasiana.com/dedewinarno6143/63ccb26808a8b5499052b302/dampak-positif-dan-negatif-media-sosial> di akses pada 21 maret 2023

Salah satu dampak yang dihasilkan dari penggunaan Media Sosial adalah fenomena FOMO (Fear of Missing Out) yang dirasakan oleh banyak orang, termasuk mahasiswa. Fear of Missing Out (FOMO) didefinisikan sebagai kekhawatiran yang muncul ketika seseorang merasa khawatir kehilangan pengalaman yang lebih memuaskan atau berharga yang dimiliki orang lain, dan ditandai dengan dorongan untuk selalu tetap terhubung dengan orang lain.⁶ Ketergantungan terhadap media sosial sering terjadi di kalangan mahasiswa, yang merupakan salah satu kelompok pengguna aktif media sosial. Hal ini disebabkan oleh fase transisi yang mereka alami dari masa remaja ke dewasa awal, serta dinamika psikologis yang sedang mereka alami. Penggunaan media sosial dapat membantu mahasiswa dalam bersosialisasi, mengembangkan identitas diri, dan mengekspresikan keterbukaan diri mereka.

Fear of Missing Out merupakan jenis kecemasan yang umum dirasakan oleh mahasiswa. Kondisi ini muncul ketika seseorang merasa khawatir dianggap tidak up-to-date, kurang pergaulan, atau tertinggal dari tren yang sedang populer. Kecemasan ini dapat berdampak negatif pada kondisi fisik dan psikologis. Mereka yang mengalami FOMO cenderung merasa gelisah jika belum membagikan atau mengikuti hal-hal baru pada waktu yang sama.

⁶ Nicho Alinton Sianipar, Dian Veronika Sakti Kaloeti, *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Fear Of Missing Out(Fomo) Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, Jurnal Empati, Volume 8, Nomor 1, 2019, H.137

Ketergantungan informasi Media Sosial oleh mahasiswa ini yang secara tidak sadar menciptakan konsep dan gambaran dirinya akan seperti apa, mau menjadi apa dan bagaimana. Pandangan-pandangan ini akhirnya membentuk konsep diri pada individu secara khusus mahasiswa sebagai generasi yang mengenal dan akrab dengan internet sejak lahir. Menurut Calhaoun dan Acocella mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran mental diri seseorang. Pandangan akan dirinya secara tidak sadar akan terbentuk dengan penggunaan Media Sosial yang semakin mendominasi dalam kesehariannya. Baik bentukan secara positif maupun negatif dalam dirinya. Konsep diri yang terbentuk akan mengarahkan pada suatu aktivitas keseharian baik penerapannya pada kehidupan bermasyarakat maupun untuk diri sendiri. Hal inilah yang memberikan pengaruh pada pola tingkah laku individu termasuk komunikasi. Apa yang dialami oleh mahasiswa dengan terpaan informasi dari berbagai Media Sosial ini akan menjadi problematika yang tidak bisa diremehkan lagi, karena dampaknya akan membentuk karakter dalam konsep diri yang salah yang berpengaruh pada komunikasi antar sesama maupun khalayak luas.⁷

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di IAIN Langsa, mayoritas mahasiswa IAIN Langsa merupakan pengguna aktif di media sosial, mereka cenderung lebih sering berinteraksi di media sosial daripada berinteraksi secara langsung. Kasus lain yang peneliti temui ialah

⁷ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati S, *teori psikologi*, Ar-Ruzz Media (Yogyakarta, 2022) H:13-14

beberapa mahasiswa IAIN Langsa gemar mengikuti trend di media sosial seperti Tiktok atau Instagram semua itu didasari dengan harapan validasi atau menerima pengakuan dari orang lain serta pengikutnya, mereka berharap mendapatkan komentar pujian, like dan followers sebanyak-banyaknya. Hal ini justru yang membuat konsep diri mahasiswa cenderung tidak baik karena terlalu menggantungkan kebahagiaan mereka terhadap validasi atau pengakuan orang lain di media sosial, serta menyebabkan adiksi atau ketergantungan media sosial.⁸ Kemudian setiap kemudahan yang diberikan oleh media sosial sebagai sistem pelayanannya, secara tidak langsung menyebabkan individu memiliki tingkat kecanduan yang tinggi terhadapnya. Ketika keinginan untuk mendapatkan informasi dari internet tidak terpenuhi, hal ini dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, cemas, atau gelisah. Ketakutan akan ketinggalan informasi adalah salah satu tanda dari fenomena Fear of Missing Out (FOMO).

Maka dari itu, hal inilah yang menarik perhatian peneliti untuk mengkaji lebih dalam tentang fenomena yang sedang terjadi saat ini khususnya di IAIN Langsa mengenai **Konsep Diri Mahasiswa Fear of Missing Out Informasi Media Sosial di IAIN Langsa.**

⁸ Alifatullah Alyu Raj, Skripsi: “*Perilaku kecanduan internet terhadap interaksi sosial pada remaja di lingkungan kos*”,(Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta,2018), h.3

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tertulis, penulis menemukan identifikasi masalah, terkait dengan mengenai konsep diri mahasiswa FOMO informasi media sosial di IAIN Langsa. Yaitu, media sosial menjadi faktor *media sosial addiction* atau FOMO akan informasi media sosial dan menyebabkan bagaimana mahasiswa melihat konsep dirinya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Faktor apa saja yang mengakibatkan mahasiswa FOMO informasi sosial media?
2. Bagaimana konsep diri (gambaran diri) mahasiswa FOMO informasi sosial media?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan tersebut, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri mahasiswa yang mengakibatkan FOMO terkait informasi Media Sosial di IAIN Langsa.
2. Untuk mengetahui konsep diri atau gambaran diri mahasiswa yang mengalami FOMO terkait informasi Media Sosial di IAIN Langsa

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Sebagai sumbangan dalam penelitian tentang konsep diri mahasiswa FOMO informasi Media Sosial di IAIN Langsa.
2. Sebagai acuan bagi mahasiswa, dosen, maupun pihak kampus dalam memahami konsep diri mahasiswa FOMO informasi Media Sosial di IAIN Langsa.
3. Sebagai sumber informasi bagi masyarakat umum yang ingin mengetahui tentang konsep diri mahasiswa FOMO informasi Media Sosial di IAIN Langsa.
4. Sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan kebijakan kampus terkait dengan penggunaan Media Sosial oleh mahasiswa di IAIN Langsa.

F. Penjelasan Istilah

1. Konsep Diri

Menurut Markus dan Wurf , konsep diri terdiri dari dua aspek utama, yaitu aspek deskriptif dan aspek evaluatif. Aspek deskriptif mencakup bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri secara objektif, termasuk atribut fisik, kepribadian, dan keterampilan. Sedangkan aspek evaluatif

mencakup penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, termasuk kepuasan atau ketidakpuasan terhadap dirinya sendiri.⁹

Sedangkan menurut pandangan peneliti sendiri konsep diri adalah hal yang dinamis dan berkembang seiring dengan perubahan dalam diri dan lingkungan. Konsep diri bukanlah sesuatu yang tetap dan baku, melainkan sesuatu yang dapat diubah dan disesuaikan dengan kebutuhan dan situasi. Konsep diri juga merupakan cerminan dari bagaimana kita menilai dan menghargai diri kita sendiri sebagai manusia yang unik dan berharga.

2. Fear of Missing Out

Menurut Przybylski dkk, FOMO terbentuk karena tidak terpenuhinya tiga kebutuhan dasar psikologis seseorang, yaitu autonomi (kemampuan untuk mengatur diri sendiri), kompetensi (kemampuan untuk menguasai lingkungan), dan keterhubungan (kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain). Ketika seseorang merasa tidak memiliki ketiga hal tersebut, ia akan cenderung mencari pengakuan dan validasi dari orang lain melalui media sosial. Hal ini dapat menimbulkan perbandingan sosial yang negatif dan rasa iri terhadap orang lain yang tampak lebih bahagia atau sukses.¹⁰ Menurut pandangan peneliti Fear of missing out (FOMO) adalah kecemasan atau kekhawatiran yang dirasakan oleh seseorang ketika merasa bahwa orang lain mungkin

⁹ Markus, H., & Wurf, E. *The dynamic self-concept : A social psychological perspective. Annual Review of Psychology*, (1987) h : 299-337

¹⁰ Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R., & Gladwell, V. *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in Human Behavior*, (2013), 1841-1848.

sedang melakukan aktivitas atau memiliki pengalaman yang menyenangkan dan ia tidak ikut serta dalam aktivitas tersebut. FOMO umumnya terkait dengan kebutuhan seseorang untuk merasa terhubung dan tidak ketinggalan informasi serta pengalaman sosial yang populer atau viral di Media Sosial.

3. Media Sosial

Media sosial adalah salah satu fenomena yang berkembang pesat di era digital saat ini. Media sosial dapat diartikan sebagai media yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi, dan menciptakan konten secara online melalui berbagai platform dan aplikasi. Media sosial memiliki berbagai fungsi dan manfaat, baik bagi individu maupun organisasi, seperti untuk berkomunikasi, bersosialisasi, berkolaborasi, belajar, berbisnis, dan lain-lain.

Berikut adalah beberapa pengertian media sosial menurut para ahli:

- Menurut McGraw Hill Dictionary, media sosial adalah sarana yang digunakan oleh orang-orang untuk berinteraksi satu sama lain dengan cara menciptakan, berbagi, serta bertukar informasi dan gagasan dalam sebuah jaringan dan komunitas virtual.¹¹

¹¹Ambar, *Pengertian Media sosial menurut para ahli*, Pakarkomunikasi.com, 8 Juni 2017, <https://pakarkomunikasi.com/pengertian-media-sosial-menurut-para-ahli> Diakses pada 07 April 2023

- Menurut Andreas M. Kaplan dan Michael Haenlien, media sosial adalah sebuah kelompok aplikasi berbasis Internet yang dibangun dengan dasar-dasar ideologis Web 2.0 (yang merupakan platform dari evolusi media sosial) yang memungkinkan terjadinya penciptaan dan pertukaran dari User Generated Content.¹²

Menurut pandangan peneliti, media sosial adalah media yang memberikan kesempatan bagi setiap orang untuk mengekspresikan diri, berbagi informasi, dan berinteraksi dengan orang lain tanpa batasan ruang dan waktu. Media sosial juga merupakan media yang dapat memberikan dampak positif maupun negatif bagi penggunanya, tergantung pada cara penggunaannya.

¹²<https://www.seputarpengetahuan.co.id/2018/03/pengertian-media-sosial-menurut-para-ahli.html> Diakses pada 07 April 2023

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

IAIN Langsa adalah sebuah perguruan tinggi Islam yang terletak di Kota Langsa, Provinsi Aceh, Indonesia. Sebagai salah satu institut agama Islam negeri di Indonesia, IAIN Langsa memiliki peran penting dalam menyediakan pendidikan tinggi dan pengembangan keilmuan di bidang agama Islam.

Sebagai lembaga pendidikan tinggi Islam, IAIN Langsa memiliki berbagai program studi yang terkait dengan ilmu agama, studi Islam, pendidikan agama Islam, dan bidang-bidang terkait lainnya. Perguruan tinggi ini berkomitmen untuk menyebarkan pemahaman agama Islam yang baik, mempersiapkan para mahasiswa untuk menjadi pemimpin dan intelektual Muslim yang berkontribusi pada masyarakat.

IAIN Langsa juga memiliki lingkungan kampus yang beragam, dengan mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah dan latar belakang sosial. Fasilitas-fasilitas yang tersedia di kampus termasuk ruang kuliah, perpustakaan, laboratorium, dan fasilitas olahraga yang mendukung kegiatan belajar mengajar serta pengembangan non-akademik.

Data pada tahun 2023 IAIN Langsa memiliki mahasiswa berjumlah sebanyak 6938 yang terbagi dalam 4 fakultas yaitu Fakultas Tarbiah dan Ilmu keguruan,

Fakultas Syariah, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, dan terakhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam.⁴⁹

Selain itu, media sosial juga memiliki peran yang signifikan di kalangan mahasiswa IAIN Langsa. Platform-platform media sosial seperti Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, YouTube dan sebagainya menjadi tempat di mana mahasiswa berinteraksi, mendapatkan informasi, dan terlibat dalam aktivitas sosial. Dalam konteks ini, konsep diri mahasiswa dan pengalaman FOMO (Fear of Missing Out) terkait informasi media sosial menjadi topik yang menarik untuk diteliti.

Mahasiswa IAIN (Institut Agama Islam Negeri) Langsa merupakan kelompok yang beragam dan memiliki latar belakang sosial dan budaya yang berbeda. Sebagai mahasiswa di institusi pendidikan tinggi Islam, mereka memiliki minat dan motivasi yang berkaitan dengan studi agama, studi Islam, dan pendidikan agama Islam.

Mahasiswa IAIN Langsa terdiri dari individu yang berkomitmen untuk mengembangkan pemahaman agama Islam, meningkatkan pengetahuan mereka tentang teologi, hukum Islam, dan praktik keagamaan. Mereka memiliki semangat untuk memahami ajaran agama secara mendalam dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari serta berkontribusi pada masyarakat melalui pendidikan dan dakwah.

Selain itu, mahasiswa IAIN Langsa juga memiliki perhatian terhadap isu-isu sosial, budaya, dan kemanusiaan. Mereka terlibat dalam berbagai kegiatan

⁴⁹ Profil IAIN Langsa, iainlangsa.ac.id di akses pada 17 september 2023

kemasyarakatan dan memiliki semangat untuk berkontribusi dalam memperbaiki kondisi sosial di sekitar mereka. Mahasiswa ini dapat terlibat dalam kegiatan sosial, seperti program bakti sosial, pengabdian masyarakat, atau kegiatan keagamaan di lingkungan sekitar kampus.

Beberapa mahasiswa IAIN Langsa juga aktif dalam kehidupan organisasi kampus. Mereka terlibat dalam berbagai organisasi mahasiswa, seperti organisasi keagamaan, kelompok studi agama, atau organisasi sosial. Melalui partisipasi dalam organisasi ini, mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan kepemimpinan, kerja tim, dan pemberdayaan diri.

Selain itu, sebagai mahasiswa pada era digital, penggunaan media sosial juga menjadi bagian yang signifikan dalam kehidupan mahasiswa IAIN Langsa. Platform-platform media sosial digunakan untuk berkomunikasi, berbagi informasi, mengikuti perkembangan terkini, dan menjalin hubungan sosial dengan sesama mahasiswa maupun masyarakat umum. Penggunaan media sosial dapat memberikan pengaruh pada konsep diri mahasiswa, baik melalui perbandingan dengan orang lain, pengaruh dari konten media sosial, atau pengaruh lingkungan virtual yang cenderung kompetitif.

Mahasiswa IAIN Langsa menunjukkan keterlibatan yang aktif dalam penggunaan media sosial seperti Facebook, Instagram, Twitter, Tiktok dan Sebagainya. Media sosial memberikan mereka kesempatan untuk berkomunikasi, berbagi informasi, dan terlibat dalam aktivitas sosial dan budaya. Namun, penggunaan media sosial juga membawa dampak pada konsep diri mereka.

Penggunaan media sosial sering kali menjadi sumber perbandingan sosial di antara mahasiswa, mempengaruhi pemahaman mereka tentang diri sendiri. Mahasiswa IAIN Langsa mungkin merasa terpacu untuk tetap terhubung dengan informasi terkini, mengikuti tren, dan mengikuti apa yang dilakukan oleh orang lain. Hal ini dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap penampilan, pencapaian, dan popularitas mereka sendiri. Mahasiswa di IAIN Langsa memiliki tingkat penggunaan media sosial yang cenderung tinggi, hampir semua jenis media sosial mereka akses. Untuk sekali mengakses media sosial mereka bisa menghabiskan rata-rata 3-4 jam hanya untuk scrool media sosial. Trend dan berbagai jenis konten yang viral di media sosial mmenjadi alasan utama mereka harus mengikuti perkembangan sosial media. Sehingga timbul obsesi ingin terkenal atau mengikuti apa yang dilihat di media sosial.⁵⁰

Penelitian tentang konsep diri mahasiswa FOMO informasi media sosial di IAIN Langsa memberikan wawasan penting dalam memahami bagaimana penggunaan media sosial memengaruhi konsep diri mahasiswa. Dalam hal ini, penelitian ini akan membantu dalam memahami respons mahasiswa IAIN Langsa terhadap tekanan sosial di media sosial, pengaruh nilai-nilai agama dan budaya terhadap konsep diri, dan implikasi yang muncul dari pengalaman FOMO media sosial.

⁵⁰ Observasi yang dilakukan oleh peneliti pada Mei 2023

B. Hasil Penelitian

1. Faktor yang mengakibatkan mahasiswa FOMO informasi media sosial

Beberapa faktor yang menjadi alasan utama seseorang FOMO akan informasi sosial media ialah kurangnya rasa percaya diri, perbandingan sosial, kebutuhan akan validasi dari orang lain dan keinginan agar senantiasa memiliki keterlibatan dalam segala macam hal.

Berdasarkan hasil wawancara bersama mahasiswa yang bernama Lola. Ia mengatakan bahwa :

“saya pribadi merasa adanya tekanan yang cukup besar dari media sosial. Pertama-tama, tingginya aktivitas sosial di media sosial seringkali membuat saya merasa seperti saya harus selalu 'on the go' dan terlibat dalam berbagai kegiatan menarik. Melihat teman-teman saya berbagi momen-momen seru membuat saya merasa khawatir bahwa saya mungkin kehilangan pengalaman yang serupa. Perbandingan sosial juga menjadi hal yang sulit dihindari. Saya sering melihat posting teman-teman yang terlihat sangat bahagia dan sukses dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Ini kadang-kadang membuat saya bertanya-tanya apakah saya sedang melakukan sesuatu dengan benar atau apakah saya ketinggalan. Tak hanya itu, tekanan dari teman-teman atau kelompok sosial juga dapat menjadi pemicu FOMO. Ada situasi di mana saya merasa perlu untuk ikut serta dalam suatu acara atau tren hanya karena teman-teman saya melakukannya. Rasanya seperti ada ekspektasi untuk terlibat dalam segala hal yang sedang 'hits' di media sosial. Terlebih lagi, ketergantungan pada media sosial membuat saya merasa sulit untuk melepaskan diri. Saya sering merasa perlu

untuk terus-menerus memeriksa berita terbaru atau update dari teman-teman".⁵¹

Sementara itu yang dikatakan oleh mahasiswa yang bernama Alfi. Ia mengatakan bahwa:

“Ketika saya melihat teman-teman sesama mahasiswa berbagi prestasi atau pencapaian yang menarik di media sosial. Melihat teman-teman saya memposting pencapaian entah itu dibidang akademis atau non akademis bisa membuat saya merasa tertekan. Terkadang, saya merasa perlu untuk bersaing dan mencapai pencapaian serupa agar diakui oleh teman-teman, keluarga atau dosen. Apalagi ketika melihat teman-teman Mahasiswa seangkatan saya sudah banyak yang wisuda dan mendapatkan kerja, sedangkan saya masih gini-gini aja.. Ada rasa cemas bahwa saya mungkin tertinggal dari pengalaman berharga yang dapat membentuk karir saya di masa depan.”⁵²

Hal yang sama juga dikatakan oleh mahasiswa yang bernama Suci. Ia mengatakan:

“Saya pribadi, saya sering FOMO berkaitan dengan perkembangan karir dan pencapaian pribadi yang sering terlihat di media sosial. Saya melihat teman-teman mahasiswa seangkatan membagikan pencapaian akademis, proyek-proyek, atau kesempatan karir yang menarik, dan terkadang saya merasa tertekan untuk mencapai hal serupa. Ketika, melihat teman-teman saya sukses dalam proyek atau mendapatkan kesempatan magang yang menarik membuat saya merasa cemas bahwa saya mungkin ketinggalan. Sering kali, media sosial memperlihatkan sisi terbaik dari pencapaian mereka, dan terkadang membuat saya merasa perlu untuk selalu mencapai tingkat keberhasilan yang setara atau lebih baik.”⁵³

⁵¹ Hasil wawancara dengan Lola, hari Jum'at 1 september 2023

⁵² Hasil wawancara dengan Alfi, hari Kamis 24 September 2023

⁵³ Hasil wawancara dengan Suci, hari Selasa 26 September 2023

Berdasarkan hasil wawancara di atas terhadap tiga informan yakni selaku mahasiswa IAIN Langsa, dapat peneliti tarik sebuah kesimpulan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan pemuda zaman sekarang, khususnya pada kalangan mahasiswa yang FOMO terhadap media sosial diantaranya ialah karena ingin selalu update atau istilah anak jaman sekarang takut dikatakan KUDET(kurang update), selain itu ada juga yang takut merasa tertinggal dari teman-teman lainnya terutama dari segi akedimis atau dunia karir.

Kemudian peneliti mewawancarai salah seorang mahasiswa yg bernama Febi yang FOMO media sosial terutama dalam konteks kehidupan sosial dan pergaulan. Ia mengatakan:

“Kalau saya pribadi sih FOMO di media sosial seringkali muncul dalam hal kehidupan sosial dan pergaulan. Saya sering melihat teman-teman saya berbagi momen-momen seru bersama di acara pesta, atau pergi travelling. Terkadang, melihat postingan ini membuat saya merasa cemas bahwa saya mungkin kehilangan momen-momen penting dan kebersamaan dengan teman-teman. Dengan tingginya aktivitas sosial di media sosial membuat saya ingin harus selalu terlibat dalam berbagai acara atau perkumpulan gitu. Rasanya seperti ada tekanan untuk memiliki kehidupan sosial yang aktif, dan melihat teman-teman saya terlibat dalam kegiatan seru bisa membuat saya merasa tertinggal. Selain itu, kalau saya melihat teman-teman saya bersenang-senang bersama atau memiliki pertemanan yang erat kadang membuat saya merasa tidak cukup terlibat atau populer. Ini dapat memicu saya merasa perlu untuk selalu terlibat dalam hal seperti itu.”⁵⁴

⁵⁴ Hasil wawancara dengan Febi, hari rabu 4 Oktober 2023

Sementara itu peneliti juga mewawancarai Rifi seorang mahasiswa IAIN Langsa yang sangat hobi atau tertarik dengan dunia sepak bola. Ia mengatakan :

“Sebagai mahasiswa yang menyukai sepakbola, pengalaman FOMO saya sering kali muncul ketika ada informasi update terbaru tentang dunia sepak bola di platform media sosial dan juga ketika teman-teman saya yang juga suka sepakbola membagikan berbagai informasi menarik di media sosial. Saya selalu merasa ada sesuatu yang menarik terjadi di dunia sepakbola dan takut ketinggalan. Seperti berita terbaru tentang klub sepakbola favorit saya yaitu MU, transfer pemain, atau hasil pertandingan membuat saya merasa terjebak dalam keinginan untuk selalu mendapatkan informasi terkini”⁵⁵

2. Dampak FOMO (Fear of Missing Out) informasi di media sosial terhadap Mahasiswa

Bentuk-bentuk dampak yang dihasilkan dari perilaku Fear of Missing Out media sosial pada Mahasiswa IAIN Langsa salah satunya adalah mengalami kecemasan jika tidak membuka media sosial dalam waktu yang lama, Dibuktikan dengan beberapa informan yang mempunyai kebiasaan penggunaan media sosial. Seperti Lola mengatakan bahwa:

“Karena saya juga jarang bang nonton tv dirumah, beda kayak dulu kan, karena sekarang hp juga udah jadi seperti kebutuhan ya makanya udah hampir tidak bisa terlepas dari media sosial”⁵⁶

⁵⁵ Hasil wawancara bersama Rifi, hari Selasa 10 Oktober 2023

⁵⁶ Hasil wawancara dengan Lola, hari Jum'at 1 September 2023

Hal yang hampir serupa juga disampaikan oleh Alfi:

“Saat berkumpul dengan teman-teman, seringkali kita semua sibuk dengan ponsel masing-masing, terutama membuka media sosial. Ketika kita tidak membuka sosial media, suasana cenderung terasa sepi dan kurang obrolan juga, karena biasanya kita lebih suka berbagi informasi atau pengalaman melalui platform media sosial.”⁵⁷

Dari hasil wawancara dengan Suci ia menyebutkan bahwa:

“Waktu jam kuliah masih tahan sih gak buka media sosial atau tugas lagi numpuk, pekerjaan rumah lagi banyak, cuma kalau diluar jam itu kayak harus banget buka sih, apalagi kalau harus seharian gak buka gak bisa lah.”⁵⁸

Febi juga mengatakan bahwa:

“saya pernah sih waktu itu kehabisan kuota, terus ga bisa buka medsos kan, rasanya seperti hampa kali gitu, mau ngelakuin hal lain juga kayak gabisa karna butuhnya scrool medsos”.⁵⁹

Sementara itu, Rifi juga mengalami kecemasan jika tidak membuka media sosial dalam waktu yang lama. Ia mengatakan:

“saya hampir tidak pernah seharian tidak buka media sosial minimal 3 jam sehari saya habiskan untuk media sosial, terutama untuk mengetahui berita update sepakbola hari ini”.⁶⁰

Kemudian dampak yang dihasilkan dari Fear of Missing Out informasi media sosial juga menjadi mudah terpengaruh, terutama oleh lingkungan atau teman. Seperti yang dikatakan oleh Lola:

⁵⁷ Hasil wawancara dengan Alfi, hari Kamis 24 September 2023

⁵⁸ Hasil wawancara dengan Suci, hari Selasa 26 September 2023

⁵⁹ Hasil wawancara dengan Febi, hari Rabu 4 Oktober 2023

⁶⁰ Hasil wawancara bersama Rifi, hari Selasa 10 Oktober 2023

“Saat ini HP saya masih android tapi rasanya pengen gitu ganti jadi iphone terbaru, bukannya gak bersyukur ya tapi kayak liat orang pake iphone itu lebih berkelas dan untuk kamera memang paling bisa di andelin, apalagi untuk up story di media sosial gak pecah jadinya ”.⁶¹

Dari pernyataan Alfi ia juga termasuk mahasiswa yang terpengaruh media sosial, ia mengatakan bahwa:

“saya juga akhir-akhir ini sering kali ngikutin trend vidio pendek yang ada di tiktok atau instagram, padahal awalnya gak pernah kepikiran, tapi karena pernah di ajak sama temen eh sekarang malah jadi ikutan terus”.⁶²

Kemudian Febi juga mengatakan bahwa ia tertarik bermain media sosial karna temannya:

“saya pertama kali download tiktok juga dari teman yang kasih tau, katanya tiktok seru, padahal sebelumnya saya pikir itu Cuma aplikasi yang isinya joget-joget doang, eh rupanya vidio pendeknya bagus dan sangat kompleks, sekarang jadi suka dan cenderung berlebihan mainnya”.⁶³

Sementara itu Rifi mengatakan kalau ia cenderung ikuta-ikutan main game online yang bisa mabar. Ia mengatakan:

“Kalau saya terpengaruhnya itu lebih ke game online ya, karena teman saya mabar, saya sendiri doang enggak, ya kayak merasa asing gitu, akhirnya saya coba ikut main dan ketagihan sampai sekarang”.⁶⁴

⁶¹ Hasil wawancara dengan Lola, hari Jum'at 1 september 2023

⁶² Hasil wawancara dengan Alfi, hari Kamis 24 September 2023

⁶³ Hasil wawancara dengan Suci, hari Selasa 26 September 2023

⁶⁴ Hasil wawancara bersama Rifi, hari Selasa 10 Oktober 2023

Jadi, dampak yang dihasilkan dari Fear of Missing Out Media Sosial melalui data wawancaranya terhadap informan yaitu antara lain memiliki kecemasan jika tidak mengakses media sosial dalam waktu yang lama, selanjutnya memiliki kecenderungan terpengaruhi oleh lingkungan atau teman yang ada di media sosialnya.

3. konsep diri mahasiswa FOMO terhadap informasi sosial media

Konsep diri mahasiswa FOMO informasi sosial media dapat diartikan sebagai pemahaman atau persepsi mahasiswa tentang diri mereka sendiri yang dipengaruhi oleh kecenderungan mereka merasa takut ketinggalan informasi atau peristiwa yang terjadi di media sosial. Dalam hal ini, mahasiswa merasa untuk terus-menerus memeriksa atau terlibat dalam media sosial agar tidak ketinggalan informasi atau tren terbaru, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi pandangan atau persepsi mereka tentang diri sendiri.

Berikut peneliti mewawancarai Lola untuk mengetahui bagaimana Konsep diri sebagai mahasiswa FoMO akan informasi media sosial, Ia mengatakan bahwa:

“Sebagai mahasiswa yang sering merasa FOMO terhadap informasi di media sosial, saya mendefinisikan konsep diri saya sebagai seseorang yang selalu ingin tahu dan up-to-date dengan apa yang sedang terjadi di sekitar saya, terutama dalam konteks media sosial. Saya merasa perlu untuk selalu terhubung dan memahami setiap tren, berita, atau topik yang sedang populer di media sosial, agar saya tidak merasa ketinggalan. Sering kali hal ini membuat saya merasa tekanan untuk selalu online, memeriksa feed, atau bahkan terlibat dalam diskusi hanya untuk memastikan saya tidak melewatkan apa pun yang penting. Meskipun saya menyadari bahwa ini bisa menjadi beban, terkadang sulit untuk menahan diri

karena rasa ingin tahu dan keinginan untuk tetap terlibat di media sosial”⁶⁵

Kemudian Alfi mendefinisikan Konsep dirinya sebagai mahasiswa yang FoMO media sosial sebagai berikut. dia mengatakan :

“Saya pribadi sebagai mahasiswa yang merasa FOMO dengan informasi di media sosial, konsep diri saya menjadi sangat terkait dengan ekspektasi dan standar yang sering saya rasakan dari konten yang saya lihat di platform media sosial seperti Tiktok dan Instagram misalnya. Saya sering kali merasa perlu untuk menunjukkan atau menyelaraskan diri dengan gambaran 'mahasiswa ideal' yang seringkali di bahas di media sosial. Hal ini menciptakan tekanan tersendiri, dimana saya merasa perlu untuk selalu terlihat produktif, terlibat dalam berbagai diskusi, atau bahkan membandingkan pencapaian saya dengan teman-teman lainnya. Konsep diri saya menjadi terjebak dalam lingkaran evaluasi konstan berdasarkan apa yang saya lihat di media sosial, yang kadang-kadang mengaburkan pemahaman saya tentang siapa saya sebenarnya di luar dunia maya..”⁶⁶

Sementara itu dalam wawancara bersama suci tentang bagaimana Konsep dirinya sebagai Mahasiswa yang mengalami FoMO Informasi media sosial. Suci mengatakan :

“Kalau saya sih ya, Sebagai seorang mahasiswa yang sering terjebak dalam FOMO informasi di media sosial, konsep diri saya menjadi kompleks. Di satu sisi, saya merasa penting untuk beradaptasi dengan kecepatan informasi dan tren terbaru yang seringkali viral di platform Media Sosial. Namun, di sisi lain, saya menyadari bahwa konsep diri saya tidak boleh sepenuhnya

⁶⁵ Hasil wawancara dengan Lola, hari Jum'at 1 september 2023

⁶⁶ Hasil wawancara dengan Alfi, hari Kamis 24 September 2023

ditentukan oleh narasi-narasi yang seringkali sementara dan terkadang overhyped di dunia maya. Kadang-kadang, rasa ingin tahu saya bertabrakan dengan kebutuhan untuk menentukan batasan dan menyaring informasi yang benar-benar relevan untuk perkembangan pribadi dan akademik saya. Dalam prosesnya, saya belajar untuk lebih kritis dan selektif terhadap informasi yang saya konsumsi, sambil tetap memelihara rasa keterbukaan untuk belajar dan tumbuh dari pengalaman digital saya.”⁶⁷

Selanjutnya, dari wawancara bersama Febi mengenai konsep dirinya sebagai mahasiswa yang FoMO akan informasi media sosial, Ia mengatakan bahwa:

“Sebagai mahasiswa yang merasa terusik oleh FOMO di media sosial, konsep diri saya mengalami pergeseran dinamis. Awalnya, saya merasa dorongan untuk selalu 'ada' di media sosial, mengikuti setiap thread diskusi, dan mengonsumsi setiap konten yang muncul, takut melewatkan sesuatu yang penting atau relevan dengan identitas mahasiswa saya. Namun, seiring waktu, saya mulai menyadari bahwa keberadaan saya di luar ruang digital juga penting. Konsep diri saya mulai lebih didefinisikan oleh interaksi dan pengalaman di dunia nyata, di kampus atau organisasi, dan dalam diskusi langsung dengan teman-teman. Media sosial tetap menjadi bagian dari hidup saya, tetapi bukan lagi satu-satunya pengukur atau refleksi dari siapa saya sebenarnya sih”.⁶⁸

Kemudian dari wawancara bersama Rifi seorang mahasiswa yang cenderung FoMO informasi media sosial terutama dala hal sepak bola dan Game online, Ia mengatakan bahwa:

“Sebagai seorang mahasiswa yang merasa FOMO khususnya terhadap informasi sepak bola dan game online di media sosial, konsep diri saya terkait erat dengan dua aspek ini. Pertama, di dunia

⁶⁷ Hasil wawancara dengan Suci, hari Selasa 26 September 2023

⁶⁸ Hasil wawancara dengan Febi, hari Rabu 4 Oktober 2023

sepak bola, saya merasa perlu untuk selalu mengikuti perkembangan terbaru, rumor transfer, statistik pemain, dan berbagai diskusi taktik yang sering muncul di platform media sosial, terutama ya klub favorit saya. Setiap kali ada pertandingan besar atau peristiwa penting, saya merasa untuk harus terlibat, memberikan pendapat, atau setidaknya memahami apa yang sedang terjadi. Kedua, dalam game online, saya merasa terdorong untuk selalu up-to-date dengan update terbaru, meta permainan, dan berbagai event khusus yang mungkin terlewatkan. Setiap kali ada pembaruan besar atau konten tambahan yang dirilis, saya merasa perlu untuk segera mengaksesnya dan tidak ketinggalan dengan komunitas pemain lainnya. Kombinasi dari dua aspek ini menciptakan gambaran konsep diri saya yang sangat terhubung dengan dunia digital dan komunitas yang saya ikuti, namun juga menimbulkan tantangan dalam menyeimbangkan kehidupan nyata dengan tekanan informasi yang datang dari media sosial.⁶⁹

Dari beberapa jawaban di atas oleh beberapa informan, dapat peneliti simpulkan bahwa Konsep diri mahasiswa yang mengalami FOMO di media sosial merasa tekanan untuk selalu up-to-date dengan informasi dan ekspektasi yang diidealisasikan. Konsep diri mereka dipengaruhi oleh keterpaparan informasi di media sosial, dengan spesifik interaksi dalam bidang yang mereka minati, seperti sepak bola atau game online. Meskipun demikian, ada kesadaran akan pentingnya batasan dan pemahaman diri di luar dunia digital.

4. Hubungan antara penggunaan media sosial dan konsep diri mahasiswa di IAIN Langsa secara umum

⁶⁹ Hasil wawancara bersama Rifi, hari Selasa 10 Oktober 2023

Penggunaan media sosial dapat mempengaruhi konsep diri mahasiswa secara umum. Media sosial seringkali menjadi platform di mana mahasiswa membandingkan diri mereka dengan orang lain, mencari validasi sosial, dan menciptakan identitas online. Ketika wawancara dengan responden menunjukkan bahwa paparan berlebihan terhadap gambaran 'kehidupan sempurna' di media sosial dapat meningkatkan risiko stres, perbandingan sosial, dan penurunan harga diri. Selain itu, interaksi di media sosial juga dapat mempengaruhi persepsi mahasiswa tentang nilai, norma, dan ekspektasi sosial, yang pada akhirnya membentuk bagaimana mereka memahami dan mendefinisikan diri mereka.

Berikut ini salah satu wawancara dengan Lola mahasiswa yang FoMO akan informasi media sosial tentang hubungan antara penggunaan media sosial dan konsep dirinya, dia mengatakan :

“Menurut saya pribadi, media sosial bagi saya bukan hanya sekedar alat komunikasi, tetapi juga cerminan dari bagaimana saya ingin dilihat oleh dunia luar. Terkadang, saya merasa tekanan untuk menyesuaikan diri dengan tren yang ada di media sosial, agar tidak merasa 'tertinggal'. Namun, seiring berjalannya waktu, saya menyadari bahwa bagaimanapun saya mempresentasikan diri di media sosial, inti dan esensi saya sebagai individu sebenarnya jauh lebih kompleks dan beragam. Saya belajar untuk menilai diri saya bukan berdasarkan jumlah 'like' atau komentar, tetapi berdasarkan bagaimana saya tumbuh dan belajar dalam kehidupan nyata, di luar layar. Meskipun media sosial memberikan pandangan singkat tentang kehidupan saya, konsep diri saya yang sebenarnya lebih

dalam dan bervariasi dari apa yang bisa dilihat orang di media sosial”⁷⁰

Kemudian pendapat Alfi tentang hubungan FoMO informasi media sosial dan Konsep dirinya, dia mengatakan :

“Menurut saya, penggunaan media sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap konsep diri saya. Saya menyadari bahwa setiap kali saya membuka platform media sosial, saya terpapar dengan berbagai narasi dan gambaran 'kehidupan ideal' yang seringkali diunggah oleh teman-teman atau influencer. Terkadang, ini membuat saya merasa tertekan atau merasa perlu untuk menunjukkan sisi terbaik dari diri saya, seolah-olah itu adalah standar untuk diterima atau dihargai. Interaksi dengan konten dan komentar dari orang lain juga mempengaruhi bagaimana saya memandang diri sendiri, terkadang positif, tetapi kadang juga memicu perbandingan sosial yang tidak sehat. Oleh karena itu, saya berupaya untuk selalu meningkatkan kesadaran diri, memahami nilai sejati saya di luar ekspektasi media sosial, dan mengambil jeda dari platform tersebut sesekali untuk menjaga keseimbangan emosional dan mental saya”⁷¹

Selanjutnya Menurut Suci tentang hubungan FoMO informasi media sosial dan Konsep dirinya, dia mengatakan :

“Sebagai mahasiswa, media sosial menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari saya. Meskipun seringkali menjadi sumber informasi dan hiburan, saya juga menyadari bahwa media sosial dapat mempengaruhi bagaimana saya melihat diri sendiri. Ada saat-saat di mana saya merasa terdorong untuk selalu 'menampilkan' aspek terbaik dari kehidupan saya, terutama mengingat betapa

⁷⁰ Hasil wawancara dengan Lola, hari Jum'at 1 september 2023

⁷¹ Hasil wawancara dengan Alfi, hari Kamis 24 September 2023

kompetitifnya lingkungan akademik. Namun, saya belajar bahwa konsep diri sejati saya tidak sepenuhnya terdefinisi oleh apa yang saya bagikan atau lihat di media sosial. Saya berupaya untuk tetap realistis dalam hal bersosial media, sambil terus menghargai dan memahami nilai-nilai serta kelebihan yang saya miliki di luar dunia digital”⁷²

Sedangkan menurut Febi, Ia mengatakan:

“Media sosial bagi saya adalah alat yang seringkali menantang untuk dihadapi. Di satu sisi, saya merasa terhubung dengan teman-teman dan tren terbaru atau dikalangan mahasiswa lainnya. Namun, di sisi lain, ada rasa cemas yang muncul, merasa perlu untuk selalu terlibat dan tidak ketinggalan informasi. Saya menyadari bahwa terkadang saya terjebak dalam lingkaran perbandingan sosial, merasa kurang atau tidak memadai berdasarkan apa yang saya lihat. Namun, saya berusaha untuk mengingat bahwa media sosial hanyalah satu sisi dari kehidupan saya. Konsep diri saya yang sebenarnya dibentuk oleh pengalaman, interaksi, dan pencapaian yang saya raih di dunia nyata”.⁷³

Sementara itu Rifi mengatakan bahwa:

“Sebagai mahasiswa yang sangat tertarik pada dunia sepak bola dan game online, media sosial bagi saya adalah sumber utama informasi dan diskusi. Setiap kali ada pertandingan penting atau update terbaru dari game yang saya mainkan, saya merasa perlu untuk selalu update dan terlibat dalam diskusi. Terkadang, rasa ingin tahu saya akan informasi terbaru dapat mempengaruhi konsep diri saya, jika saya melewatkan sesuatu, saya merasa

⁷² Hasil wawancara dengan Suci, hari Selasa 26 September 2023

⁷³ Hasil wawancara dengan Febi, hari Rabu 4 Oktober 2023

ketinggalan. Ini menciptakan tekanan tersendiri, dimana saya merasa perlu untuk selalu update.”⁷⁴

Jadi dapat peneliti simpulkan bahwa Media sosial mempengaruhi konsep diri mahasiswa, dengan beberapa merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan tren dan ekspektasi orang yang ada di media sosial. Meskipun demikian, mereka sadar bahwa inti identitas sejati mereka jauh lebih kompleks dan tidak sepenuhnya ditentukan oleh interaksi online. Ada kesadaran akan perbandingan sosial dan tekanan untuk selalu terhubung, namun pentingnya keseimbangan dengan realitas kehidupan di luar layar juga diakui.

C. Hasil Pembahasan

1. Faktor yang mengakibatkan mahasiswa FOMO informasi media sosial

Beberapa faktor yang menjadi alasan utama seseorang FOMO akan informasi sosial media ialah kurangnya rasa percaya diri, perbandingan sosial, kebutuhan akan validasi dari orang lain dan keinginan agar senantiasa memiliki keterlibatan dalam segala macam hal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami Fear of Missing Out (FOMO) terhadap informasi media sosial melibatkan berbagai aspek kehidupan. Tingginya aktivitas sosial di media sosial membuat mahasiswa merasa perlu terlibat dalam kegiatan menarik, sementara perbandingan sosial dengan teman-teman yang terlihat bahagia dan sukses dapat menimbulkan kekhawatiran dan rasa tertekan. Melihat teman-

⁷⁴ Hasil wawancara bersama Rifi, hari Selasa 10 Oktober 2023

teman membagikan pencapaian baik dalam bidang akademis maupun non-akademis membuat mahasiswa merasa tertekan dan perlu bersaing, dan ketidakmampuan untuk mencapai pencapaian serupa dapat memicu rasa cemas dan ketertinggalan dalam pengembangan karir. Ketergantungan pada media sosial juga membuat mahasiswa sulit melepaskan diri, merasa perlu terus memeriksa berita terbaru atau update dari teman-teman.

Dalam konteks kehidupan sosial dan pergaulan, mahasiswa merasa tertekan untuk selalu terlibat dalam kegiatan sosial, merasa khawatir kehilangan momen-momen penting dengan teman-teman, dan menghadapi tekanan untuk memiliki kehidupan sosial yang aktif. Mahasiswa yang memiliki minat khusus, seperti sepakbola, merasa FOMO ketika ada informasi terbaru tentang dunia sepakbola, takut ketinggalan berita tentang klub atau pemain favorit. Dengan demikian, FOMO pada mahasiswa tidak hanya terkait dengan tekanan sosial dan kompetisi prestasi, tetapi juga melibatkan perbandingan sosial, ketergantungan pada media sosial, dan kebutuhan untuk terus-menerus memperoleh informasi terkini sesuai dengan minat dan preferensi masing-masing.

2. Dampak Fear of Missing Out(FoMO) informasi media sosial terhadap mahasiswa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa IAIN Langsa, dapat disimpulkan bahwa dampak dari Fear of Missing Out (FOMO) terhadap informasi media sosial pada mahasiswa mencakup dua aspek utama. Pertama, mahasiswa mengalami kecemasan jika tidak membuka media sosial dalam waktu yang lama, yang tercermin dari kebiasaan mereka yang hampir tidak dapat terlepas dari ponsel dan media sosial. Kecemasan ini muncul karena media sosial dianggap sebagai kebutuhan utama, dan ketidakaktifan dalam platform tersebut dapat menimbulkan perasaan hampa dan keterasingan dari informasi dan interaksi sosial. Kedua, mahasiswa mudah terpengaruh oleh lingkungan atau teman dalam lingkup media sosial. Mereka merasa tertarik atau ikut-ikutan dalam tren, aktivitas, atau gaya hidup yang dipopulerkan oleh teman-teman mereka di media sosial. Hal ini mencakup perubahan preferensi terhadap perangkat seluler, seperti keinginan untuk memiliki iPhone, hingga partisipasi dalam tren seperti aplikasi TikTok atau permainan online yang mendapat pengaruh dari teman-teman mereka. Dengan demikian, FOMO media sosial tidak hanya memicu kecemasan terhadap ketidakaktifan, tetapi juga memengaruhi perilaku dan preferensi mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari.

3. Konsep diri mahasiswa FOMO terhadap informasi sosial media

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa IAIN Langsa yang mengalami Fear of Missing Out (FOMO) terhadap informasi media sosial, konsep

diri mereka sebagai mahasiswa tercermin dalam pengalaman dan persepsi yang kompleks terhadap dunia digital. Lola mendefinisikan dirinya sebagai individu yang selalu ingin tahu dan terkini dengan tren dan berita di media sosial, merasa perlu terhubung untuk menghindari rasa ketinggalan. Alfi, di sisi lain, menggambarkan konsep dirinya yang sangat terkait dengan ekspektasi mahasiswa ideal yang sering dihadapinya di media sosial, menciptakan tekanan untuk selalu terlihat produktif dan terlibat dalam diskusi. Suci mengalami konsep diri yang kompleks, mengakui pentingnya beradaptasi dengan tren media sosial sementara tetap kritis terhadap narasi sementara yang dapat memengaruhi identitasnya. Febi mencerminkan pergeseran dinamis dalam konsep dirinya, awalnya merasa terdorong untuk selalu hadir di dunia digital namun kemudian menyadari pentingnya interaksi di dunia nyata. Rifi, yang terfokus pada informasi sepak bola dan game online, menciptakan konsep diri yang erat terhubung dengan dunia digital namun juga menekankan tantangan dalam menyeimbangkan kehidupan nyata dengan tekanan informasi yang datang dari media sosial. Secara keseluruhan, konsep diri mahasiswa FOMO informasi media sosial mencerminkan dinamika kompleks antara kebutuhan untuk terhubung secara digital dan kesadaran akan pentingnya pengalaman di dunia nyata.

4. Hubungan antara penggunaan media sosial dan konsep diri mahasiswa

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa IAIN Langsa, terlihat jelas bahwa hubungan antara penggunaan media sosial dan konsep diri mereka memiliki dampak yang signifikan. Lola mencerminkan bahwa media sosial tidak hanya

berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai cerminan bagaimana ia ingin dilihat oleh dunia luar. Meskipun awalnya merasakan tekanan untuk menyesuaikan diri dengan tren di media sosial, Lola berkembang untuk menilai dirinya berdasarkan pertumbuhan dan pembelajaran dalam kehidupan nyata. Alfi menggambarkan dampak yang kuat dari penggunaan media sosial terhadap konsep dirinya, menyadari bahwa setiap kali membuka platform tersebut, ia terpapar dengan narasi dan gambaran kehidupan ideal yang memicu perbandingan sosial. Untuk menjaga keseimbangan emosional dan mentalnya, Alfi berupaya meningkatkan kesadaran diri di luar ekspektasi media sosial. Suci, sebagai mahasiswa yang sering merasa terdorong untuk menampilkan aspek terbaik dari kehidupannya, menekankan bahwa konsep dirinya tidak sepenuhnya terdefinisi oleh media sosial. Ia mencoba tetap realistis dalam bersosial media sambil memahami nilai-nilai dan kelebihan yang dimilikinya di dunia nyata. Sementara Febi merasakan tantangan dalam menghadapi media sosial, di mana terhubung dengan teman-teman dan tren terbaru membawa kepuasan, tetapi juga menimbulkan rasa cemas dan perbandingan sosial. Namun, ia menyadari bahwa media sosial hanyalah satu sisi dari kehidupannya, dan konsep dirinya sebenarnya dibentuk oleh pengalaman, interaksi, dan pencapaian di dunia nyata. Rifi, yang sangat tertarik pada sepak bola dan game online, mengungkapkan bahwa media sosial memainkan peran utama dalam membentuk konsep dirinya. Rasa ingin tahu akan informasi terbaru menciptakan tekanan untuk selalu update, menciptakan hubungan yang kompleks antara penggunaan media sosial dan konsep dirinya.

Secara keseluruhan, menunjukkan bahwa mahasiswa merespons penggunaan media sosial dengan cara yang beragam, namun ada kesadaran bersama akan pentingnya memahami bahwa konsep diri sejati mereka tidak sepenuhnya tergantung pada narasi digital, melainkan juga pada pengalaman dan pencapaian di dunia nyata.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan diatas peneliti dapat mengambil kesimpulan mengenai konsep diri mahasiswa Fear of Missing (FOMO) terhadap informasi media sosial di IAIN Langsa, dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber yang disajikan, kemudian peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

1. Faktor yang mengakibatkan mahasiswa FOMO informasi sosial media ialah.

Dari hasil wawancara dengan mahasiswa IAIN Langsa, terlihat bahwa Fear of Missing Out (FOMO) terhadap informasi media sosial dipengaruhi oleh sejumlah faktor kompleks. Pertama, mahasiswa merasakan tekanan untuk selalu terhubung dengan tren, berita, dan aktivitas terkini di media sosial agar tidak merasa tertinggal dari perkembangan terkini. Kedua, perbandingan sosial dengan teman-teman di media sosial menciptakan kekhawatiran bahwa mereka mungkin tidak mencapai tingkat keberhasilan yang sama. Faktor ketiga adalah ekspektasi dari teman-teman atau kelompok sosial, yang menciptakan tekanan untuk terlibat dalam tren atau kegiatan tertentu yang sedang populer di media sosial. Selain itu, ketergantungan pada media sosial juga menjadi faktor utama, di mana mahasiswa merasa sulit untuk melepaskan diri dan merasa cemas jika tidak dapat mengaksesnya dalam waktu yang lama. Pengaruh lingkungan dan teman-teman dalam memahami tren serta aktivitas di media sosial juga turut memainkan peran penting dalam memicu FOMO.

2. Konsep diri (gambaran diri) mahasiswa FOMO informasi sosial media berdasarkan dari hasil wawancara dengan mahasiswa IAIN Langsa yang mengalami Fear of Missing Out (FOMO) terhadap informasi media sosial, dapat disimpulkan bahwa konsep diri mereka dipengaruhi secara signifikan oleh interaksi dengan dunia digital. Mahasiswa tersebut menciptakan konsep diri yang kompleks, di mana mereka merasa perlu menyesuaikan diri dengan tren, ekspektasi sosial, dan gambaran "mahasiswa ideal" yang sering digaungkan di media sosial. Konsep diri ini tidak hanya dipengaruhi oleh interaksi dengan teman-teman, tetapi juga oleh tekanan untuk selalu terlibat dalam tren, aktivitas, dan pencapaian yang muncul di dunia maya. Kesadaran mereka tentang dampak media sosial terhadap konsep diri membawa pemahaman bahwa nilai sejati dan esensi sebagai individu jauh lebih kompleks daripada yang terlihat di layar. Meskipun mereka merasakan tekanan untuk selalu online dan terlibat dalam media sosial, mahasiswa tersebut belajar untuk menilai diri mereka bukan hanya berdasarkan respons media sosial, tetapi juga dari perkembangan dan pembelajaran dalam kehidupan nyata di luar layar. Selanjutnya, konsep diri mereka menjadi dinamis dan terus berkembang seiring waktu. Mahasiswa belajar menemukan keseimbangan antara kehidupan digital dan kehidupan nyata, dengan menyadari bahwa media sosial hanya menciptakan satu sisi dari kehidupan mereka. Dalam hal ini, mereka menciptakan konsep diri yang lebih berwawasan, kritis, dan terbuka terhadap pertumbuhan pribadi di luar pengaruh dunia maya.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil pembahasan yang telah dijabarkan diatas, berikut yang dapat peneliti sampaikan sebagai masukan dan saran yang dapat dikembangkan :

1. Mahasiswa perlu mengadopsi kebiasaan manajemen waktu yang sehat terkait penggunaan media sosial. Menetapkan batasan waktu harian untuk berinteraksi dengan platform-platform tersebut dapat membantu mengurangi tekanan dan kecemasan yang mungkin muncul. Dengan demikian, mereka dapat tetap terhubung tanpa mengorbankan kesejahteraan mental dan emosional.
2. Mahasiswa disarankan untuk fokus pada perkembangan diri yang penuh kesadaran. Mereka dapat menetapkan tujuan pribadi dan akademis yang realistis, tanpa harus terlalu dipengaruhi oleh ekspektasi dan pencapaian teman-teman di media sosial. Menyadari bahwa setiap individu memiliki jalannya sendiri dalam mencapai kesuksesan dapat membantu mengurangi perbandingan sosial yang dapat memicu FOMO.