

Hubungan Antara Peer Attachment Dengan FOMO(Fear Of Missing Out) Pada Siswa Kelas X SMA Teuku Umar Semarang

Nanda Hanif Kurnianingsih¹, Tri Suyati², G. Rohastono Ajie³

^{1,2,3}Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232
Nandakn24@gmail.com

Abstract

The aim of this research is to determine the relationship between peer attachment and fear of missing out (FoMO) in class X students at Teuku Umar High School in Semarang. The study found that there was a positive relationship between class X students' peer attachment and their fear of missing out at Teuku Umar High School in Semarang. With 34 students serving as the trial group and 70 students serving as the main research group, this study employed a quantitative correlation method. Using a cluster random selection technique, data was gathered using two measurement scales: the Peer Attachment Scale and the Fear of Missing Out Scale. Three classes were chosen as the trial group and the main research group after all classes were randomly assigned. According to the product moment correlation test results, peer attachment and FOMO in class X SMA Teuku Umar Semarang are positively correlated. This is demonstrated by a rcount of 0.259, which is higher than a rtable of 0.235 at a significance level of 5%. It is hoped that, in light of this research, preventive measures would be taken to heighten class X students' FOMO, which results in excessive worry when they are not aware of the most recent information developments.

Keywords: peer attachment, fear of missing out, class X students

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara peer attachment siswa kelas X SMA Teuku Umar Semarang dengan fear of missing out (FoMO). Hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan positif antara keterikatan teman sebaya dengan FoMO pada siswa kelas X SMA Teuku Umar Semarang. Metode korelasi kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, dengan 70 siswa sebagai kelompok penelitian utama dan 34 siswa sebagai kelompok percobaan. Dengan menggunakan teknik cluster random sampling, data dikumpulkan dengan menggunakan dua skala pengukuran: Skala fear of missing out dan peer attachment. Tiga kelas dipilih sebagai kelompok uji coba dan kelompok penelitian. Berdasarkan hasil uji korelasi product moment, fear of missing out dan peer attachment pada siswa kelas X SMA Teuku Umar Semarang berkorelasi positif. Pada tingkat signifikansi 5%, hubungan tersebut lebih besar dari rtabel sebesar 0,235, yang ditunjukkan oleh nilai rhitung sebesar 0,259. Adanya penelitian ini diharapkan adanya upaya preventif untuk mengantisipasi peningkatan perilaku FoMO pada siswa kelas X, yang mengakibatkan kecemasan yang berlebihan jika mereka tidak mengetahui perkembangan informasi terbaru.

Kata kunci: peer attachment, fear of missing out, siswa kelas X

Copyright (c) 2024 Nanda Hanif Kurnianingsih, Tri Suyati, G. Rohastono Ajie

Corresponding author: Nanda Hanif Kurnianingsih

Email Address: nandakn24@gmail.com (Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232)

Received 26 August 2024, Accepted 30 August 2024, Published 7 September 2024

PENDAHULUAN

Seringnya mengakses media sosial menimbulkan efek tersendiri pada siswa, seperti rasa cemas akan media sosial, kondisi ini dinamakan sebagai FoMO. Ketakutan bahwa orang lain mungkin memiliki pengalaman yang lebih menarik dan bermanfaat daripada yang mereka miliki atau kebutuhan untuk mengikuti apa yang orang lain lakukan (Przybylski et al., 2013). Kecemasan meningkat ketika seseorang mengamati orang lain menikmati pengalaman yang lebih berharga atau memuaskan. Bagi seseorang yang mengalami FoMO, ia cenderung menghabiskan waktunya dengan media sosial dikarenakan ada dorongan pada dirinya untuk terus terhubung dengan media sosial. Hal

ini menyebabkan seseorang yang mengalami FoMO selalu terdorong untuk interaksi dengan orang lain melalui perantara teknologi yang ada, demi mendapatkan informasi terbaru di setiap harinya.

FoMO muncul akibat lingkungan sekitar, lingkungan sangat luas, lingkungan yang apapun dapat terjadi, lingkungan yang memberikan banyak pilihan, menjadikan seseorang merasa tertinggal dan membandingkan dirinya dengan kehidupan orang lain (Patrick J. McGinnis, 2020: 4-5). Kelas X merupakan masa peralihan ataupun adaptasi dari tingkat SMP ke SMA, tentunya mereka akan melihat dinamika lingkungan barunya dan mau tidak mau harus menyesuaikan. Pun dalam kondisi tersebut mereka juga harus beradaptasi dengan gaya hidup lingkungan barunya.

Bagi seseorang yang tinggal di lingkungan minim sekali pilihan, saat ia berada di lingkungan yang luas akan merasa berada pada keraguan. Hidupnya terus bergantung pada orang lain, merasa tertinggal apabila orang lain memiliki kegiatan yang lebih menarik. Menurut Abel, Buff, dan Burr (dalam Maknun, Mufidah, & Nursanti, 2023), hal ini disebut sebagai rasa takut ketinggalan (FoMO), sebuah jenis kecemasan sosial yang diperparah oleh kemudahan akses media sosial terhadap informasi dan kemajuan teknologi. Hal ini berasal dari rasa takut kehilangan sesuatu. Media sosial dapat menjadi sumber kepuasan, terutama ketika harus mengalami setiap detik yang dilalui orang lain sebagai hasil dari pencarian informasi tersebut.

Kekhawatiran tidak *up to date* banyak ditemui pada siswa, karena mereka hidup pada era teknologi dimana sangat mudah berkomunikasi dengan orang lain dari jarak jauh. FoMO muncul karena individu melihat kegiatan-kegiatan temannya, yang dibagikan di media sosialnya. Menurut Shodiq (dalam Mulyono, 2021), kecemasan sosial ditandai dengan perasaan rendah diri, terpinggirkan, stres yang berlebihan, dan merasa tertinggal karena terputus dari orang lain. Hal ini dialami oleh mereka yang tidak mengikuti atau memantau aktivitas orang lain di media sosial.

Pada masa perkembangan remaja, mereka akan memasuki masa mencari identitas, yang dimana mereka akan melakukan observasi pada lingkungan sekitar guna membentuk identitas dirinya (Hurlock, 2017: 208). *Peer attachment* menjadi salah satu pembentukan identitas diri pada remaja juga menjadi pemicu munculnya FoMO pada dirinya. Menurut Mercer (dalam Karimah & Mario, 2024) *peer attachment* atau keterikatan rekan didefinisikan sebagai perasaan dan perilaku yang muncul antar individu sebagai keterikatan emosi karena saling berpengaruh. Sedangkan kelekatan, menurut Rich (dalam Karimah, dkk., 2024), adalah perasaan keterkaitan sosial dan juga rasa saling memiliki antara seseorang dengan orang lain ataupun kelompok sosialnya.

Peer attachment berkembang dalam berbagai situasi, pun berbagai tempat, tetapi biasanya sekolah paling berpengaruh karena mereka lebih sering bertemu dalam setting sekolah. Hal ini menciptakan hubungan yang lebih dekat dalam pertemanan antar satu dengan lainnya. Komunikasi yang intens menjadikan dalam pertemanan saling bergandrung, apabila satu diantaranya melakukan sesuatu hal baru maka lainnya mengikutinya. Menurut Lestari & Satwika (dalam Septiningwulan & Damajanti, 2021: 47) hal ini dikarenakan kelekatan remaja memunculkan rasa erat hingga

menciptakan hubungan persahabatan, maka di dalamnya terikat kepercayaan yang menjadikan rasa nyaman dan saling bergantung.

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari survei yang diisi oleh siswa-siswi kelas X SMA Teuku Umar Semarang, beberapa dari mereka menderita FOMO akibat keterikatan dengan teman sebayanya. Berdasarkan wawancara dengan siswa kelas X, ternyata keterikatan dengan teman sebaya merupakan suatu hal yang vital karena sebagai wadah bertukar informasi terkini yang mengakibatkan siswa sering mengakses media sosial dan sering mengikuti *trend* terkini agar terus *up to date*. Wawancara yang dilakukan dengan guru BK, pada saat jam istirahat siswa kelas X sering menggunakan waktunya untuk berkumpul dengan teman yang memiliki hubungan sangat dekat, tetapi tidak membatasi dirinya berbaur dengan teman lainnya pula. Berdasarkan pengamatan guru BK pada media sosial siswa kelas X, mereka sering mengikuti *trend* terkini, seperti mengunjungi tempat yang sedang *viral* ataupun membeli barang yang sedang ramai di media sosial. Menurut pengamatan penulis di SMA Teuku Umar Semarang, siswa kelas X sangat senang menggunakan media sosial untuk tetap saling berhubungan dengan teman sekelasnya, ataupun berbeda sekolah. Saling bertukar informasi mengenai perkembangan algoritma media sosial, membuat rencana datang ke tempat terbaru, dan membuat *trend* yang sedang ramai di platform *tiktok*.

Dari data-data di atas, dapat dideskripsikan jika di kelas X SMA Teuku Umar Semarang terdapat siswa yang mengalami kecanduan media sosial sehingga berdampak pada kehidupannya. Keterikatan dengan teman sebaya yang mendasari mereka takut tertinggal suatu perkembangan di media sosial. Keterikatan dengan teman sebaya membuat mereka merasa ingin terus *up to date* sehingga senantiasa memiliki keinginan selalu terhubung dengan orang lain. Hubungan *peer attachment* terhadap FoMO ini bermanfaat bagi BK sebagai literatur baru agar guru BK mengkaji lebih dalam bentuk *peer attachment* pada siswa era saat ini, guna mencegah tingkat stres pada siswa akibat FoMO yang mengganggu kesehatan mentalnya dan juga mengganggu proses belajarnya. Berdasarkan paparan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Peer Attachment* dengan FoMO (*Fear Of Missing Out*) pada Siswa Kelas X SMA Teuku Umar Semarang”.

METODE

Metodologi penelitian studi ini adalah kuantitatif. Pendekatan penelitian kuantitatif, yang berlandaskan pada positivisme, digunakan untuk menyelidiki populasi atau kelompok tertentu. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen penelitian, dan kemudian diperiksa secara kuantitatif atau statistik untuk menyangkal asumsi (Sugiyono, 2015: 14). Desain penelitian korelasional digunakan dalam penelitian ini. Studi korelasional didefinisikan sebagai studi yang mempelajari hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih (Suharsimi Arikunto, 2006). Berdasarkan korelasi antara variabel-variabel tersebut, tujuannya adalah untuk memastikan ada tidaknya hubungan di antara variabel-variabel tersebut. Bersifat prediktif, penelitian semacam ini

menekankan pada estimasi kekuatan hubungan yang ditemukan. Untuk penelitian ini, sampel diambil dari kelas X.1 sampai X.5 dengan menggunakan teknik cluster random sampling. Soegeng (2017: 112) menjelaskan *cluster random sampling* adalah metodologi atau cara-cara pengambilan sampel berdasarkan rumpun atau kelompok. 60% dari siswa, atau 105, digunakan sebagai sampel penelitian. Dengan menggunakan proses pengacakan dalam pengambilan sampel acak kelompok, populasi dibagi menjadi beberapa kelompok dan kemudian dipilih secara acak. Dalam upaya mengambil sampel, digunakanlah selembar kertas kecil dengan nomor kelas X.1 sampai X.5 di atasnya. Nomor kertas diambil secara acak, dan diperoleh tiga kelas, yaitu kelas X.2 untuk *try out* dan kelas X.1 serta X.4 sebagai sampel penelitian. Pengambilan data diambil menggunakan skala likert yang disebarakan menggunakan Google Form.

HASIL DAN DISKUSI

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		70	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	8.11929772	
Most Extreme Differences	Absolute	.091	
	Positive	.091	
	Negative	-.059	
Test Statistic		.091	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.153	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.144
		Upper Bound	.162

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.

Nilai signifikansi asymp (2-tailed) sebesar 0,200 yang diperoleh dari uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data penelitian ini memiliki distribusi yang normal. Kesimpulan ini konsisten dengan hasil uji normalitas sebelumnya. Nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan distribusi data yang normal. Nilai p-value penelitian ini, yaitu $0,200 > 0,05$, menunjukkan bahwa data penelitian ini memiliki distribusi yang normal.

Uji linearitas bertujuan untuk menentukan adanya hubungan linear antara dua variabel. Hal ini memungkinkan untuk memastikan apakah ada hubungan linear antara variabel dengan menggunakan uji linearitas. Linearitas dinyatakan untuk kedua variabel jika nilai signifikansi melebihi 0,05. Sebaliknya, menurut kriteria yang relevan, keduanya dikategorikan non-linier jika nilai signifikansi kurang dari 0,05. Hasil uji linearitas untuk kedua variabel yang dianalisis menggunakan SPSS versi 27 adalah sebagai berikut:

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
FoMO * Peer Attachment	Between Groups	(Combined)	2902.181	38	76.373	1.200	.304
		Linearity	327.085	1	327.085	5.138	.031
		Deviation from Linearity	2575.096	37	69.597	1.093	.403
	Within Groups		1973.590	31	63.664		
	Total		4875.771	69			

Karena 0,403 lebih dari ambang batas 0,05, maka dapat disimpulkan dari hasil uji linearitas bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel jika nilai signifikansinya 0,403. Uji hipotesis dilakukan setelah dua uji prasyarat, yaitu uji normalitas sebaran data berhasil dilalui dan uji linieritas antar variabel. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara FoMO dan kelekatan teman sebaya pada siswa kelas X SMA Teuku Umar Semarang.

Correlations

		Peer Attachment	FoMO
Peer Attachment	Pearson Correlation	1	.259*
	Sig. (2-tailed)		.030
	N	70	70
FoMO	Pearson Correlation	.259*	1
	Sig. (2-tailed)	.030	
	N	70	70

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel yang disajikan menunjukkan korelasi substansial ($p < 0,05$) antara hubungan dengan teman sebaya dan FOMO, seperti yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,030. Terdapat hubungan langsung antara kedua faktor tersebut, yang mengimplikasikan bahwa siswa dengan keterikatan teman sebaya yang lebih kuat juga mengalami tingkat FOMO yang lebih tinggi. Nilai r tabel sebesar 0,235 diperoleh dengan menggunakan jumlah sampel sebanyak 70 siswa dan ambang batas signifikansi sebesar 5%. Data menunjukkan korelasi yang signifikan antara rasa takut ketinggalan dan keterikatan teman sebaya, seperti yang ditunjukkan oleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,259, yang berada di atas nilai r tabel sebesar 0,235. Koefisien korelasi Pearson menunjukkan tingkat hubungan yang sedang, sesuai dengan tabel koefisien korelasi, di mana hasilnya berada di antara kisaran 0,21-0,40.

Hasil penelitian mengenai hubungan antara keterikatan teman sebaya dan rasa takut akan kehilangan sesuatu menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut saling berhubungan. Fakta bahwa r hitung ($0.259 > 0.235$) lebih besar dari r tabel menunjukkan hal ini. Berdasarkan jumlah responden 70 siswa tabel korelasi *product moment* menghasilkan nilai r tabel 0,235. Nilai *Pearson Correlation* menunjukkan korelasi positif, yang mengindikasikan bahwa hubungan dalam penelitian ini adalah positif. Hal ini mengindikasikan bahwa di antara siswa kelas X SMA Teuku Umar, semakin besar

tingkat keterikatan teman sebaya, semakin besar pula rasa takut akan ketinggalan. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang berbunyi “Terdapat hubungan antara *fear of missing out* dan *peer attachment* pada siswa kelas X SMA” dapat diterima secara ilmiah.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki keterikatan teman sebaya dan terdapat perilaku FoMO. Siswa yang terikat dengan teman sebayanya mengembangkan hubungan satu sama lain yang berdampak pada perilaku, perspektif, dan interpretasi satu sama lain terhadap aktivitas teman sebayanya. Oleh karena itu, mereka lebih cenderung menunjukkan perilaku yang berasal dari FoMO.

Penelitian ini secara teoritis memajukan pengetahuan kita tentang hubungan antara keterikatan teman sebaya dan rasa takut ketinggalan pada siswa kelas X, memvalidasi gagasan keterikatan teman sebaya pada siswa saat ini, dan menawarkan perspektif baru tentang perilaku negatif yang terkait dengan rasa takut ketinggalan dan keterikatan teman sebaya yang tidak sehat. Secara praktis, hasil ini dapat digunakan oleh guru BK untuk mengembangkan program yang mengajarkan siswa tentang penggunaan media sosial yang bijaksana dan dampak potensialnya terhadap diri siswa. Selain itu, orang tua juga harus memantau penggunaan media sosial oleh anak-anak mereka dengan lebih ketat.

KESIMPULAN

Sebuah korelasi yang substansial telah ditemukan antara kelekatan teman sebaya dan rasa takut ketinggalan di antara siswa kelas X di SMA Teuku Umar Semarang, menurut penelitian yang dilakukan pada siswa. Namun, koefisien korelasi (rhitung) sebesar 0,259 menunjukkan bahwa hubungan ini tidak terlalu kuat. Data dalam hubungan ini menunjukkan adanya korelasi positif antara FoMO dan *peer attachment* Sesuai dengan hipotesis penelitian, yang menyatakan bahwa *fear of missing out* dan *peer attachment* berhubungan, maka hipotesis diterima. Data yang diperoleh menunjukkan adanya korelasi atau hubungan antara kedua variabel tersebut, yang menjadi bukti untuk hal ini.

REFERENSI

- Hurlock, Elizabeth B. (2017). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Karimah, Rifka, dan Mario Prtamama. (2024). Hubungan Antara Peer Attachment dengan Student Engagement Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Boarding School Di Kabupaten Tanah Datar. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 458–68.
- Maknun, Lu’luil, Wardatul Mufidah, dan Erma Nursanti. (2023). *Fear Of Missing Out (FoMO) Pada Remaja Pengguna Instagram*. *IDEA: Jurnal Psikologi (Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 7.1, 46–57.
- McGinnis, Patrick J. (2020). *Fear Of Missing Out: Tepat Mengambil Keputusan di Dunia yang Menyajikan Terlalu Banyak Pilihan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Mulyono, Bambang Hari. (2021). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Pengaruh FoMO terhadap Social Connectedness yang Dimediasi oleh Penggunaan Media Sosial. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1.2, 1190–98.

Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional, And Behavioral Correlates Of Fear Of Missing Out. *Computers In Human Behavior*. 29(4), 1841– 1848.

Septiningwulan, Anisa Eka, dan Damajanti Kusuma Dewi. (2021). Hubungan Antara *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Psikologi UNESA Selama Masa Pandemi,” *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8.8, 44–56.

Soegeng. (2017). *Dasar-Dasar Penelitian*. Yogyakarta: Magnum Pustaka Utama.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.