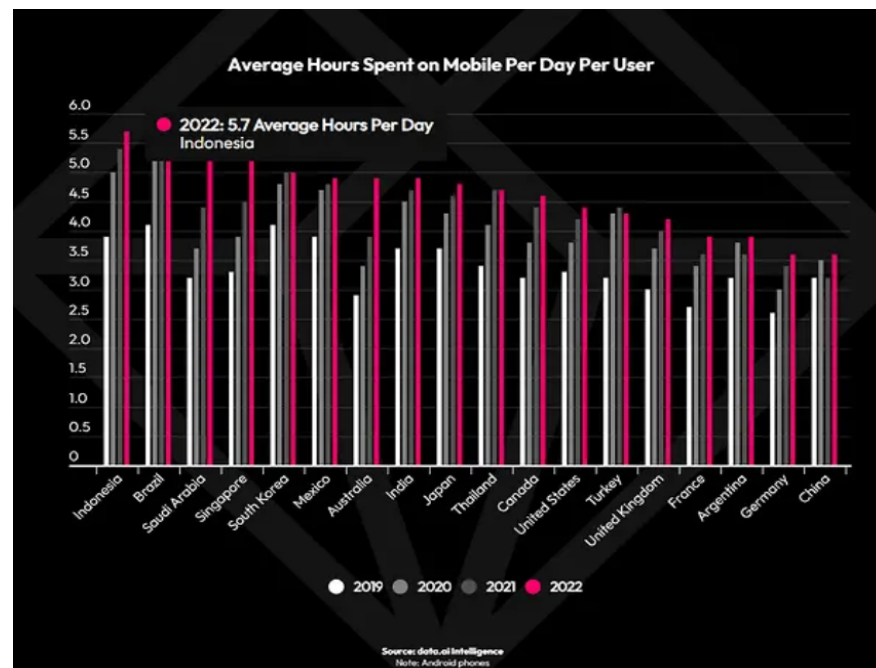


BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Negara dengan rata-rata penggunaan *smartphone* terlama di dunia pada tahun 2022 adalah negara Indonesia. Masyarakat Indonesia menghabiskan rata-rata 5,7 jam sehari di *smartphone* mereka. Terkait penggunaan *smartphone*, masyarakat Indonesia juga menghabiskan sebagian besar waktunya untuk menonton konten hiburan melalui aplikasi video pendek, yakni hingga 7 miliar jam selama tahun 2022 (Data.ai, 2022).



Gambar 1. 1 Rata-rata Jam yang dihabiskan di Ponsel Seluler Per Hari Per Pengguna

Sumber: Data.ai

Aplikasi video pendek terutama TikTok adalah layanan media sosial yang digemari masyarakat Indonesia (Liputan6.com, 2022). Data menunjukkan Indonesia menduduki posisi kedua di dunia dengan jumlah pengguna aktif TikTok sebanyak 99,1

juta orang (We Are Social, 2022). TikTok merupakan salah satu *platform* media sosial yang populer di mana pengguna dapat membuat, menyunting, dan berbagi klip video pendek kepada teman dan orang lain. Terdapat beragam fitur yang tersedia pada aplikasi ini seperti filter video, efek video, filter stiker, penambahan musik, filter *beautify*, fitur *live*, filter *auto captions*, filter *voice changer*, fitur hapus komen dan blokir pengguna secara bersamaan (Pangestu, 2022).

TikTok memiliki keunggulan dibanding media sosial lainnya dikarenakan TikTok memiliki algoritma yang beroperasi sesuai dengan minat dan kebutuhan pengguna. Algoritma tersebut berbentuk *For Your Page* (FYP), yang ditampilkan di layar beranda TikTok. Sistem ini bekerja dengan cara mengamati berbagai aktivitas pengguna dan menarik data mengenai hal yang disukai, penelusuran, hingga jenis konten yang sering ditonton pengguna. Algoritma TikTok yang bertindak cepat dapat memudahkan pengguna untuk mengakses informasi yang menarik bagi mereka. Tak hanya itu, beragam musik yang ada pada TikTok memiliki nilai tersendiri yang membuat pengguna selalu teringat musik tersebut dan terasosiasi dengan bentuk konten yang biasanya memakai musik tersebut (Rachmat, 2023).

Walaupun tergolong baru, pengguna aktif bulanan (*monthly active users/MAU*) TikTok secara global telah mencapai 1,46 miliar (Katadata, 2022). Jumlah ini meningkat 62,52% dari tahun 2021 yang masih sebanyak 564 juta pengguna. Dikutip dari Liputan6.com, hasil riset Nielsen menunjukkan bahwa TikTok dinilai sebagai “rumah aman” bagi para penggunanya di seluruh dunia termasuk Indonesia. Sekitar 67% dari 1000 responden Indonesia menyatakan bahwa mereka dapat mengekspresikan keunikannya secara utuh di aplikasi tersebut. Dalam survei yang sama, 91% responden Indonesia mengatakan mereka menemukan konten yang unik dan berbeda di TikTok dibandingkan dengan media sosial lainnya. Sementara itu, 90% responden mengatakan bahwa konten TikTok yang ditemukan melibatkan pengalaman mereka sendiri (Liputan6.com, 2022).

Aplikasi TikTok paling banyak digandrungi oleh kalangan remaja di Indonesia (Rakhmayanti, 2020). Mayoritas remaja akan dianggap semakin menarik jika mereka aktif di media sosial. Sementara itu, remaja tanpa media sosial umumnya dinilai kurang menarik atau ketinggalan zaman. Nyatanya, remaja dianggap masih belum memahami kegiatan yang bermanfaat di media sosial dan rentan terpengaruh oleh kehidupan di media sosial tanpa mempertimbangkan dampak positif dan negatif dari tindakan mereka (Aprillia et al., 2020).

Tingginya akses dan waktu yang dihabiskan untuk menggunakan TikTok pada remaja sebagaimana data tersebut sebelumnya, dikategorikan sebagai perilaku kecanduan TikTok (Fahruni dkk., 2022). Kecanduan merupakan keadaan ketergantungan pada sesuatu yang menjadi kebiasaan (Wulandari & Netrawati, 2020). Kecanduan media sosial khususnya TikTok pada remaja ditandai dengan kombinasi dari konsumsi TikTok secara terus-menerus, ketergantungan yang meningkat pada TikTok sebagai cara untuk merasa lebih baik, dan ketidakmampuan untuk menghentikan perilaku ini (Rani, 2021). Individu yang menggunakan TikTok antara 4-6 jam atau lebih dalam sehari dapat dipastikan memiliki perilaku kecanduan (Tutgun-Ünal, 2020).

Secara umum, kecanduan penggunaan TikTok dapat memberikan banyak efek negatif pada kesejahteraan individu. Diantaranya yakni hilang fokus dalam pekerjaan atau tugas sekolah, meningkatnya pemakaian TikTok saat melakukan aktivitas lain (seperti *quality time* bersama teman atau keluarga), mengalami kegelisahan dan mudah marah setiap kali tidak mengakses TikTok, serta selalu memikirkan TikTok apabila sedang tidak mengaksesnya (Rani, 2021). Terdapat juga riset baru dari para ahli asal Southwest University, Cina, menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan penggunaan TikTok cenderung mengalami gangguan ingatan dan stres (Andreas, 2022). Kecanduan media sosial menjadi sebuah permasalahan yang serius di Indonesia. Hal tersebut dibuktikan dengan terjadinya kasus di Aceh bahwa orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) didominasi oleh mereka yang dipengaruhi penggunaan *smartphone* dan media

sosial (Dwi, 2022). Selain itu, Rumah Sakit Jiwa (RSJ) di Jawa Barat dan Jawa Tengah menerima banyak pasien yang mengalami kecanduan media sosial (Isnanto, 2019).

Kecanduan penggunaan TikTok oleh remaja bisa saja didorong oleh motivasi *fear of missing out* (FoMO). Definisi dari FoMO adalah kecemasan diri sendiri saat melihat individu lainnya mempunyai pengalaman yang lebih menarik dan dicirikan dengan adanya keinginan untuk terus terhubung dengan individu lainnya (Przybylski dkk., 2013). Keinginan untuk selalu *up to date* dapat menyebabkan seseorang mengalami kecemasan untuk tidak tertinggal dengan berbagai informasi. Kecemasan ini dapat dialami siapa saja termasuk remaja. Penelitian sebelumnya menunjukkan FoMO menjadi pendorong dari dalam diri seseorang untuk menggunakan media sosial secara terus-menerus (Nakaya, 2015). Begitupun penelitian yang dilakukan oleh Azizah, Harris dan Nurlina menemukan terdapat hubungan yang kuat antara FoMO dan kecanduan media sosial (Azizah dkk., 2022). Terdapat juga hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Tunc-Aksan dan Abay menunjukkan FoMO secara signifikan memengaruhi kecanduan media sosial pada remaja (Tunc-Aksan & Akbay, 2019).

Data survei yang dilakukan pada 638 remaja di Indonesia bahwa sekitar 64,6% atau 412 remaja mengalami FoMO di media sosial (Kaloeti dkk., 2021). Perkembangan media sosial yang semakin pesat membuat FoMO pada remaja mengalami peningkatan. Apabila fenomena FoMO terus berkelanjutan, maka hal ini dapat memengaruhi kecanduan media sosial khususnya TikTok. Permasalahan tersebut dapat terjadi dikarenakan remaja cenderung selalu memeriksa TikTok untuk melihat berbagai kegiatan yang dilakukan kerabat-kerabat mereka atau orang lain sehingga mereka rela mengesampingkan kegiatannya sendiri di dunia nyata.

Selain aspek internal dari diri remaja, kecanduan penggunaan TikTok pada remaja dapat disebabkan oleh kurangnya pengawasan orang tua. Penelitian sebelumnya mengungkapkan remaja yang kecanduan media sosial, berasal dari keluarga berpendidikan rendah atau orang tua tunggal (*single-parent*) atau tidak tinggal bersama orang tua mereka (Huang, 2014). Studi tersebut juga menyebutkan bahwa remaja yang

kecanduan media sosial cenderung kurang berkomunikasi dengan orang tua mereka dan kurang menikmati keharmonisan keluarga. Dengan demikian, peran orang tua menjadi sangat penting dalam mengantisipasi efek negatif dari jejaring sosial khususnya TikTok yang digunakan oleh anak remaja. Pendidikan keluarga memiliki peran sentral dalam membentuk karakter anak, terutama melalui contoh yang diberikan, tindakan yang dilakukan, dan kebiasaan yang ditanamkan. Orang tua setidaknya harus konsisten dalam memberikan pengajaran, menjadi teladan, dan membiasakan hal-hal yang positif untuk anak remaja (Wibowo & Parancika, 2018).

Perkembangan anak remaja dipengaruhi oleh pengawasan orang tua. Ho dan Zaccheus menyebutkan bahwa orang tua berperan dalam membesarkan anak dan memberikan sosialisasi kepada anak remaja (dalam James & Kur, 2020). Maka demikian, sudah menjadi tanggung jawab orang tua untuk memantau segala aktivitas remaja, termasuk aktivitas remaja di media sosial, supaya tidak terpengaruh oleh informasi negatif di media sosial. Idealnya, orang tua semestinya dapat mengedukasi dan mengawasi berbagai kegiatan remaja terutama dalam mengakses TikTok. Hanya saja, kebanyakan orang tua terlalu sibuk bekerja sehingga kurang maksimal dalam mengawasi anak remaja dalam menggunakan media sosial. Berdasarkan survei KPAI menunjukkan bahwa sekitar 79% anak yang menggunakan media sosial tanpa adanya peraturan dan ada sekitar 10% ayah yang tidak pernah memberitahu anak secara jelas tentang apa saja keuntungan dan kerugian dalam menggunakan media sosial (Azizah, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Peningkatan penggunaan TikTok oleh remaja dapat menyebabkan terjadinya kecanduan TikTok. Kecanduan TikTok ini dapat terjadi ketika seseorang menggunakan TikTok selama lebih dari 4-6 jam setiap harinya (Tutgun-Ünal, 2020). Remaja yang mengalami kecanduan TikTok umumnya mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus pada tugas sekolah, menggunakan TikTok secara terus-

menerus saat sedang melakukan aktivitas sosial di dunia nyata, mudah gelisah dan emosi ketika tidak berada di dekat TikTok, serta selalu memikirkan TikTok saat berjauhan dari TikTok (Rani, 2021). Adanya kecanduan TikTok juga dapat memberikan dampak negatif terhadap pengurangan kapasitas memori otak dan meningkatkan tingkat stres pada remaja (Andreas, 2022).

Kecanduan penggunaan TikTok bisa didorong oleh faktor *fear of missing out* atau biasa disebut FoMO pada diri remaja. Studi terdahulu yang dilakukan oleh Azizah, Harris dan Nurlina menemukan adanya hubungan yang kuat antara FoMO dan kecanduan media sosial (Azizah dkk., 2022). Terdapat juga hasil studi yang dilaksanakan oleh Tunc-Aksan dan Abay menyatakan FoMO secara signifikan memengaruhi kecanduan media sosial pada remaja (Tunc-Aksan & Akbay, 2019). FoMO merupakan kekhawatiran yang dialami seseorang ketika merasa tertinggal dari informasi yang tersedia di media sosial, terutama di TikTok. Kekhawatiran ini mendorong seseorang untuk secara terus-menerus memeriksa TikTok guna melihat aktivitas yang dilakukan oleh teman atau orang lain, serta memiliki keinginan kuat untuk tetap terhubung dengan lingkungannya. Akibatnya, sekitar 64,6% dari 638 remaja Indonesia mengalami FoMO di media sosial (Kaloeti dkk., 2021).

Kurangnya pengawasan orang tua juga dapat menyebabkan kecanduan penggunaan TikTok di kalangan remaja (Huang, 2014). Tumbuh kembang anak remaja perlu diawasi atau dikontrol oleh orang tua guna menghindari dampak buruk dari media sosial. Karakter anak dibentuk oleh pendidikan keluarga, terutama contoh (*modelling*), tindakan (*acting*) dan pembiasaan (*habit*) dari orang tua (Wibowo & Parancika, 2018). Orang tua juga bertanggung jawab untuk membesarkan dan memberikan arahan yang baik bagi remaja. Dengan demikian, para orang tua harus memantau segala aktivitas para remaja terutama ketika mereka menggunakan media sosial TikTok. Akan tetapi, terdapat data survei dari KPAI menunjukkan bahwa sekitar 79% anak menggunakan media sosial tanpa aturan dan 10% ayah tidak pernah menjelaskan keuntungan dan kerugian menggunakan media sosial (Azizah, 2020).

Dari data yang telah disampaikan, maka permasalahan yang dirumuskan yaitu “Apakah terdapat pengaruh dari tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja dan pengaruh tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretik

Temuan penelitian memberikan bukti empiris terhadap Teori Determinasi Diri (*Self-Determination Theory*) dan Teori Mediasi Orang Tua (*Parental Mediation Theory*) dalam mengkaji pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi bagi orang tua yang menggunakan TikTok agar mendapatkan pengetahuan tentang bagaimana pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.4.3 Manfaat Sosial

Penelitian berguna meningkatkan pemahaman masyarakat tentang tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.5 Kerangka Teori

1.5.1 Paradigma Penelitian

Dikarenakan penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh sebab-akibat dari antar variabelnya maka digunakan paradigma positivisme. Dalam ilmu sosial, positivisme adalah pendekatan sistematis yang meleburkan penalaran deduktif dengan pengamatan empiris perilaku individu untuk mengidentifikasi dan memvalidasi prinsip-prinsip kausal probabilistik yang bisa diterapkan guna memprediksi pola kegiatan manusia (Neuman, 2014). Variabel sebab-akibat yang diteliti pada penelitian ini ialah pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja dan pengaruh tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.5.2 State of the Art

1.5.2.1 “The Relationship of Family Function and Social Media Addiction among Adolescents” oleh Ade Ayu Harisdiane Putri dan Hani Khairunnisa pada tahun 2019. Penelitian kuantitatif ini memiliki tujuan yakni menguji hubungan keberfungsian keluarga dengan perilaku adiksi media sosial pada remaja. Survei dilakukan terhadap 100 remaja berusia 12-19 tahun dengan menggunakan skala fungsi keluarga dan skala perilaku kecanduan media sosial. Teknik analisis data menggunakan SPSS versi 21 dengan uji korelasi. Hasilnya menemukan ada hubungan antara fungsi keluarga dengan perilaku adiksi media sosial pada remaja secara signifikan. Dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat keberfungsian keluarga pada remaja maka semakin tinggi perilaku adiksi media sosial pada remaja (Putri & Khairunnisa, 2019).

1.5.2.2 “The Role of Family Functioning and Generation Gap in the Relationship between Parental Controls Style and Addiction to Social Networks” oleh Ebrahim Misaghi, Esmaeil Sadipour, Ali Delavar, Fariborz Dortaj, dan Abdolah Motamedi Shalamzari pada tahun 2018. Tujuan dari penelitian kuantitatif ini adalah meneliti peran fungsi keluarga dan kesenjangan generasi dalam hubungan antara gaya kontrol orang tua dan kecanduan jejaring sosial. Dasar teori penelitian dikumpulkan oleh situs terkemuka, buku dan artikel terkait. Informasi dan data untuk pengujian hipotesis dikumpulkan dengan standar dan kuesioner buatan peneliti. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 140 orang yang terdiri dari siswa dan siswi kelas 11 Sekolah Menengah Atas di distrik 5 Tehran. Setelah pengumpulan data, analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS dan PLS. Hasil menunjukkan bahwa fungsi keluarga dan kesenjangan generasi memiliki peran penting dalam hubungan antara gaya kontrol orang tua dan kecanduan jejaring sosial. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dengan meningkatkan fungsi keluarga dan mengurangi kesenjangan generasi, dapat tercipta kontrol yang lebih baik terhadap kecanduan jejaring sosial (Misaghi et al., 2018).

1.5.2.3 “Relationship Fear of Missing Out with Social Media Addiction High School-Aged Teens” oleh Nur Azizah, Haryanti Haris, dan Nurlina pada tahun 2022. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *fear of missing out* dengan adiksi media sosial pada remaja kelas 11 SMKN 1 Bulukumba. Penelitian ini menggunakan *Self-Determination Theory* dan menggunakan metode penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian ini diambil sebanyak 52 orang dengan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *chi-square*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada keterkaitan *fear of missing out* dengan adiksi media sosial pada remaja (Azizah dkk., 2022).

1.5.2.4 “Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Remaja: Adakah Peran Fear of Missing Out?” oleh Trianti Agustina Lay, Tatik Meiyuntariningsih, dan Hetti Sari Ramadhani pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya korelasi positif antara variabel *fear of missing out* dengan variabel kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 100 siswa dan siswi dari salah satu SMP di Gresik yang berusia 13-16 tahun. Dalam mengambil sampel, penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Selain itu, teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi teknik *non parametric Spearman Rho* melalui *IBM Statistics version 25 for Windows*. Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel *fear of missing out* dengan variabel kecenderungan kecanduan media sosial. Artinya, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out* maka semakin rendah kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja (Lay dkk., 2023).

1.5.2.5 “Pengaruh FoMO (Fear of Missing Out) terhadap Adiksi Media Sosial Instagram Pada Wanita Emerging Adulthood” oleh Lilim Halimah dan Lita Rahma Aryati pada tahun 2021. Penelitian tersebut menguji apakah terdapat pengaruh *fear of missing out* terhadap adiksi media sosial Instagram pada wanita *emerging adulthood* di Bandung. Studi kuantitatif ini memakai teknik analisis regresi linier sederhana. Skala FoMO dan skala adiksi media sosial digunakan pada penelitian ini. Sampel berjumlah 284 orang yang didapatkan melalui metode *purposive sampling*. Hasil penelitian menemukan FoMO (*fear of missing out*) dapat memengaruhi adiksi media sosial Instagram pada wanita *emerging adulthood* di Bandung (Aryati & Halimah, 2021).

Pada penelitian sebelumnya yang tersebut di atas berfokus pada pengaruh variabel *fear of missing out* (FoMO), hubungan fungsi keluarga, hubungan peran fungsi keluarga dan kesenjangan generasi dalam hubungan antara gaya kontrol orang tua terhadap kecanduan media sosial. Penelitian ini meneliti bagaimana pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

Studi-studi terdahulu memiliki perbedaan populasi dengan penelitian ini, yakni remaja umur 12-19 tahun (Putri & Khairunnisa, 2019), siswa-siswi kelas 11 di Tehran (Misaghi dkk., 2018), remaja kelas 11 SMKN 1 Bulukumba (Azizah dkk., 2022), remaja dari salah satu SMP di Gresik (Lay dkk., 2023), dan wanita *emerging adulthood* (Aryati & Halimah, 2021). Sedangkan populasi pada penelitian ini merupakan remaja perempuan dan laki-laki yang berusia 15-22 tahun di Indonesia, dan aktif menggunakan TikTok dalam tiga bulan terakhir (awal Maret 2023-akhir Mei 2023).

1.5.3 Tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO)

Fear of missing out atau FoMO adalah kondisi psikologis di mana individu cemas kehilangan momen berharga orang lain ketika ia tidak terlibat di dalamnya dan dicirikan dengan adanya keinginan untuk selalu terhubung dengan apa yang dialami orang lain melalui dunia virtual (Przybylski dkk., 2013). FoMO akan muncul ketika seseorang tidak bisa membuka atau menggunakan media sosial sehingga tidak mengetahui informasi terkini serta tidak bisa melihat aktivitas yang dilakukan temannya di media sosial (Sianipar & Kaloeti, 2019). FoMO didefinisikan sebagai perasaan cemas saat merasa tertinggal atau saat melihat kegiatan kerabat yang lebih menyenangkan dari yang dialami (Putri et al., 2019).

Przybylski menilai sekumpulan item yang dirancang untuk mencerminkan perbedaan individu karena FoMO pada 1013 responden dan melakukan pendekatan berbasis data yang dipandu oleh pandangan fenomena yang ada untuk membuat

instrumen FoMO. Hasilnya, terdapat 10 item yang teridentifikasi secara akurat dalam menilai FoMO pada diri seseorang. Penilaian tersebut diberi label *Fear of Missing Out scale* (atau FoMOs), di mana ini dapat menunjukkan perbedaan tingkat FoMO yang rendah, sedang, dan tinggi antar individu. Selanjutnya, terdapat juga hasil penelitian oleh Przybylski yang berkaitan dengan FoMO dan penggunaan media sosial Facebook, menunjukkan bahwa mereka yang mengalami FoMO cenderung lebih sering menggunakan Facebook setelah bangun tidur, sebelum tidur, dan saat makan. Mereka yang mengalami FoMO lebih cenderung tergoda untuk mengetik dan memeriksa pesan teks saat berkendara motor. Skala FoMO yang digunakan menunjukkan konsistensi internal yang optimal ($\alpha = 0,89$) dan skor dihitung untuk setiap peserta dengan rata-rata di semua 10 item ($M = 2,37$, $SD = 0,84$).

FoMO terjadi ketika seseorang tidak memenuhi kebutuhan dasar psikologis, diantaranya yakni tidak terpenuhinya kebutuhan akan otonomi (*autonomy*), kompetensi (*competence*), dan keterhubungan (*relatedness*). Kebutuhan *autonomy* (otonomi) mengacu pada perbuatan diri sendiri tanpa dikontrol orang lain (individu sebagai sumber dari perilakunya). Kebutuhan *competence* (kompetensi) melibatkan keyakinan individu dalam bertindak atau berperilaku secara efektif. Sementara itu, kebutuhan *relatedness* adalah kebutuhan untuk merasa terhubung dengan individu lainnya. Apabila ketiga kebutuhan ini rendah maka akan memunculkan kecemasan dan mendorong individu untuk mencari informasi tentang kegiatan orang lain melalui penggunaan media sosial (Przybylski et al., 2013).

1.5.4 Tingkat Pengawasan Orang Tua

Pengawasan orang tua merupakan berbagai strategi yang digunakan orang tua untuk mengontrol atau menginterpretasikan konten media untuk anak-anak dan remaja (Warren dalam Mendoza, 2009). Berdasarkan pernyataan Buijzen dan Valkenburg (dalam Mendoza, 2009), mediasi orang tua adalah salah satu metode yang sangat efektif untuk mengontrol pengaruh media pada anak-anak. Strategi ini melibatkan pembuatan berbagai aturan dan larangan, baik dengan cara positif seperti memberikan

penjelasan dan mengajak berdiskusi, maupun dengan cara negatif seperti menolak dan memberikan kritik. Tujuannya adalah membangun mediasi dan penggunaan media anak-anak bersama orang tua (*co-viewing*). Secara umum, mediasi dapat diamati dari cara orang tua mengelola interaksi antara anak dengan penggunaan media. Hal ini melibatkan upaya orang tua untuk melampaui peran mereka yang sederhana, serta melibatkan strategi percakapan dan interpretasi (Livingstone & Helsper, 2008).

Proses sosialisasi menghasilkan berbagai sifat pembelajaran sosial atau hasil sosialisasi baik secara kognitif maupun perilaku. Orang tua adalah agen utama sosialisasi anak-anak dan mereka memainkan peran penting dalam interaksi anak-anak dengan media. Berdasarkan hal tersebut, pengawasan orang tua berpotensi penting untuk mengurangi dampak negatif dari media sosial yang kini semakin populer, khususnya di kalangan remaja. Beberapa peneliti juga telah menemukan bahwa pengawasan orang tua yang ditargetkan pada penggunaan media sosial dapat mengurangi durasi yang dihabiskan oleh anak-anak di *platform* media sosial (Ho dkk., 2020). Selain itu, Liu (dalam Ho et al., 2020) menyatakan bahwa remaja dengan pengawasan orang tua yang tinggi cenderung tidak mengungkapkan informasi pribadi di Facebook.

Pengawasan orang tua dapat diukur dengan persepsi remaja yang nantinya akan memberikan pengaruh dalam pengambilan keputusan remaja mengenai penggunaan internet. Persepsi terhadap pengawasan orang tua adalah proses individu dalam mengendalikan informasi tentang penggunaan internet yang disampaikan oleh orang tua dalam bentuk interaksi dan komunikasi (Paramitha & Purwanti, 2020). Terdapat empat cara orang tua dalam mengawasi penggunaan internet pada anak, yaitu: (1) Orang tua berbicara tentang konten media sembari anak melakukan kegiatannya (misalnya menggunakan *smartphone*). Orang tua dapat berkomentar secara evaluatif atau interpretif, atau tuntutan kepada anak dalam penggunaan *smartphone* untuk mengakses internet; (2) Orang tua melarang anak dalam berinteraksi dengan orang lain secara *online*, seperti larangan menggunakan pesan instan, *email*, bermain *game* (*peer-to-peer games*), dan melakukan aktivitas *download* atau mengunduh; (3) Orang tua

melakukan aktivitas *filter* (penyaringan) atau pemblokiran konten tertentu yang dinilai beresiko untuk anak. Cara tersebut melibatkan kemampuan orang tua dalam memanfaatkan perangkat lunak (*software*) untuk melakukan penyaringan (*filter*) pada *smartphone* anak; (4) Orang tua melakukan pemeriksaan akses *smartphone* terhadap anak setelah anak menggunakan *smartphone* tersebut (Livingstone & Helsper, 2008).

1.5.5 Tingkat Kecanduan Penggunaan TikTok pada Remaja

Kecanduan adalah suatu kondisi terkait kebiasaan yang sangat kuat dan tidak mampu lepas dari keadaan itu, sehingga individu kurang memiliki kemampuan dalam mengontrol dirinya untuk melakukan aktivitas tertentu yang disukai. Individu yang kecanduan merasa terhukum jika hasrat kebiasaannya tidak terpenuhi (Masfiah & Putri, 2019) i. Menurut Griffiths, kecanduan media sosial dikatakan sebagai salah satu bentuk kecanduan internet, di mana seseorang termotivasi untuk menggunakan media sosial secara terus-menerus. Orang yang kecanduan media sosial sering merasa khawatir dengan media sosial dan terus didorong oleh motivasi yang tak terbendung untuk menggunakan media sosial (dalam Hou et al., 2019). Kecanduan media sosial juga disebut sebagai gangguan psikologis di mana seseorang menghabiskan banyak waktu untuk berlama-lama dalam mengakses media sosial (Lestary & Winingsih, 2020).

Terdapat pemahaman yang melekat dalam budaya pecinta teknologi saat ini bahwa remaja perlu terlibat dalam penggunaan media sosial agar tidak ketinggalan, tetap *up to date*, dan terus terhubung. Sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung berkonsentrasi pada penggunaan media sosial tertentu (seperti Facebook), tetapi penggunaan media sosial sekarang memiliki banyak *platform*, dan hal ini memungkinkan remaja jauh lebih memilih menggunakan *platform* lain daripada Facebook (Kuss & Griffiths, 2017).

TikTok, salah satu *platform* media sosial yang sedang berkembang, telah mendapatkan popularitas di kalangan pengguna media sosial dan para ahli menyatakan

bahwa fenomena kecanduan penggunaan TikTok semakin meluas terutama di kalangan remaja (Yao & Omar, 2022). Kecanduan penggunaan TikTok adalah suatu kondisi di mana seseorang mengalami ketergantungan sehingga sulit atau bahkan tidak dapat mengontrol perilakunya, selalu menyempatkan diri untuk mengakses TikTok, dan tidak bisa lepas dari penggunaan TikTok (Fahruni dkk., 2022).

Untuk mengetahui tingkat kecanduan media sosial dapat dilihat melalui keenam faktor: (1) *Salience* (arti penting), terjadi pada seseorang yang menganggap bahwa menggunakan media sosial merupakan satu-satunya aktivitas terpenting dalam kehidupan dan mendominasi pemikiran, perasaan, dan perilakunya (misal, apabila seseorang sedang tidak menggunakan media sosial, maka ia akan terus memikirkannya pada waktu selanjutnya); (2) *Mood modification* (modifikasi suasana hati), mengarah pada pengalaman subyektif yang dialami seseorang sebagai konsekuensi dari media sosial dan dinilai sebagai strategi koping (misal, penggunaan media sosial dapat membangkitkan semangat dan menenangkan perasaan); (3) *Tolerance* (toleransi), merupakan proses seseorang mengalami peningkatan jumlah penggunaan media sosial di mana hal ini diperlukan guna memperoleh efek pengubah suasana hati sebelumnya. Ini artinya orang yang terlibat dalam media sosial, mereka secara bertahap membangun jumlah waktu yang dihabiskan oleh mereka di media sosial setiap hari; (4) *Withdrawal symptoms* (gejala penarikan), adalah keadaan perasaan yang tak menyenangkan dan/atau efek fisik (misalnya, gemetar, murung, mudah marah) yang timbul saat seseorang tidak dapat terlibat dalam jejaring sosial karena mereka sakit, berlibur, dll; (5) *Conflict* (konflik), mengarah pada konflik antara seseorang dan lingkungannya (konflik interpersonal), konflik dengan kegiatan lain (kehidupan sosial, hobi, dan minat), atau konflik dalam diri (konflik intrapsikis dan/atau perasaan kehilangan kendali) yang berkaitan dengan menghabiskan terlalu banyak waktu di jejaring sosial; (6) *Relapse* (kambuh), yaitu kecenderungan seseorang untuk mengulang kembali pola penggunaan media sosial yang berlebihan setelah seseorang berusaha mengendalikannya (Griffiths et al., 2014).

1.5.6 Pengaruh Tingkat *Fear of Missing Out* terhadap Tingkat Kecanduan Penggunaan TikTok pada Remaja

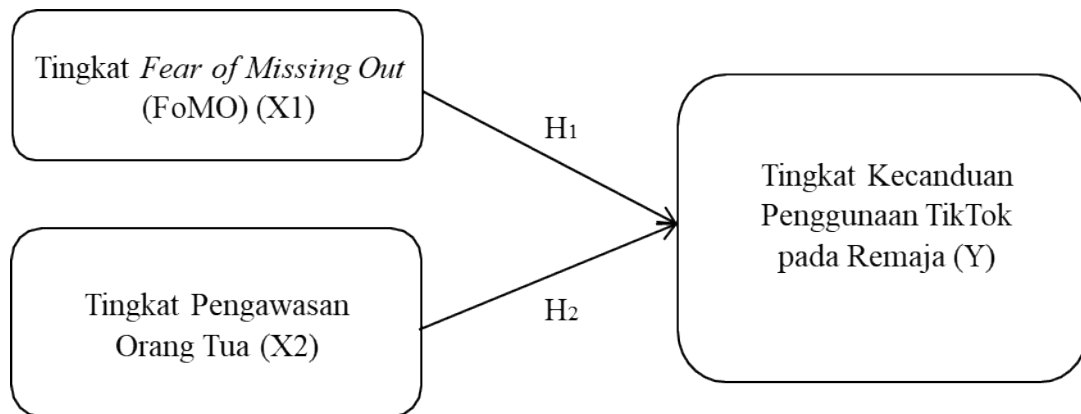
Pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok dapat dijelaskan melalui *Self-Determination Theory* (Teori Determinasi Diri). Menurut Ryan dan Deci, teori determinasi diri lebih fokus pada motivasi intrinsik daripada motivasi ekstrinsik pada seseorang. Dengan kata lain, teori ini menjelaskan kapasitas pengendalian diri atas perilaku yang berasal dari dalam diri individu di mana keputusan individu tersebut tidak dipengaruhi oleh aspek eksternal, dan individu cenderung mempelajari hal-hal baru tentang dirinya sendiri yang kemudian akan mereka aplikasikan dalam kegiatan yang melibatkan orang lain (Ryan & Deci, 2017). Menurut Casale dan Fioravanti (dalam Sun & Zhang, 2020), *Self-Determination Theory* menunjukkan bahwa kebutuhan sosiopsikologis, seperti *need for relatedness* (kebutuhan akan keterkaitan) adalah jenis motivasi utama yang memprediksi kecanduan media sosial.

Berkaitan dengan hal tersebut, FoMO terbentuk atas kebutuhan dasar psikologis yakni *competence*, *autonomy* dan *relatedness* yang rendah. Jika ketiga kebutuhan psikologis tersebut tidak terpenuhi, seseorang akan mencurahkan melalui media sosial dengan tujuan memperoleh beragam informasi yang berhubungan dengan orang lain. Sebagai akibatnya, ia akan terus berusaha menggunakan media sosial guna mempelajari kejadian yang terjadi pada orang lain (Przybylski dkk., 2013). FoMO dapat menyebabkan stres, merasa kehilangan dan merasa jauh apabila tidak melihat kegiatan orang lain atau kelompok. Menurut perspektif determinasi sosial, media sosial seperti TikTok dapat menciptakan perbandingan antara individu tentang tingkat kebahagiaan berdasarkan persepsi kebahagiaan individu lainnya. Dengan *fear of missing out*, seseorang cenderung mengikuti hal apa saja yang dilakukan oleh mayoritas orang di sekitarnya agar tetap memenuhi ketiga aspek kebutuhan dasar psikologis dalam diri sendiri. Dengan demikian, teori ini dapat menjelaskan semakin seseorang menunjukkan *fear of missing out*, semakin hal tersebut akan memberikan pengaruh terhadap seseorang menjadi kecanduan menggunakan TikTok.

1.5.7 Pengaruh Tingkat Pengawasan Orang Tua terhadap Tingkat Kecanduan Penggunaan TikTok pada Remaja

Pengaruh tingkat pengawasan orang tua terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok dapat dijelaskan melalui *Parental Mediation Theory* (Teori Mediasi Orang Tua). Teori ini menurut Lynn Clark adalah teori yang mengungkapkan strategi komunikasi antar pribadi yang digunakan oleh orang tua dalam rangka membatasi atau mengurangi dampak negatif dari media dalam kehidupan anak (dalam Kurbanoglu et al., 2014). Peran orang tua memiliki peranan penting dalam memberikan bimbingan terhadap penggunaan media anak-anak, yang dapat memberikan pengajaran, hiburan, dan juga membangun aspek sosial. Menurut Ito, orang tua seringkali menciptakan ruang media di rumah untuk anak-anak mereka dengan menyediakan perangkat *gadget* di kamar tidur mereka, baik sebagai sarana relaksasi maupun untuk keperluan lainnya (dalam Nikken & De Haan, 2015). Namun, orang tua juga melibatkan diri dalam berbagai aktivitas untuk mengarahkan penggunaan media pada anak-anak, yang dikenal sebagai *parental mediation*.

Berkembangnya media baru masa kini mempunyai banyak sisi positif dan negatif. Dampak negatif akan muncul jika seseorang, terutama anak-anak dan remaja, tidak mampu menggunakan media dengan bijaksana. Adanya efek negatif tersebut dapat menghambat pertumbuhan mental anak-anak dan remaja. Maka demikian, penggunaan media pada anak remaja membutuhkan peran *parental mediation*. Anak remaja masih belum memiliki kemampuan yang cukup untuk secara bijak mengatur penggunaan perangkat elektronik dan masih mengalami kekurangan dalam keterampilan kognitif serta emosional untuk memilih konten yang sesuai bagi mereka. Maka dari itu, anak remaja lebih beresiko dalam penggunaan media (Nikken & De Haan, 2015), termasuk perilaku kecanduan penggunaan TikTok. *Parental mediation theory* dapat mengurangi konsekuensi negatif dari penggunaan media, terutama TikTok yang diakses oleh anak remaja.



Gambar 1. 2 Kerangka Berfikir

1.6 Hipotesis

H1: Terdapat pengaruh positif antara tingkat *fear of missing out* (FoMO) (X1) dengan tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja (Y).

H2: Terdapat pengaruh negatif antara tingkat pengawasan orang tua (X2) dengan tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja (Y).

1.7 Definisi Konseptual

1.7.1 Tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO)

Tingkat *fear of missing out* (FoMO) adalah kondisi psikologis di mana seseorang cemas kehilangan momen berharga orang lain ketika ia tidak terlibat di dalamnya dan dicirikan dengan adanya keinginan untuk selalu terhubung dengan apa yang dialami orang lain melalui TikTok.

1.7.2 Tingkat Pengawasan Orang Tua

Tingkat pengawasan orang tua adalah persepsi mengenai pengawasan orang tua dalam mendiskusikan dan membatasi konten TikTok untuk anak remaja.

1.7.3 Tingkat Kecanduan Penggunaan TikTok pada Remaja

Tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja dapat didefinisikan sebagai kondisi psikologis di mana remaja terbiasa menggunakan TikTok tanpa henti dan tidak terkontrol.

1.8 Definisi Operasional

1.8.1 Tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO)

- 1) Tidak terpenuhinya kebutuhan akan otonomi (*autonomy*)
 - Responden memiliki kecemasan tidak terlibat dalam momen karena perbuatan responden bergantung dengan orang lain lakukan di TikTok.
- 2) Tidak terpenuhinya kebutuhan akan kompetensi (*competence*)
 - Responden memiliki kecemasan tidak terlibat dalam momen karena responden tidak yakin atas tindakan atau perilakunya dilakukan secara efektif di TikTok.
- 3) Tidak terpenuhinya kebutuhan akan keterhubungan (*relatedness*)
 - Responden memiliki kecemasan tidak terlibat dalam momen karena ingin selalu terhubung dengan orang lain melalui TikTok.

1.8.2 Tingkat Pengawasan Orang Tua

Tingkat pengawasan orang tua diukur dengan indikator:

- a) Persepsi responden mengenai pengawasan orang tua yang aktif mendiskusikan konten TikTok sembari responden menggunakan TikTok.
 - Adanya penerapan aturan orang tua mengenai waktu yang responden habiskan di TikTok.
 - Adanya pendampingan orang tua terhadap responden saat menggunakan TikTok.

- b) Persepsi responden mengenai pengawasan orang tua yang melarang responden untuk melakukan interaksi antar pengguna secara *online* ketika responden menggunakan TikTok
- Adanya larangan orang tua untuk responden agar tidak memberikan informasi pribadi di TikTok.
 - Adanya larangan orang tua untuk responden agar tidak berinteraksi dengan orang lain di TikTok.
 - Adanya larangan orang tua untuk responden agar tidak membeli apa saja di TikTok.
- c) Persepsi responden mengenai pengawasan orang tua dengan menggunakan *software* untuk memfilter penggunaan TikTok pada responden
- Adanya penjelasan dari orang tua kepada responden mengenai penggunaan TikTok secara teknis.
 - Adanya penjelasan dari orang tua kepada responden mengenai cara yang baik menggunakan TikTok.
 - Adanya pengaktifan “fitur kontrol orang tua” oleh orang tua di akun TikTok responden.
- d) Persepsi responden mengenai pengawasan orang tua dengan memeriksa akses responden setelah responden menggunakan TikTok
- Adanya pemeriksaan kembali secara diam-diam atau terbuka yang dilakukan orang tua mengenai perangkat yang digunakan responden untuk mengakses TikTok setelah selesai menggunakan TikTok.

1.8.3 Tingkat Kecanduan Penggunaan TikTok pada Remaja

1) *Salience*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok karena hal tersebut adalah aktivitas terpenting dalam kehidupannya.

2) *Mood Modification*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok karena hal tersebut adalah sarana untuk merasa lebih baik dan/atau melarikan diri dari dunia nyata.

3) *Tolerance*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok yang meningkat dari waktu ke waktu karena untuk mencapai efek pengubah suasana hati sebelumnya.

4) *Withdrawal Symptoms*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok sehingga responden mengalami perasaan yang tidak menyenangkan apabila tidak menggunakan TikTok.

5) *Conflict*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok sehingga responden mengalami konflik dengan lingkungannya, konflik dengan aktivitas lain, dan konflik dalam dirinya sendiri.

6) *Relapse*

- Responden memiliki kebiasaan menggunakan TikTok sehingga responden cenderung kembali berulang ke pola penggunaan TikTok yang berlebihan setelah berusaha mengendalikannya.

1.9 Metode Penelitian

1.9.1 Tipe Penelitian

Penelitian dengan metode kuantitatif dan tipe penelitian eksplanatori ini berfokus pada pengukuran variabel, pengujian hipotesis, dan menggambarkan relasi antarvariabel. Metode kuantitatif fokus pada data numerik, kategorisasi data, prinsip objektivitas, penalaran deduktif, keterwakilan, dan generalisasi temuan (Scharrer & Ramasubramanian, 2021). Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengamati adanya pengaruh dua variabel independen yakni tingkat *fear of*

missing out (FoMO) dan tingkat pengawasan orang tua terhadap variabel dependen yaitu tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja.

1.9.2 Populasi

Populasi penelitian ini adalah remaja perempuan dan laki-laki berusia 15-22 tahun di Indonesia dan aktif menggunakan TikTok dalam tiga bulan terakhir (awal Maret 2023-akhir Mei 2023).

Alasan pemilihan populasi: TikTok mayoritas digandrungi oleh orang-orang di Indonesia dengan rentang umur 15-24 tahun (Rakhmayanti, 2020). Dikarenakan penelitian ini lebih fokus pada remaja, maka diambil populasi perempuan dan laki-laki yang berusia 15-22 tahun. Konopka (dalam Yusuf, 2004) menyebutkan bahwa masa remaja meliputi (a) remaja awal: 12-15 tahun; (b) remaja tengah: 16-18 tahun, dan (c) remaja akhir: 19-22 tahun.

1.9.3 Sampel

Metode *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* yang merupakan salah satu jenis teknik pengambilan sampel *non-probability*. *Non-probability sampling* tidak mengikuti teori probabilitas dalam pemilihan elemen dari populasi *sampling* dan digunakan ketika jumlah elemen dalam suatu populasi tidak diketahui atau tidak dapat diidentifikasi secara individual (Kumar, 2011). Sedangkan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel di mana sampel telah ditentukan secara logis oleh peneliti bahwa sampel tersebut mencerminkan karakteristik yang menjadi dasar penelitian (Scharrer & Ramasubramanian, 2021).

Pemilihan teknik *non-probability sampling* dikarenakan tidak tersedianya daftar khalayak yang berusia 15-22 tahun di Indonesia yang aktif menggunakan

aplikasi TikTok dalam tiga bulan terakhir (awal Maret 2023-akhir Mei 2023). Peneliti memberikan kriteria dalam penentuan sampel sehingga penelitian ini menggunakan *purposive sampling*.

Dikarenakan jumlah populasi penelitian yang tidak diketahui, maka diperlukan penentuan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini. Ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah 30 sampai 500 (Roscoe dalam Sekaran & Bougie, 2016). Penelitian ini menggunakan 100 responden sebagai sampel.

1.9.4 Jenis dan Sumber Data

Menggunakan jenis data primer dan sumber data pada penelitian ini didapat langsung dari responden dengan pengisian kuesioner.

1.9.5 Alat dan Teknik Pengumpulan Data

Alat yang digunakan ialah kuesioner (angket) berbentuk sekumpulan pertanyaan mengenai masalah penelitian dan didistribusikan secara daring dengan menggunakan *google form*. Teknik pengumpulan data yakni *google form* diisi sendiri oleh responden.

1.9.6 Teknik Pengolahan Data

1.9.6.1 Editing

Proses meninjau kembali data yang telah didapatkan (khususnya dalam survei) untuk menemukan kekurangan dan kesalahan lalu jika memungkinkan segera diperbaiki (Kothari, 2004).

1.9.6.2 Koding

Proses penetapan angka atau simbol lain untuk jawaban. Dengan begitu, tanggapan dapat dikelompokkan ke dalam kategori atau kelas (Kothari, 2004).

1.9.6.3 Tabulasi

Sebagai bagian dari prosedur teknis di mana data yang diklasifikasi ditempatkan dalam bentuk tabel (Kothari, 2004). Setelah dilakukannya proses tabulasi, lalu data diolah melalui aplikasi SPSS guna melewati langkah pengujian berikutnya.

1.9.7 Uji Validitas dan Reliabilitas

1.9.7.1 Uji Validitas

Validitas menyatakan tingkat ketelitian alat ukur penelitian terhadap isi yang sebenarnya diukur (Sugiharto & Sitinjak, 2006). Dalam pengujiannya, uji validitas membandingkan nilai r hitung dan r tabel. Jika r hitung $\geq r$ tabel, maka kuesioner atau instrumen penelitian dinyatakan valid. Peneliti telah melakukan uji validitas dan uji reliabilitas kepada 30 responden. Dalam hal ini, diketahui $n=30$ dengan signifikansi 0,05 memiliki r tabel sebesar 0,361. R tabel didapat dari derajat bebas atau *degree of freedom* (df) menggunakan rumus:

$$\boxed{df = n-2} \quad \begin{array}{l} n = \text{jumlah sampel} \\ 2 = \text{two tail test} \end{array}$$

Menurut hasil pengujian validitas, keseluruhan r hitung pada setiap indikator menunjukkan angka lebih besar dibandingkan r tabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengukuran pada setiap variabel secara keseluruhan adalah valid.

1.9.7.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menunjukkan konsistensi suatu alat pengukur dari waktu ke waktu (Ghozali, 2009). Dalam uji reliabilitas akan dikatakan reliabel apabila memiliki nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,6$ (Ghozali, 2018).

Menurut hasil pengujian reliabilitas yang telah dilakukan, nilai *Cronbach's Alpha* pada setiap variabel dinyatakan lebih besar dari 0,6 sehingga keseluruhan dari variabel bersifat reliabel yang berarti adanya konsistensi pada data yang dihasilkan.

1.9.8 Analisis Data

Uji analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji pengaruh satu variabel dengan variabel lain (Sujarweni, 2015). Pengujian tersebut berguna untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tingkat *fear of missing out* (FoMO) (X1) dan tingkat pengawasan orang tua (X2) terhadap tingkat kecanduan penggunaan TikTok pada remaja (Y).