

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN *SOCIAL MEDIA FATIGUE* PADA DEWASA AWAL PENGGUNA AKTIF INSTAGRAM

Meta Khairunisa

10520608

ABSTRAK

Instagram merupakan salah satu media sosial yang memiliki pengguna terbanyak di dunia. Instagram memiliki beberapa alasan mengapa bisa sangat menarik, karena Instagram menjadi sarana untuk mendapatkan perhatian, menumbuhkan citra dan sebagai media pencarian informasi khususnya mengenai hal-hal apa saja yang sedang terjadi. Namun, Instagram memiliki dampak negatif bagi penggunanya apabila pengguna Instagram memiliki kelebihan informasi yang menyebabkan individu dapat membandingkan diri sendiri dengan postingan orang lain yang menimbulkan rasa lelah terhadap media sosial (*social media fatigue*). Kelebihan informasi tersebut disebut sebagai *fear of missing out*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan antara *fear of missing out* dan *social media fatigue* pada dewasa awal pengguna Instagram. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang berusia 18-25 tahun memiliki akun Instagram dan telah menggunakan Instagram minimal 1 tahun. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *skala social media fatigue* yang disusun oleh Zhang, dkk (2021) berdasarkan dimensi kognitif, perilaku dan emosi. Selain itu, menggunakan skala *fear of missing out* yang disusun oleh Przybylski, dkk (2023) berdasarkan aspek kompetensi, otonomi dan kedekatan. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana Product Moment dari Karl Pearson dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) version 25 for windows*.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out, Social Media Fatigue, Dewasa Awal, Instagram,*

X + 34