

KORELASI ANTARA BODY IMAGE DENGAN FEAR OF MISSING OUT PADA SISWA PENGGUNA AKTIF MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI SMK NEGERI 1 BANJARBARU

Sarini Ulfah, Akhmad Rizki Ridhani, Rudi Haryadi

¹Bimbingan dan Konseling, 86201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Al-Banjari, 19220062

²Bimbingan dan Konseling, 86201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Al-Banjari, 061610965

³Bimbingan dan Konseling, 86201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Al-Banjari, 0618011062

E-mail: Sariniulfh@gmail.com

ABSTRAK

Media sosial, khususnya Instagram, seringkali menyajikan citra tubuh yang ideal dan potret-potret kehidupan yang glamor yang dapat mempengaruhi citra diri siswa dan meningkatkan rasa FoMO. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *body image* dengan FoMO pada siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pengaruh Instagram pada persepsi terhadap tubuh dan kekhawatiran akan ketinggalan informasi pada siswa. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Terdapat 131 siswa pengguna aktif instagram sebagai sampel penelitian ini. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (content validity), dan reliabilitas pada penelitian ini yaitu dengan *Internal Consistency*, dilakukan dengan mencobakan instrumen sekali saja, kemudian hasil yang diperoleh dianalisis. Teknik analisis yang akan digunakan berdasarkan hipotesis yang ada dalam penelitian ini yaitu uji hipotesis asosiatif dengan metode analisis korelasi *spearman rank* dikarenakan data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji analisis korelasi *spearman rank* menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dengan FoMO pada siswa pengguna aktif instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru, sehingga dapat dipahami bahwa hipotesis di tolak. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi tentang penampilan fisik tidak secara langsung berdampak pada tingkat kekhawatiran mereka tentang ketinggalan pengalaman di media sosial. Peneliti melakukan penelitian mengenai *body image* dengan *fear of missing out* berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang menjadi perantara antara kedua variabel tersebut serta minimnya penelitian yang menguji hubungan antara *body image* dengan *fear of missing out* terutama pada pengguna aktif media sosial instagram di Indonesia. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas metode untuk mendalami dan memperkaya pemahaman tentang *body image* dengan *fear of missing out* pada siswa pengguna aktif instagram.

Kata Kunci : Citra Tubuh, Takut Ketinggalan, Siswa Pengguna Instagram

DAFTAR PUSTAKA / REFERENSI

- Abdillah, F.R. (2021). *Al-Qur'an Hafalan Hafazan 8 Blok Perkata Latin*. PT. Alqosbah Karya Indonesia. Bandung.
- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social Media and the *fear of missing out*: Scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1), 33-44. <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- Akbar, R. S., Aulya, A., Apsari, A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan akan kehilangan momen (FoMO) pada remaja kota Samarinda. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7(2), 38.
- Areev, M. (2021). *Dampak buruk media sosial*. <https://kumparan.com/muhammadareev/dampak-buruk-media-sosial-1wB1hYhkAev>. Diakses pada 22 Agustus 2021
- Australian Psychological Society [APS]. (2015). *Stress & wellbeing: How Australian are coping with life*. <https://psychology.org.au/getmedia/ae32e645-a4f0-4f7c-b3ce-dfd83237c281/stress-wellbeing-survey.pdf>
- Azmi, N. E. L. I. (2019). *Hubungan antara Fear of missing out (FoMO) dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Riau). Diakses dari: <https://repository.uin-suska.ac.id/25550/>
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beyens, I., Pison, E., & Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' *fear of missing out* and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8.
- Bobby, R. R., Zakkariya, K. A., & Mohan, N. (2022). The Mediating Role of Consumption-Oriented SNS Usage on *Fear of missing out* and Social Comparison. *International Journal of E-Adoption (IJE)*, 14(1), 1-20.
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and *body image*. *Body image*, 19, 37-43. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144516300936>
- Cash, T. F. (2008). *The Body image Workbook, Second Edition*. Oakland, CA: New Harbinger Publication Inc.

- Cash, Thomas. (2000). *The Multidimensional Body – Self Relations Questionnaire*. Norfolk : Old Dominion University.
- Cash, Thomas. (2002). *Body image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice* . New York: Guilford Press.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep *body image* remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Jurnal penelitian psikologi*, 8(7), 194-203.
- Eddleston, K. A. (2009). The effects of social comparisons on managerial career satisfaction and turnover intentions. *Emerald Insight*. 14(1), 87-110. [dx.doi.org/10.1108/13620430910933592](https://doi.org/10.1108/13620430910933592).
- Fox, J., & Vendernia, M. A. (2016). Selective self-presentation and social comparison through photographs on social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(10), 593-600. doi: 10.1089/cyber.2016.0248
- Ghazali, M. Yusni Amru., Fajar Kurniatio., M. Khalifurrahman Fath., & Junaidi Ismail. (2019). *Ensiklopedia Al-Qur'an & Hadis Per Tema*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sex appeal: An analysis of #thinspiration images on popular social media. *Body image*, 14, 54-61. doi: 10.1016/j.bodyim.2015.03.006
- Gordon, S. (2020, November 30). *How FoMO impacts teens and young adults*. Diakses dari: Verywell Family, 13 September 2021. <https://www.verywellfamily.com/how-FoMO-impacts-teens-and-youngadults-4174625>
- Hayani, H. (2021). Hubungan Antara *Fear of missing out* (FoMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Remaja. *Humanistik'45*, 9(1), 15-25.
- Hetz, P. R., Dawson, D. L., & Cullen, K. L. (2015). The impact of social media use on FOMO and loneliness among college students. *Journal of Educational Computing Research*, 53(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/0735633115591059>
- Hodkinson, C. S., & Poropat, A. E. (2014). Chinese students' participation: The effect of cultural factors. *Education & Training*, 56, 430-446.
- Hong, Y. Y. (2014). The Influence of Cultural Identity on Perceptions of Communication Behavior Stereotypes. *International Journal of Intercultural Relations*, 41, 10-21. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2014.06.001>
- Humaira, Z. (2023). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Fear of missing out (FoMO) Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation,

UIN Ar-Raniry Banda Aceh). Diakses dari: <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/26595/>

Huwaida, Ayesha. (2022). *Hubungan Antara Body image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Madrasah Aliyah Negeri (Man)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru). Diakses dari: <https://repository.uin-suska.ac.id/60001/>

Ivana Rizki, A., & Ruhaena, L. (2017). *Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan harga diri* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses dari: <http://eprints.ums.ac.id/53768/>

Jena, Y. (2019). *Wacana Tubuh dan Kedokteran*. Jakarta: Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.

Jumriana, R. (2022). *Hubungan antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Sosial Media* (Doctoral dissertation, Universitas Ahmad Dahlan). Diakses dari: <http://www.digilib.uad.ac.id/>

JWTIntelligence. (2011). *Fear of missing out (FOMO)*. New York: JWTIntelligence, nce.

JWT Intellegence. (2012). *Fear Of Missing Out (FoMO)*. New York: JWT IntellegenceWT Intellegence.

Kemp, S. (2018, January 28). Digital in 2018: World's internet users pass the 4 billion mark. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018-4/>

Kencana, S. A. A. (2020). *Hubungan antara Perbandingan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswi UNISSULA*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang). Diakses dari: <http://repository.unissula.ac.id/>

Kiptiyah, S. M. (2018). *Tafsir Alquran Carakan: Nalar Muhammadiyah dalam Sejarah dan Literatur* (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA). Diakses dari: <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/32041/>

Lee, S. M., Hong, S. G., An, D. H., & Lee, H. M. (2014). Disability users' evaluation of the web accessibility of SNS. *Service Business*, 8, 517-540.

Lewallen, J., & Behm-Morawitz, E. (2016). Pinterest or thinterest?: Social comparison and *body image* on social media. *Social media+ society*, 2(1), 2056305116640559.

Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram# instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252.

Mahardika, K. (2015). *Pengaruh Instagram terhadap kehidupan remaja*. Artikel. Diakses dari:

https://www.academia.edu/9797885/pengaruh_instagram_terhadap_kehidupan_remaja

- Malasari, F. A. (2021). *Hubungan Antara Body image Dengan Self Esteem Pada Mahasiswi* (Studi Pada Mahasiswi Uin Suska Riau) (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau). Diakses dari: <https://repository.uin-suska.ac.id/39055/>
- Mierxwa, D., & Jujewicz, J. (2016). A Comparative Study of Machine Learning Methods for Predicting Credit Risk. *Internasional Journal of Computational Intelligence Systems*, 9(1), 76-90. Diakses dari: <https://doi.org/10.1080/18756891.2015.1121018>
- Mudrikah, C. (2019). *Hubungan antara sindrom FOMO (fear of missing out) dengan kecenderungan nomophobia pada remaja* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya). Diakses dari: [https://www.semanticscholar.org/paper/Hubungan-antara-sindrom-FOMO-\(fear-of-missing-out\)-Mudrikah/224417d8384a36b77a3b552340815b65b9125d7f](https://www.semanticscholar.org/paper/Hubungan-antara-sindrom-FOMO-(fear-of-missing-out)-Mudrikah/224417d8384a36b77a3b552340815b65b9125d7f)
- Mujib, A. (2017). *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam* (2 ed.). Jakarta: Rajawali Press.
- Mukhlis, A. (2013). Pengaruh Pelatihan berpikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh (*body image* Dissatisfaction). *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 10(1).
- Munawaroh, E. (2023). Hubungan Body Image dengan Self-Esteem Pengguna Media Sosial Instagram pada Mahasiswa FIP UNNES. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 71-86.
- Mustika, D. ., Ridhani, A. R. ., & Farihal, F. (2020). Model Layanan Klasikal Teknik Home Room Berbasis Onlien Mengurangi Fomo Menggunakan Media Sosial. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(2), 47-57. <https://doi.org/10.36835/jcbkp.v3i2.823>
- Nafisa, K. (2021). Cognition and Communication in the Light of the New Paradigm. *European Journal Of Innovation In Nonformal Education*, 1(2), 214-217.
- Nafisa, S. (2021). *Hubungan Antara Fear of missing out (FoMOo) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau). Diakses dari: <https://repository.uir.ac.id/11929/>
- Nagari, W. S., Yuliansyah, M., & Handayani, E. S. (2023). Hubungan FoMO Dan Anxiety Terhadap Remaja Adiksi Medsos Di SMKN 1 Martapura. *Media Bina Ilmiah*, 17(6), 1225-1238.
- Neagu, A. (2015). *Body image: A theoretical framework*. In *Proc. Rom. Acad., Series B* (Vol. 17, No. 1, pp. 29-38).

- Ningsih, R. A. S., & Bawono, Y. (2016). Hubungan antara perilaku konsumtif pada produk X dengan citra diri remaja putri. *Mediapsi*, 2(1), 45-50.
- Nurhalimah, N. (2021). *Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Citra Tubuh Pada Siswa SMK Di Kecamatan Rambah* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau). Diakses dari: <https://repository.uir.ac.id/14601/>
- Nurvita, V. (2015). Hubungan antara Self-Esteem dengan *Body image* Pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1).
- Nzherald.co.nz. (2021, 28 Juli). Love Languages: Emily O'Halloran on eating disorders 'I was brainwashed by diet culture'. [Love Languages: Emily O'Halloran on eating disorders 'I was brainwashed by diet culture' - NZ Herald](https://www.nzherald.co.nz/lifestyle/love-languages-emily-ohalloran-on-eating-disorders-i-was-brainwashed-by-diet-culture/O4R5TSRH7IEIJUBNCR44ZTTEXY/). Diakses dari: <https://www.nzherald.co.nz/lifestyle/love-languages-emily-ohalloran-on-eating-disorders-i-was-brainwashed-by-diet-culture/O4R5TSRH7IEIJUBNCR44ZTTEXY/>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of *fear of missing out*. *Journal of adolescence*, 55, 51-60.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 14 Tahun 2018
- Pratama, I. Y. T. (2021). *Pengaruh Intensitas Menonton Konten Tiktok terhadap Tingkat Kreativitas pada Mahasiswa di Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Atma Jaya Yogyakarta). Diakses dari: <http://e-journal.uajy.ac.id/25287/>
- Pratiwi, E. D. (2016). Faktor Yang Mempengaruhi Niat Menggunakan Instagram Dengan The Theory Of Reasoned Action Menggunakan Amos 21. *Jurnal teknik komputer AMIK BSI*, 2(1), 68-77.
- 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.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. M. K. (2019). Studi kepustakaan mengenai landasan teori *body image* bagi perkembangan remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121-135.
- Reel J, Voelker D, Greenleaf C. Weight status and *body image* perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolesc Health Med Ther*. 2015;149.
- Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and *fear of missing out*. *New Media & Society*, 21(7), 1486-1505.
- Ridha, M. (2013). Hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*. 1 (1).

- Rozika, L. A., & Ramdhani, N. (2016). Hubungan antara harga diri dan *body image* dengan online self-presentation pada pengguna instagram. *Jurnal Psikologi UGM*, 2(3), 172-183.
- RSPH. (2017). Instagram Ranked Worst for Young People's Mental Health.UK: RSPH.Org.UK. Diakses dari: <https://www.bing.com/search?q=%5Chttps%3A%2F%2Fwww.rsph.org.uk%2Fabout-us%2Fnews%2Finstagram-ranked-worst-for-youngpeople-s-mental-health.html&cvid=5a2bf53b97174e3db594b942aaba960a&aqs=edge..69i57j69i58.281j0j1&pglt=41&FORM=ANNTA1&PC=ASTS>
- Rusyda, A. (2021). *Korelasi Antara Fear of missing out (FoMO) Dengan Twit Spam Pada Trending Topic# Odading# Odadingmangoleh* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya). Diakses dari: <http://digilib.uinsby.ac.id/50581/>
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan *body image* dengan self confidence pada remaja overweight yang mengalami body shaming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2360-2367.
- Saputra, A. (2020). The normalization of body shaming in Indonesia. *Asian Journal of Communication*, 30(1), 57-74
- Saptarini, N. M. (2019). Corporate Social Responsibility and Financial Performance: Evidence from Indonesia. *International Journal of Business and Society*, 20(2), 430-441.
- Schilder, P. (2013). *The image and appearance of the human body* (Vol. 163). Routledge.
- Setiawati, N. A. (2020). *Hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada mahasiswa pengguna media sosial Instagram* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). Diakses dari: <http://etheses.uin-malang.ac.id/19038/>
- Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Peran harga diri terhadap *fear of missing out* pada remaja pengguna situs jejaring sosial. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(2), 127. <https://www.semanticscholar.org/paper/Peran-Harga-Diri-terhadap-Fear-of-Missing-Out-pada-Siddik-Mafaza/99dada86384534c29de6bead1238bf6ca1d8a705>
- Silvia, S., Appulembang, Y. A., & Mardhiyah, S. A. (2021). *Fear of missing out Dan Social Comparison Pada Remaja* (Doctoral Dissertation, Sriwijaya University). Diakses dari: <https://repository.unsri.ac.id/63481/>
- Singleton, A., Abeles, P., & Smith, I. C. (2016). Online social networking and psychological experiences: the perceptions of young people with mental health difficulties. *Computers in Human Behavior*, 61, 394-403.

- Siregar, E. (2022). *Gambaran Fear of missing out (FoMO) Pada Remaja Di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa). Diakses dari: <https://repository.unibos.ac.id/xmlui/handle/123456789/2402>
- Siregar, S. (2017). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif* (4th ed.). Jakarta: Bumi Aksara.
- Solikha, I. (2022). *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Fear of missing out (FoMO) Pada Siswa Smp NX* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung). Diakses dari: <http://repository.unissula.ac.id/26980/>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Swar, B., & Hameed, T. (2017). *Fear of missing out, Social Media Engagement, Smartphone Addiction and Distraction: Moderating Role of Self-Help Mobile Apps-based Interventions in the Youth*. *HEALTHINF*, 1, 139-146.
- Taylor, P. J. (2013). *Empathy: Philosophy, Psychology, and the Human Sciences*. Oxford University Press.
- Taman, Muslich. (2019). *Madarijus Salikin*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar.
- Tiara, C., & Durahman, D. H. (2014). Citra Tubuh dan Bentuk Tubuh Perempuan Ideal di Masyarakat. *Visual Art*, 2(1), 180221.
- Ula, I. F., & Prihartanti, N. (2017). *Hubungan berpikir positif dan komparasi sosial dengan ketidakpuasan citra tubuh pada mahasiswi* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses dari: <http://eprints.ums.ac.id/53443/>
- Utami, P. D., & Aviani, Y. I. (2021). Hubungan antara regulasi diri dengan fear of missing out (FoMO) pada remaja pengguna instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 177-185.
- We Are Social. (2022). *Digital 2022: The Global Overview*. Diakses dari: <https://wearesocial.com/digital-2022-the-global-overview>
- Wegmann, M. Stodt., & T. Brand. (2017). Micro-interventions to Reduce *Fear of missing out* (FoMO): Evidence from Two Randomized Controlled Trials. *Journal of Behavior Addictions*, 6(2), 317-326.

- Wicaksono, K. S., & Hadiyati, F. N. R. (2019). Hubungan antara harga diri dengan *fear of missing out* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 8(2), 368-372.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14-18.
- Zikrun. (2018). *Teori Humanistik Abraham Maslow dalam Perspektif Islam* (Doctoral Dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh). Diakses dari: <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/2914/>