

INISIATIF KETERBUKAAN DIRI GENERASI Z DENGAN SINDROM

FEAR OF MISSING OUT (FOMO)



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Persyaratan Menyelesaikan Pendidikan Strata-1

Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Penyusun:

Nama : Khalwah Nabilah Ustushfia

NIM : 14040119140145

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG

2023

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khalwah Nabilah Ustushfia

NIM : 14040119140145

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang disusun dengan judul:

Inisiatif Keterbukaan Diri Generasi Z dengan Sindrom *Fear of Missing Out (FOMO)*

adalah benar-benar hasil karya ilmiah tulisan saya sendiri, bukan hasil karya ilmiah orang lain dan juga tidak mengandung plagiasi dari sumber informasi lainnya. Apabila di kemudian hari pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima sanksi akademis yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dengan penuh kesadaran serta tanggung jawab.

Semarang, Agustus 2023

Khalwah Nabilah Ustushfia

NIM. 14040119140145

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Inisiatif Keterbukaan Diri Generasi Z dengan Sindrom *Fear of Missing Out*
Nama : Khalwah Nabilah Ustushfia
NIM : 14040119140145
Departemen : S-1 Ilmu Komunikasi

Dinyatakan sah sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Strata 1 pada Departemen Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.

Semarang, 2023

Dekan

Prof. Dr. Drs. Hardi Warsono, M.T.
NIP. 196408271990011001

Wakil Dekan 1

Dr. Teguh Yuwono, M.Pol.Admin
NIP. 19690822 1994031

Dosen Pembimbing

1. Agus Naryoso, S.Sos., M.Si

2. Dr. Adi Nugroho, M.Si

Dosen Penguji

1. Dr. Turnomo Rahardjo, M.Si

HALAMAN MOTTO

“Dan tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya”

[36: 40]

HALAMAN PERSEMBAHAN

Melalui halaman persembahan ini, penulis ingin menyampaikan bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari adanya dukungan, doa, penyemangat, dan masukan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, atas Rahmat, keridhoan-Nya, petunjuk serta perlindungan-Nya membuat penulis dapat menyelesaikan kuliah dan selesai dalam menyusun tugas akhir ini. Terima kasih karena telah memberikan kuat dan mampu dan selalu menjadi tempat terbaik untuk memanjatkan doa dan berkeluh kesah, serta selalu menjawab doa-doa penulis.
2. Diri sendiri, yang telah bertahan sejauh ini, selalu berjuang untuk menjalani setiap harinya, selalu berusaha berprogres dalam hal apa pun, dan melakukan yang terbaik yang dapat dilakukan. Terima kasih kepada diri sendiri yang tidak pernah menyerah menjalani setiap proses kehidupan khususnya dalam pengerjaan skripsi dan selalu percaya bahwa setiap hal yang terjadi merupakan yang terbaik dan akan selalu ada balasan untuk setiap sabar dan kerja keras.
3. Kedua orang tua penulis, Suhudin (almarhum) dan Wityatun Solikhah (almarhumah) yang telah berada di surga-Nya. Terima kasih karena telah membuat penulis lahir ke dunia dan mengajarkan kuat dan bertahan meski tanpa hadirnya mereka. Terima kasih karena telah menjadikan penulis menjadi manusia kuat, mandiri dan tahan banting secara tidak langsung dan penulis akan selalu mengenang hadirnya mereka di hati penulis sampai

kapan pun. Semoga Bapak dan Ibu penulis bangga memiliki penulis sebagai putri pertamanya.

4. Kedua adik kandung penulis, Atika Ulin Nuha dan Khadziq Ash-Shidqi Muhammad, yang selalu mendukung kakaknya dalam mencapai cita-cita serta menjadi motivasi terbesar penulis untuk dapat menjadi seseorang yang sukses dan tetap bertahan untuk meraih mimpi-mimpi penulis
5. Nenek penulis, Hj. Kartinah yang menggantikan peran orang tua bagi penulis dan selalu menyambut hangat setiap penulis pulang ke rumah, selalu menyediakan masakannya dan selalu mendoakan setiap langkah perjalanan penulis hingga saat ini.
6. Om, tante, budhe, dan saudara dekat penulis yang selalu membantu penulis ketika kesulitan dan sangat menantikan momentum wisuda penulis serta menyemangati dan mendoakan agar penulis dapat menjadi manusia sukses dalam akademik serta karir
7. Prof. Dr. Yos Johan Utama, SH., M.Hum., selaku Rektor Universitas Diponegoro pada masanya yang telah memberikan sambutan hangat yang akan selalu penulis ingat di awal menjadi mahasiswa baru Universitas Diponegoro 2019 lalu
8. S. Rouli Manalu S.Sos., MCommSt., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi yang memberikan arahan yang terbaik untuk para mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro
9. Agus Naryoso S.Sos, M.Si., selaku dosen pembimbing I penulis yang sangat berjasa dalam proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir dan

memberikan bimbingan serta arahan agar penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini

10. Dr. Adi Nugroho, M. Si., selaku dosen pembimbing II penulis yang memberikan masukan serta kemudahan dalam penyusunan skripsi penulis
11. Dr. Turnomo Rahardjo M.Si., selaku dosen penguji penulis yang memberikan masukan serta saran yang membangun dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam terkait penelitian yang penulis kerjakan
12. Amida Yusriana, M.Ikom., selaku dosen wali penulis yang sangat membantu dalam kepentingan akademik penulis selama menjadi mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro
13. Staf akademik serta seluruh civitas akademik program studi Ilmu Komunikasi serta fakultas yang membantu dalam kepentingan administrasi dan memberikan fasilitas dalam menjalani perkuliahan
14. Teman dekat dan sahabat yang selalu menjadi rumah kedua penulis, Dhifa, Vita, Risma, Dela, Muna, Kiki, Alifia, Nilam, Fifi, Widia, Angga, Arfan, Pingkan, Hosa, Arham, Kevin, Mutia, Fira, Cindy, Vernan, Reni, Fela, Anggita, Ucha, Hasri, Tika, Amel, Novi, Vita, Ighfirly, Lintang, Nuna, Dinni, Ica, terima kasih karena selalu memberikan support, mendengarkan semua keluh kesah penulis tentang apapun serta bersama-sama menjadikan hidup lebih berwarna dan menyenangkan dengan tertawa bersama
15. Para narasumber sekaligus teman dekat penulis, Hosa, Alifia, dan Arfan, terima kasih karena kesediaan kalian membantu skripsi penulis dan membantu penulis dengan jawaban-jawaban kalian

16. Sobat seperbimbingan, Hosa, yang berjalan bersama-sama dalam melakukan bimbingan sampai akhirnya bisa lulus bersama, terima kasih karena telah berjuang bersama melewati setiap drama skripsi, selalu menjadi tempat berbagi keresahan selama penyusunan skripsi, saling mengingatkan dan berbagi informasi semua hal terkait skripsi
17. Teman-teman serta mentor yang penulis kenal dan temui di Jakarta, Imam, Kenny, Shania, Ardela, Yosep, Adzra, Nio, Adhist, Saffanah, Ananda, Vio, Adinda, Naufal, Dinni, Arum, Alifah, Novita, Hafidz, Kak Adhie, Kak Astrid, Mba Ira, Kak Fida, Kak Victor, Kak Nabilah, Mba Tasya, Kak Gerry, Diyah, Kak Frando, Fauzan, terima kasih karena pengalaman berkesan yang diberikan selama penulis di Jakarta
18. Teman-teman Ilmu Komunikasi 2019, HIMPS FISIP Undip, Imake Undip, PF Scholars, Sigma.hub, PT GIT Solution Intern, Telkom Intern, CIMB Niaga Intern, alumni SMP dan SMA Negeri 1 Kebumen, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih karena telah hadir dalam hidup penulis dan berproses bersama-sama dalam satu kepentingan dan meraih tujuan bersama
19. Idola penulis, penyanyi sekaligus pencipta lagu, Tulus, terima kasih karena dengan lagu-lagunya yang sangat indah dan selalu menjadi teman penulis menjalani hari-hari.
20. Rayyanza alias Cipung, keluarga Fadil dan Pak Muh, serta tiap video kucing, terima kasih karena selalu menghibur dengan kelucuan dan kerandoman

yang dilakukan meski hanya bisa melihat melalui media sosial namun sangat membuat penulis senang

21. Pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih karena peran yang diberikan dalam hidup penulis sampai detik ini

INISIATIF KETERBUKAAN DIRI GENERASI Z DENGAN SINDROM *FEAR OF MISSING OUT*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggali informasi dan mengetahui inisiatif keterbukaan diri yang dilakukan oleh generasi Z yang mengalami sindrom “Fear of Missing Out” (FoMO). Generasi Z merupakan kelompok masyarakat yang tumbuh dan dibesarkan dalam era digitalisasi dan banyak terpapar media sosial serta melakukan interaksi di dalamnya. Pengalaman *fear of missing out* yang dialami memiliki penyebab dan dampak yang berbeda pada masing-masing individu. Penelitian ini membahas terkait cara yang dilakukan individu untuk terbuka kepada lawan bicara terkait permasalahan mengalami *fear of missing out* yang dianggap sebagai persoalan pribadi dan bersifat privasi karena dampak yang ditimbulkan berkaitan dengan aspek fisik dan psikis individu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam sebagai metode untuk yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan metode fenomenologi yang memahami fenomena dari kehidupan para pelakunya. Teori yang digunakan yaitu *Communication Privacy Management Theory* dan *Social Exchange Theory*. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa setiap informan melakukan inisiatif keterbukaan diri atau *self-disclosure* kepada lawan bicara tertentu yang dipercayainya dimana tidak semua orang mengetahui informasi tersebut. Dalam membagikan informasi, para informan melakukan manajemen privasi dalam mengatur informasi apa saja yang dapat ia bagikan kepada lawan bicaranya. Dengan keterbukaan tersebut, hubungan yang terjalin antara informan dengan lawan bicara menjadi lebih dekat karena terjadi pertukaran informasi yang bersifat privasi di antara keduanya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih mendalam terkait pengalaman FoMO yang mempengaruhi perilaku seseorang untuk melakukan keterbukaan diri sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut.

Kata kunci: keterbukaan diri, *fear of missing out*, manajemen privasi, komunikasi interpersonal

GENERATION Z'S SELF-DISCLOSURE INITIATIVE WITH FEAR OF MISSING OUT SYNDROME

Abstract

This study aims to explore information and discover the self-disclosure initiatives of Generation Z, who experience "Fear of Missing Out" (FoMO) syndrome. Generation Z is a group of people who grew up in the digitalization era and are exposed to social media and interact with it. The fear of missing out on experience has different causes and impacts on each individual. This research discusses how individuals open up to interlocutors regarding the problem of experiencing fear of missing out, which is considered a personal and private matter because the impact is related to the physical and psychological aspects of the individual.

This research uses a qualitative approach with in-depth interviews to collect data with phenomenological methods that understand phenomena from the lives of the perpetrators. The theories used are Communication Privacy Management Theory and Social Exchange Theory. The results of this study explain that each informant initiates self-disclosure to certain interlocutors he trusts where not everyone knows the information. In sharing information, informants manage privacy by regulating what information they can share with their interlocutors. This openness makes the relationship between informants and interlocutors closer because private information is exchanged.

The results of this study are expected to provide deeper insight into the FoMO experience that affects a person's behavior to carry out self-disclosure to overcome these feelings.

Keywords: *self-disclosure, fear of missing out, privacy management, interpersonal communication*

KATA PENGANTAR

Penelitian yang berjudul “Inisiatif Keterbukaan Diri Generasi Z dengan Sindrom *Fear of Missing Out*” menjelaskan tentang inisiatif keterbukaan diri yang dilakukan oleh informan dalam menceritakan terkait informasi dirinya yang mengalami fenomena *fear of missing out* kepada lawan bicara yang dipercayainya. Keterbukaan tersebut merupakan langkah individu untuk menceritakan informasi pribadi yang bersifat privasi dan menjadi langkah individu untuk dapat terhindar dari permasalahan fisik dan mental akibat dari perasaan ketinggalan atau FoMO. Penelitian ini terdiri dari lima bab yaitu pendahuluan, gambaran umum fenomena *fear of missing out* di Indonesia, temuan penelitian serta pembahasan, esensi makna dari hasil penelitian, serta bab lima yaitu penutup, implikasi, saran serta rekomendasi yang diberikan oleh penulis.

Penelitian ini disusun berdasarkan pemahaman dari penulis sehingga penulis sangat terbuka dengan adanya saran, masukan, dan kritik yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini karena penulis menyadari betul bahwa skripsi ini masih belum sempurna dan penuh keterbatasan dalam meneliti. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna dalam bidang akademis maupun digunakan oleh para pembaca yang memiliki ketertarikan untuk mempelajari keterbukaan diri secara lebih mendalam.

Semarang, 27 Juli 2023

Khalwah Nabilah Ustushfia

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Signifikansi Penelitian	10
1.4.1 Signifikansi Teoritis	10
1.4.2 Signifikansi Praktis	10
1.4.3 Signifikansi Sosial.....	10
1.5 Kerangka Penelitian Teoritis.....	10
1.5.1 Paradigma Penelitian.....	10
1.5.2 State of the Art	12
1.5.3 Keterbukaan Diri	18
1.5.4 Communication Privacy Management Theory	19
1.5.5 Social Exchange Theory.....	23
1.6 Operasionalisasi Konsep	24
1.6.1 Keterbukaan Diri	24
1.6.2 Fear of Missing Out (FoMO)	25
1.7 Metode Penelitian.....	26
1.7.1 Tipe Penelitian.....	26
1.7.2 Subjek Penelitian.....	27
1.7.3 Jenis Data	27

1.7.4	Sumber Data.....	28
1.7.4.1	Data Primer.....	28
1.7.4.2	Data Sekunder	28
1.7.5	Teknik Pengumpulan Data.....	29
1.7.6	Analisis Data	29
1.7.7	Kualitas Data.....	32
BAB II	33
BAB III	40
3.1	Identitas Informan	41
3.1.1	Informan I.....	42
3.1.2	Informan II	43
3.1.3	Informan III.....	43
3.2	Deskripsi Tekstural	44
3.2.1	Proses Identifikasi Diri sebagai Seorang yang Mengalami FoMO	45
3.2.1.1	Informan I.....	47
3.2.1.2	Informan II	51
3.2.1.3	Informan III	54
3.2.2	Pengalaman Keterbukaan Diri	57
3.2.2.1	Informan I	58
3.2.2.2	Informan II	62
3.2.2.3	Informan III	66
3.2.3	Manajemen Privasi.....	69
3.2.3.1	Informan I.....	69
3.2.3.2	Informan II	71
3.2.3.3	Informan III	73
3.3	Deskripsi Struktural	75
3.3.1	Penyebab FoMO dan Identifikasi sebagai Seseorang yang Mengalami FoMO	76
3.3.2	Proses Keterbukaan Diri dalam Menceritakan Informasi yang Bersifat Privasi.....	78
3.3.3	Cara Informan dalam Mengatur Privasi	79
3.4	Deskripsi Tekstural Gabungan.....	80
3.4.1	Proses Identifikasi sebagai Seseorang yang Mengalami FOMO	80

3.4.2	Pengalaman Keterbukaan Diri	82
3.4.3	Manajemen Privasi.....	83
3.5	Deskripsi Struktural Gabungan.....	84
BAB IV	86
4.1	Proses Identifikasi Diri Generasi Z sebagai Seseorang yang Mengalami FoMO	90
4.2	Cara yang Dilakukan Generasi Z yang Mengalami FoMO untuk Melakukan Inisiatif Keterbukaan Diri (<i>Self-Disclosure</i>)	98
4.3	Manajemen Privasi yang Dilakukan dalam Proses Keterbukaan Diri	105
4.4	Sintesis Makna <i>Self-Disclosure</i> sebagai Cara untuk Melakukan Inisiatif Keterbukaan Diri Generasi Z yang Mengalami <i>Fear of Missing Out</i>	111
BAB V	112
5.1	Simpulan	113
5.2	Implikasi.....	115
5.2.1	Implikasi Teoritis	115
5.2.2	Implikasi Sosial	117
5.2.3	Implikasi Praktis.....	118
5.3	Rekomendasi.....	118
DAFTAR PUSTAKA	117
LAMPIRAN	122
INTERVIEW GUIDE	123
TRANSKRIP WAWANCARA	126
HORIZONTALISASI DAN INVARIAN HORIZON	165
OPEN CODING	178

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Profil Informan

DAFTAR GAMBAR