

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kekuatiran pasti sering muncul dalam diri seseorang, pengertian kekuatiran secara umum merupakan perasaan takut dan cemas yang dialami oleh seseorang baik yang sedang terjadi maupun yang akan terjadi. Nevid mengatakan bahwa kekuatiran adalah sebuah kondisi yang dialami oleh seseorang dimana individu merasa bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi dalam dirinya, dan bisa membawa kepada perasaan takut secara berlebihan dengan potensi ancaman.<sup>1</sup> James R. Beck dan David T. Moore dalam bukunya mengatakan bahwa, kuatir merupakan hal yang tidak mudah dinyatakan dengan tepat.<sup>2</sup> Jadi, kuatir merupakan suatu kondisi yang membawa seseorang pada suatu hal yang tidak pasti, dan akan membuat individu merasa bahwa akan mengalami hal yang buruk di masa depan.

Kekuatiran seseorang muncul dapat disebabkan oleh perkembangan zaman yang semakin canggih dan dapat dilihat melalui teknologi yang mengakibatkan seseorang untuk terus menggunakan

---

<sup>1</sup> Juita Lusiana Sinambela Albert Christiawan, Janes Sinaga, "Doa Dan Ucapan Syukur Dalam Upaya Mengatasi Kekuatiran Ditengah Pandemi Covid 19," *Indonesian Journal of Psychology and Behavioral Science (MENTAL)* 1, no. 1 (2023), 29.

<sup>2</sup> James R. Beck dan David T Moore, *Kuatir: Bimbingan Praktis Mengatasi Kekuatiran* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001),2.

media sosial. Perkembangan teknologi dapat memudahkan seseorang untuk lebih mudah mengakses informasi melalui media sosial seperti pengetahuan, berita dan lain sebagainya. Selain dampak positif, perkembangan media sosial juga dapat memunculkan dampak negatif, menurut Bachtiar dampak negatif media sosial ini yang kemudian dapat membawa pengaruh baik dari pola pikir maupun perilaku manusia.<sup>3</sup> Pesatnya perkembangan teknologi, sangat mudah memunculkan fenomena dan kebudayaan baru di lingkungan masyarakat, termasuk ialah perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO). Fenomena ini, dominan terjadi pada remaja yang kesehariannya lebih sering menggunakan media sosial. Istilah ini biasa digunakan untuk menggambarkan perilaku seseorang yang memakai media sosial secara berlebihan sehingga akan merasa khawatir ketika tidak terhubung dengan media sosial dan ketinggalan berita di media sosial.<sup>4</sup>

*Fear of Missing Out* ialah gejala psikologis yang dialami oleh seseorang dimana kekuatiran akan muncul jika ia merasa kehilangan pengalaman menarik lainnya. N.K Dewi dan kawan-kawan juga mengemukakan bahwa fenomena ini dapat membuat seseorang merasakan kekuatiran individu akan kehilangan pengalaman secara sosial

---

<sup>3</sup> Eikel Ginting, "Keugaharian: Memaknai Konsep Kesederhanaan Dalam Ajaran Yesus Dan Ajaran Buddha Terhadap Konteks Fomo Syndrome," *ABIP: Jurnal Agama Budha dan Ilmu Pengetahuan* 8, no. 2 (2022), 127.

<sup>4</sup> Zulfa Ajda Khoiriyah, Deni Zein Tarsidi, and Universitas Pasundan Bandung, "Detox Media Sosial: Upaya Melawan Kecanduan Media Sosial Dan Rasa Takut Ketinggalan ( FOMO )" (2022), 716.

yang dialami oleh orang lain.<sup>5</sup> Selain itu, FoMO juga dapat dipahami sebagai kekuatiran yang muncul akibat dari takutnya seseorang kehilangan momen dan keinginan kuat untuk terhubung dengan kegiatan dan aktivitas melalui media sosial orang lain. Menurut Przybylski FoMO membuat seseorang memiliki hasrat untuk kemudian secara terus menerus mengikuti apa yang orang lain sedang lakukan.<sup>6</sup>

Fenomena FoMO dominan dialami oleh remaja. Masa remaja merupakan masa dimana seorang anak mengalami pertumbuhan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa dimana masa ini disebut sebagai masa peralihan. Menurut Yulia Singgih D. Gunarsa, Masa remaja merupakan masa dimana seorang anak mengalami suatu masa peralihan dari anak ke masa dewasa dari umur 12 sampai 21 Tahun.<sup>7</sup> Menurut, Riryn Fatmawaty remaja dapat dikelompokkan dalam beberapa fase yaitu, pada umur 12 sampai 15 tahun disebut sebagai fase remaja awal, umur 15-18 tahun sebagai fase remaja pertengahan dan fase remaja akhir berada pada umur 18 tahun sampai dengan umur 21 tahun.<sup>8</sup> Fenomena FoMO sampai saat ini cukup banyak ditemukan dalam lingkungan

---

<sup>5</sup> Noviyanti Kartika Dewi, Imam Hambali, and Fitri Wahyuni, "Analisis Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan Social Environment Terhadap Perilaku Fear of Missing Out (FoMO)," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 5, no. 1 (2022): 17.

<sup>6</sup> Andreas Budi Setyobekti, Valentino Wariki, and Kezya Jesika Maria Anu, "Potret Solusi Alkitab Bagi Generasi Z Penderita Sindrom Fear of Missing Out," *ELEOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (2024): 100.

<sup>7</sup> Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008). 203

<sup>8</sup> Riryn Fatmawaty, "Memahami Psikologi Remaja," *Jurnal Reforma* 6, no. 2 (2017): 55-65, <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>.

masyarakat, khususnya di Jemaat Pangkali, desa Saluassing. Desa Saluassing merupakan salah satu tempat dimana didirikannya jaringan seluler yang dimana dapat memudahkan setiap masyarakat dalam berkomunikasi melalui media sosial serta dapat mengakses internet. Dalam rentang waktu kurang lebih dua atau tiga tahun terakhir, jaringan seluler dan jaringan internet terhubung ke wilayah Pangkali. Melalui perkembangan internet di wilayah ini membawa cara hidup baru bagi setiap masyarakat dalam menggunakan internet, salah satunya pada kalangan remaja di Pangkali. Sebelumnya peneliti telah melakukan observasi awal terhadap salah seorang remaja, yang bernama Hartiwi. Dalam observasi ini peneliti mengutip salah satu pernyataan dari Hartiwi yang mengatakan bahwa “rasanya saya seperti ingin mati kalau tidak memiliki aplikasi *Tiktok*, dan juga mengatakan bahwa kenyamanan lebih banyak saya dapatkan di *tiktok* dibandingkan kenyamanan di dunia nyata, keinginan untuk terus mengikuti aktivitas orang lain agar tidak ketinggalan informasi, sehingga sesuatu yang viralpun ingin saya miliki dan salah satunya ialah model pakaian”.<sup>9</sup> Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa remaja di Pangkali lebih dominan merasa kuatir ketika tidak mengakses media sosial dan tidak mengikuti *trend*, yang membuat remaja tersebut menuntut diri dan orang tua untuk harus mengikuti apa yang dilihat di media sosial dan apa yang orang lain

---

<sup>9</sup> Hartiwi, *Wawancara* (Pangkali, Mamasa, 2 Januari 2024).

lakukan. Salah seorang remaja yang merasa kuatir ketika tidak memiliki barang yang dimiliki oleh orang lain, sehingga iapun berusaha membujuk orang tuanya untuk membeli sepatu yang diinginkan tetapi ala hasil orang tuanya memarahi anaknya dan berkata “apa kamu mu lihat di orang lain, itu mi juga mau mu beli” kemudian anak tersebut menuju kamar dan menangis karena keinginannya tidak terpenuhi.

Berdasarkan permasalahan ini, peneliti berasumsi bahwa kehidupan serta kenyamanan dari remaja tersebut bergantung kepada media sosial sebagai sumber kebahagiaannya. Melihat hal tersebut jelas bahwa dampak dari perkembangan internet adalah membawa seseorang pada suatu perilaku yaitu FoMO. Perkembangan internet membawa dampak dalam kehidupan masyarakat Pangkajene Kepulauan khususnya pada remaja. Dampak internet terhadap kehidupan remaja diantaranya ialah kurangnya relasi di dunia nyata, memakai *gadget* saat ibadah, tuntutan terhadap diri sendiri dan orang tua untuk memiliki dan melakukan sesuatu diluar batas kemampuan ekonomi pribadi dan keluarga, waktu belajar kurang maksimal, kurangnya kepercayaan diri, sehingga dapat merugikan waktu, tenaga dan materi serta berbagai masalah dalam kehidupan remaja di Pangkajene Kepulauan tersebut. Dampak lain yang dimunculkan ialah timbulnya rasa cemburu dalam dirinya kepada orang lain melalui media sosial, serta sikap membandingkan hidupnya dengan orang lain.

Seseorang yang mengalami FoMO akan membawa dampak bagi kehidupannya yakni kekuatiran. Orang yang mengalami FoMO akan merasa kuatir ketika tidak mengakses media sosial dan ketika ketinggalan informasi. Dengan demikian, berangkat dari fenomena di atas, relevan ketika peneliti berupaya untuk meminimalisir fenomena ini dengan suatu kajian teologis, terkait dengan pengendalian hawa nafsu ditengah fenomena FoMO di Pangkajene saat ini dengan berdasar pada teks Alkitab (Mat 6:25-34). Ketika melihat dari teks ini, Yesus sendiri menegaskan kepada murid-murid-Nya untuk tidak kuatir akan sesuatu karena kuatir tidak membawa manfaat bagi keberlangsungan hidup orang yang mengalaminya, karena orang yang hidupnya terus terbawa dalam kekuatiran maka rasa kuatir dan takut terus menghantui kehidupannya. Firman Tuhan berkata, dalam (Mat 6:34), "sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari". Artinya bahwa, setiap hari pasti mempunyai pergumulan dan bebannya tersendiri. Akan tetapi, seorang Kristen harus percaya bahwa Ia adalah Tuhan yang akan memberikan kekuatan kepada setiap orang untuk menanggung beban yang mereka melalui kekuatan yang Ia berikan. Selain itu, Ia tidak akan memberikan beban yang dapat melampaui

kemampuan dan kekuatan manusia untuk memikul tanggung jawab yang harus ditanggung setiap hari.<sup>10</sup>

Pemahaman yang Yesus berikan kepada murid-murid-Nya untuk melihat pemeliharaan Tuhan diperlihatkan melalui pemeliharaanNya terhadap ciptaan lainnya seperti burung-burung yang beterbangan di langit serta bunga bakung di padang yang luas yang tidak menabur serta tidak manuai namun Tuhan tetap memastikan bahwa kebutuhan mereka akan terpenuhi, yang kemudian perbandingan diperlihatkan bahwa manusia jauh lebih berharga dan mulia dihadapan Tuhan.

Dengan demikian, iman yang kokoh, seorang penderita FoMO akan mampu mengatasi setiap masalah dengan sukacita. Terpenting yang perlu diketahui bahwa hubungan pribadi manusia harus berfokus kepada Kristus untuk terus bersyukur kepada-Nya dimana tindakan tersebut membantu seseorang dalam mencegah rasa takut ketinggalan, dan rasa kuatir.

Beberapa peneliti terdahulu juga meneliti terhadap *Fear of Missing Out*, yaitu : Pertama, Lu'luil Maknun, Wardaful Mufidah dan Erma Nursanti, yang menganalisis FoMO pada Remaja Pengguna *Instagram* dan menemukan bahwa "terdapat korelasi negatif yang signifikan antara konsep diri dengan *Fear Of Missing Out* (FoMo) terhadap remaja yang

---

<sup>10</sup> Restu Gulo, "Studi Ekspositori Terhadap Matius 6:25-34 Dan Refleksinya Bagi Orang Percaya Dalam Mengatasi Kekuatiran," *Sinar Kasih: Jurnal Pendidikan Agama dan Filsafat* 1, no. 2 (2023), 75.

menggunkan Instagram".<sup>11</sup> Kedua, Nurul Hartini, Ia menganalisis FoMo dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa, dan menemukan akan adanya hubungan antara FoMO dan kesejahteraan subjektif dengan arah berlawanan yang berarti bahwa semakin tinggi FoMO yang dialami oleh seseorang maka nilai kesejahteraan subjektif akan menurun.<sup>12</sup> Ketiga, Rjekki Asroni Damuli Cibro dan Hoppascaman Simbolon, yang mengkaji hubungan FoMO terhadap Konformitas pada remaja pengguna media sosial *tiktok* pada remaja, dan hasil penelitiannya menyatakan adanya hubungan antara FoMo kepada konformitas terhadap remaja yang menggunakan media sosial *tiktok*.<sup>13</sup> Khusus dalam penelitian ini, fokus utamanya berada pada kajian teologis terhadap perilaku *Fear of Missing Out* pada remaja di Gereja Toraja Mamasa Jemaat Pangkali. Kajian ini dilakukan menggunakan konsep kekuatiran dalam perspektif Matius 6:25-34. Peneliti berharap melalui penelitian ini bisa menjadi bahan reflektif bagi remaja di Jemaat Pangkali untuk mengatasi FoMO di dunia digital.

---

<sup>11</sup> & Erma Nursanti Lu'lil Makmun, Wardatul Mufidah, "Fear Of Missing Out (FoMO) Pada Remaja Pengguna Instagram," *IDEA: Jurnal Psikologi* Vol 7, no. 1 (2023): 46–57, <https://ejournal.penerbitjurnal.com/index.php/multiligual/article/view/118>.

<sup>12</sup> Bagaskoro Panggih Nugrahanto dan Nurul Hartini, "Fear of Missing Out (FoMO) Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa.," *Blantika:Multidisciplinary journal* Vol. 1, no. 4 (2023): 358.

<sup>13</sup> Rjekki Asroni Damuli Cibro; Hotpascaman Simbolon, "Hubungan Antara Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Konfomitas Pada Pengguna Media Sosial Tiktok Pada Remaja.," *INNOVATIE:Jurnal Of Social Science Research* vo. 3, no. 4 (2023): 5420–5435, <https://j-innovatie.org/index.php/innovatie>, 1.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti mengangkat suatu rumusan masalah yang akan dibahas melalui penelitian ini yaitu bagaimana kajian teologis terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja di Gereja Toraja Mamasa (GTM) Jemaat Pangkali?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguraikan kajian teologis terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja, di Gereja Toraja Mamasa (GTM) Jemaat Pangkali.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Akademik**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi lembaga IAKN Toraja sebagai kontribusi dalam menambah referensi tentang kajian teologis terhadap perilaku FoMO khususnya bagi mahasiswa teologi.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan refleksi bagi orang tua dan majelis gereja dalam melakukan pembinaan dan pendampingan terhadap remaja yang mengalami FoMO.

## E. Sistematika Penulisan

BAB I, Pendahuluan terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II, Landasan Teori terdiri dari konsep kekuatiran, konsep tentang *Fear of Missing Out* (FOMO), dan landasan teologis: perspektif Matius 6:25-34 .

BAB III, Metode penelitian terdiri dari jenis metode penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, waktu dan tempat penelitian, jenis data, teknik pengumpulan data, narasumber atau informan, teknik analisis data, dan jadwal penelitian.

BAB VI, Temuan penelitian dan analisis terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, deskripsi hasil penelitian dan analisis penelitian

BAB V, Penutup terdiri dari Kesimpulan dan Saran

