

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang berlangsung secara berkelanjutan telah membawa perubahan yang signifikan dalam kehidupan masyarakat. Kehadiran teknologi digital memungkinkan individu untuk berkomunikasi, memperoleh informasi, serta berinteraksi dengan lebih mudah tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu.¹ Salah satu bentuk perkembangan teknologi yang paling dekat dengan kehidupan masyarakat saat ini adalah media sosial. Media sosial merupakan sarana berbasis internet yang digunakan untuk melakukan interaksi sosial, seperti berkomunikasi, berbagi informasi, bertukar pendapat, serta menyebarkan berbagai bentuk konten kepada orang lain secara lebih mudah dan cepat.²

Media sosial saat ini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat, khususnya generasi muda. Berbagai jenis media sosial yang cukup luas digunakan meliputi YouTube, Instagram, Facebook, Twitter, WhatsApp serta TikTok. Di antara sejumlah platform yang ada, TikTok merupakan salah satu media sosial yang paling banyak diminati oleh masyarakat Indonesia. Berdasarkan laporan dari *We Are Social & Meltwater* yang dipublikasikan melalui Data Reportal, Indonesia menempati peringkat pertama sebagai negara dengan jumlah pengguna

¹ Yudistira Prayoga, Sumarwiyah Sumarwiyah, and Imaniar Purbasari, "Belajar Kelompok Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Saat Pandemi," *Jurnal Educatio FKIP UNMA* 8, no. 2 (June 2022): 673.

² Philip Kotrel dan Kevin Lane Keller, *Manajemen Pemasaran* (Jakarta: Erlangga, 2021), 25.

TikTok terbanyak di dunia pada Juli 2025, dengan total pengguna mencapai 194,37 juta akun.

Data tersebut menunjukkan bahwa pengguna TikTok di Indonesia telah berkembang secara masif dan menjangkau berbagai lapisan masyarakat. Laporan yang sama juga mengungkapkan bahwa mayoritas pengguna TikTok di Indonesia berasal dari kelompok usia 18 sampai 24 tahun. Kelompok usia tersebut diketahui menghabiskan waktu rata-rata hingga 45 jam setiap bulan untuk mengakses aplikasi tersebut.³ Tingginya intensitas penggunaan ini menunjukkan bahwa TikTok tidak lagi sekadar menjadi media hiburan, melainkan telah menjadi bagian dari aktivitas digital yang melekat dalam kehidupan sehari-hari penggunanya. Besarnya minat masyarakat terhadap TikTok dipengaruhi oleh karakteristik platform yang mampu menyajikan konten dalam bentuk visual dan audio secara bersamaan. Kombinasi kedua unsur tersebut membuat informasi yang disampaikan menjadi lebih menarik, mudah dipahami, serta mampu mempertahankan perhatian pengguna dalam waktu yang lebih lama.

TikTok merupakan aplikasi berbasis video pendek yang dikembangkan oleh perusahaan *ByteDance* dan diluncurkan pertama kali pada tahun 2016 oleh Zhang Yiming. Melalui aplikasi ini, pengguna dapat membuat, mengedit dan membagikan berbagai jenis konten secara kreatif dan memanfaatkan fitur pendukung seperti filter, efek, musik, dan berbagai alat pengedit lainnya untuk membuat tampilan

³ Simon Kemp, *Digital 2025: Indonesia*, DataReportal, Agustus 2025, <https://datareportal.com>.

konten lebih menarik. Selain itu, TikTok menggunakan sistem algoritma *For you Page* (FYP) yang menampilkan rekomendasi konten berdasarkan minat, kebiasaan, dan aktivitas pengguna selama menggunakan aplikasi tersebut. Sistem ini membuat pengguna terus memperoleh konten sesuai dengan preferensinya sehingga mendorong mereka untuk menghabiskan waktu yang lama dalam menggunakan TikTok.⁴ Kemudahan dalam mengakses informasi, hiburan, dan berbagai tren yang sedang berkembang menjadikan TikTok sebagai salah satu media sosial yang memiliki dampak besar terhadap perilaku dan gaya hidup penggunanya.

Menurut Rendi Rizki Sutisno, penggunaan TikTok memberikan berbagai dampak bagi penggunanya, baik dampak positif maupun dampak negatif. Dampak positif meliputi bertambahnya wawasan, meningkatnya minat belajar, dan menjadi sumber ilmu pengetahuan. Sementara itu, dampak negatif meliputi menurunnya interaksi sosial secara langsung, kecenderungan kecanduan, sikap acuh terhadap lingkungan sekitar, serta kecenderungan meniru budaya viral yang kurang positif.⁵ Berdasarkan pemahaman tersebut, penggunaan TikTok tidak hanya memengaruhi perilaku pengguna, tetapi juga dapat membentuk pola hidup dan kebiasaan tertentu dalam kehidupan sehari-hari.

⁴ Anisa Prasetya Putri Kartini, *Mengenal TikTok, Aplikasi Media Sosial Yang Populer Di Dunia*, November 23, 2023, tempo.co.

⁵ Rendi Rizki Sutisna, *Dampak Penggunaan TikTok terhadap Sopan Santun* (Tasikmalaya: Langgam Pustaka, 2024), 45.

Salah satu fenomena yang sering dikaitkan dengan penggunaan media sosial, termasuk TikTok, adalah *Fear of Missing Out* (FoMO). *FoMO* merupakan kondisi ketika seseorang merasa takut tertinggal informasi, pengalaman, aktivitas, maupun tren yang sedang dialami oleh orang lain. Kemudahan akses terhadap berbagai informasi melalui media sosial membuat individu dapat melihat aktivitas orang lain secara terus menerus. Kondisi ini sering kali mendorong seseorang untuk terus terhubung dengan media sosial agar tidak merasa tertinggal dari lingkungan sosialnya.

Menurut Bagus Pratomo Nusantara, munculnya *FoMO* pada individu disebabkan oleh penggunaan media sosial, umumnya menunjukkan karakteristik, seperti keinginan yang kuat untuk selalu mengetahui informasi terbaru, merasa perlu terhubung dengan media sosial, serta kecenderungan membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap memiliki kehidupan lebih menarik atau lebih baik. Nusantara juga menjelaskan bahwa *FoMO* disebabkan oleh kebutuhan akan validasi sosial serta rasa khawatir akan keterasingan dari kelompok sebaya, yang kemudian mendorong individu untuk terus mengikuti perkembangan yang sedang terjadi.⁶

Pandangan tersebut didukung oleh Przybylski dkk. yang mendefinisikan *FoMO* sebagai kekhawatiran yang terus menerus bahwa orang lain sedang memperoleh pengalaman yang lebih menyenangkan sementara dirinya tidak

⁶ Bagus Pratomo Nusantara, *FOMO: Fear of Missing Out dalam kehidupan sehari-hari Mahasiswa* (Bogor: Guepedia, 2024), 45.

terlibat dalam pengalaman tersebut. Menurutnya, individu yang memiliki kecenderungan *FoMO* lebih sering menghabiskan waktu lebih banyak di media sosial seperti TikTok, karena memiliki dorongan untuk terus memantau aktivitas orang lain, mengetahui perkembangan informasi, serta mengetahui berbagai tren yang sedang berlangsung. Dengan demikian, penggunaan media sosial yang tinggi dapat memperkuat kecenderungan *FoMO* pada individu.

Dalam kehidupan mahasiswa, gaya hidup *FoMO* dapat terlihat melalui kebiasaan untuk terus memantau media sosial, keinginan untuk selalu mengetahui informasi terbaru, kecenderungan mengikuti tren yang sedang viral, serta perilaku membandingkan diri dengan orang lain berdasarkan informasi yang diperoleh dari media sosial. Mahasiswa yang mengalami *FoMO* biasanya merasa perlu untuk selalu terhubung dengan media sosial agar tidak tertinggal informasi yang sedang menjadi pembahasan di lingkungan pertemanan mereka. Selain itu, mahasiswa juga cenderung mengikuti perkembangan tren yang sedang populer karena khawatir dianggap tidak mengikuti perkembangan zaman yang tidak sesuai dengan kelompok sosialnya. Kondisi tersebut, menunjukkan bahwa *FoMO* tidak hanya berkaitan dengan penggunaan media sosial, tetapi juga telah menjadi bagian dari gaya hidup sebagai mahasiswa.⁷

⁷ Andrew K. Przybylski, Kou Murayama, Cody R. DeHaan, dan Valerie Gladwell, "Korelasi Motivasi, Emosional, dan Perilaku dari Rasa Takut Ketinggalan Momen (*Fear of Missing Out*)," *Komputer dalam Perilaku Manusia* 29, no. 4 (2013): 1843.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Hadi dan Zulkarnain, menemukan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin besar kecenderungan mahasiswa untuk merasa takut tertinggal informasi atau tren yang sedang berkembang di lingkungan sosialnya.⁸ Hal ini diperkuat oleh penelitian Kurniawati yang menyatakan bahwa ketergantungan mahasiswa terhadap media sosial sebagai sumber informasi utama seringkali memicu kecemasan permanen jika tidak mengetahui tren yang sedang berkembang. Kecemasan tersebut tercermin dalam perilaku mahasiswa yang merasa tertinggal ketika tidak aktif membuka media sosial TikTok, serta kecenderungan untuk segera mencari informasi terbaru agar tetap relevan dalam lingkungan pergaulan mereka.⁹

Dengan demikian, *FoMO* pada mahasiswa tidak hanya berupa perasaan takut tertinggal, tetapi juga muncul dalam bentuk perilaku aktif dan berulang dalam penggunaan media sosial, khususnya TikTok, sebagai upaya untuk selalu terhubung dengan perkembangan informasi dan tren sosial. Fenomena ini menjadi penting untuk dikaji karena mahasiswa merupakan individu yang berada dalam tahap perkembangan yang rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial dan perkembangan teknologi. Dorongan untuk tetap relevan, tidak tertinggal dari

⁸ A. Hadi dan Z. Zulkarnain, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Aplikasi TikTok terhadap Kecenderungan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa," *Jurnal ilmiah Psikologi Terapan* 9, no. 1 (2025): 15.

⁹ F. Kurniawati, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Kecenderungan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Mahasiswa," *Jurnal Psikologi dan Konseling* 15, no. 1 (2020): 48.

teman sebaya, serta mengikuti tren digital membuat mahasiswa cenderung aktif menggunakan media sosial, khususnya TikTok.

Program Studi Kepemimpinan Kristen, merupakan salah satu Program Studi yang berada dibawah naungan Fakultas Budaya dan Kepemimpinan Kristen IAKN Toraja. Sebagai Mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen, kemampuan dalam memanfaatkan teknologi secara bijaksana merupakan bagian penting dalam proses pembentukan karakter kepemimpinan. Mahasiswa tidak hanya dipersiapkan untuk menjadi pemimpin yang memiliki berpikir kritis, bertanggung jawab, dan mampu mengambil keputusan secara bijaksana, tetapi juga mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi digital yang terus berkembang. Selain itu, penggunaan TikTok dapat diarahkan sebagai sarana untuk menambah wawasan, mengembangkan kreativitas, serta membangun jiwa kewirausahaan.

Berdasarkan survey awal, hampir seluruh mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen memiliki aplikasi TikTok yakni sebanyak 164 mahasiswa. Meski begitu, intensitas penggunaanya cukup bervariasi, ada mahasiswa yang sekedar memiliki aplikasi tersebut tanpa mengaksesnya secara rutin, tetapi ada pula yang menggunakan TikTok rutin setiap hari dalam durasi yang cukup lama.

Temuan awal menunjukkan bahwa mahasiswa lebih banyak menggunakan TikTok sebagai sarana hiburan untuk melepas penat ditengah kesibukan akademik. Selain itu, mahasiswa juga menggunakan TikTok untuk mendapatkan informasi, mencari referensi pembelajaran, mengikuti berbagai tren, serta mendapatkan ide-ide baru. Namun, durasi penggunaannya tergolong cukup tinggi, yaitu sekitar tiga

hingga lima jam per hari menunjukkan bahwa aplikasi tersebut telah menjadi bagian penting dalam aktivitas keseharian mahasiswa. Tingginya intensitas penggunaan TikTok menunjukkan adanya kemungkinan munculnya kecenderungan *FoMO*, terutama ketika mahasiswa merasa perlu untuk terus mengikuti tren, informasi, maupun aktivitas yang sedang berkembang di media sosial agar tidak merasa tertinggal dari teman-teman atau lingkungan sosialnya.

Dalam penelitian ini, penulis akan menerapkan pemahaman Rendi Rizki Sutisno, untuk menganalisis dampak penggunaan TikTok terhadap kehidupan mahasiswa.¹⁰ Selain itu, penulis juga menggunakan pemahaman Bagus Pratomo Nusantara yang didukung oleh teori *FoMO* dari Przybylski dkk. untuk menganalisis bagaimana gaya hidup *FoMO* muncul dan dialami oleh mahasiswa sebagai pengguna aktif TikTok.¹¹ Dengan demikian, hal ini menjadi penting untuk dianalisis lebih lanjut mengingat mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen dipersiapkan sebagai calon pemimpin yang diharapkan memiliki kemampuan mengelola diri, disiplin, bertanggung jawab, serta mampu mengambil keputusan secara bijaksana di tengah perkembangan teknologi digital yang semakin pesat.

Topik terkait dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup mahasiswa telah dilakukan oleh sejumlah peneliti. Misalnya, penelitian Rosanti dkk yang berjudul “Dampak Aplikasi TikTok terhadap Gaya Hidup Mahasiswa STABN Raden Wijaya Wonogiri” menyimpulkan bahwa penggunaan TikTok mendorong

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ *Ibid.*

mahasiswa untuk menyesuaikan gaya hidupnya dengan tren dalam hal pemilihan pakaian dan aktivitas sehari-hari.¹² Selain itu, penelitian Hanum dan Abidin yang berjudul “ Dampak Penggunaan TikTok Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Studi Kasus di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Cibiru Bandung” menunjukkan bahwa penggunaan TikTok memiliki dampak positif dan negatif terhadap gaya hidup mahasiswa. Dampak positifnya antara lain menambah informasi, melatih kreativitas, serta menjadi sarana promosi dan hiburan. Namun, dampak negatif yang ditemukan meliputi penurunan produktivitas, perilaku konsumtif, dan rasa malas. Penggunaan TikTok yang berlebihan dapat mengubah pola hidup mahasiswa, sehingga perlu pengelolaan waktu dan penggunaan yang bijak.¹³

Kedua penelitian terdahulu tersebut, mempunyai kesamaan dengan penelitian ini, karena membahas dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup mahasiswa. Namun, penelitian-penelitian tersebut belum secara khusus menyoroti gaya hidup *Fear of Missing Out* (FoMO) yang terbentuk sebagai akibat dari penggunaan TikTok pada mahasiswa kristen. Selain itu, objek penelitian terdahulu dengan objek yang dilakukan peneliti berbeda. Pada penelitian ini peneliti mengambil objek penelitian pada mahasiswa Prodi Kepemimpinan Kristen. Kedua pembeda tersebut menjadi aspek novelty yang termuat pada penelitian ini.

¹² D. M. Rosanti, S. Asih, dan Sudarto, “ Dampak Aplikasi TikTok terhadap Gaya Hidup Mahasiswa STABN Raden Wijaya Wonogiri,” *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 8, no. 1 (2023): 33-45.

¹³ Hanum and Abidin, “Dampak Penggunaan TikTok Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Studi Kasus di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Cibiru Bandung,” *Jurnal Ilmu Sosial* 5, no. 1 (2023): 55-68.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting untuk menganalisis sejauh mana dampak penggunaan media sosial TikTok terhadap gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa pada Program Studi Kepemimpinan Kristen. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai bagaimana penggunaan TikTok berdampak pada gaya hidup *FoMO* mahasiswa, sekaligus menjadi sarana dalam mengembangkan diri, kemampuan mengelola diri, memanfaatkan teknologi secara bijaksana.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian terbagi menjadi dua, yaitu teoritis dan praktis:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam memahami penggunaan media sosial TikTok dan dampaknya terhadap mahasiswa. Selain itu, penelitian

ini dapat memperkaya literatur dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Bagi peneliti, dapat menggunakan penelitian ini untuk menerapkan kewirausahaan yang telah didapatkan pada Prodi Kepemimpinan Kristen IAKN Toraja. Bagi mahasiswa Prodi Kepemimpinan Kristen, menjadi refleksi agar mahasiswa lebih bijak menggunakan TikTok dan mampu mengelola gaya hidup sesuai dengan nilai kesederhanaan, kedisiplinan, pengelolaan waktu yang baik serta tanggung jawab sebagai calon pemimpin Kristen. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk mendukung profil lulusan, dengan memanfaatkan media sosial TikTok khususnya dalam mengembangkan jiwa kewirausahaan.

E. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan dalam memahami isi penelitian ini, penulisan disusun dalam beberapa bab sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN: Meliputi pemaparan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA: Menguraikan tentang definisi media sosial, jenis-jenis media sosial, definisi TikTok, fitur-fitur utama TikTok, dampak positif dan negatif penggunaan TikTok, definisi gaya hidup, definisi *Fear of Missing Out*, karakteristik gaya hidup *FoMO*, faktor-

faktor yang mendorong *FoMO*, dan gaya hidup *FoMO* pada Mahasiswa.

- BAB III METODOLOGI PENELITIAN: Berisi tentang jenis metode penelitian yang digunakan, gambaran umum, lokasi penelitian, jenis data, teknik pengumpulan data, narasumber atau informan, teknik analisis data, pengujian keabsahan data, dan jadwal penelitian
- BAB IV TEMUAN DAN ANALISIS DATA: Bab ini menguraikan tentang deskripsi hasil penelitian serta analisis mendalam mengenai dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup *Fear of Missing Out* (*FoMO*) pada mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen.
- BAB V PENUTUP : Berisi kesimpulan akhir seluruh rangkain hasil penelitian yang telah dilakukan serta saran-saran praktis maupun teoritis yang diajukan oleh penulis.