

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK TERHADAP PERILAKU  
FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA PPKN ANGKATAN 2024  
UNIVERSITAS JAMBI**

Rerika Munita<sup>1</sup>, Alif Aditya Candra<sup>2</sup>, Heri Usmento<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Jambi

Email: [erikapmg2@gmail.com](mailto:erikapmg2@gmail.com)<sup>1</sup>, [alifaditya@unja.ac.id](mailto:alifaditya@unja.ac.id)<sup>2</sup>, [heri.usmento@unja.ac.id](mailto:heri.usmento@unja.ac.id)<sup>3</sup>

**Abstrak:** Kemajuan teknologi internet telah merubah cara berinteraksi sosial dalam masyarakat, berdampak pada tingginya angka penggunaan aplikasi TikTok di kalangan mahasiswa PPKn angkatan 2024 Universitas Jambi. Fenomena ini tentu berpengaruh pada perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) mahasiswa yang berlebihan dan bertentangan dengan nilai karakter integritas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh yang diberikan dari tingginya intensitas penggunaan TikTok yang berlebihan terhadap Perilaku FoMO mahasiswa, dengan mengaitkannya sedikit dalam perspektif nilai karakter integritas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kauntitatif melalui survei dengan 84 data dari responden yang telah dianalisis dengan menggunakan program SPSS Versi 26 mengindikasikan bahwa tingkat intensitas penggunaan TikTok memiliki pengaruh terhadap perilaku FoMO pada mahasiswa PPKn Universitas Jambi menunjukkan hasil dengan nilai p-value yang lebih kecil dari tingkat signifikansi alpha ( $0,000 < 0,05$ ), yang menandakan bahwa pengaruhnya signifikan secara statistik sebesar 42%, sementara faktor lainnya yang mempengaruhi tidak dibahas dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** Intensitas, Aplikasi TikTok, Perilaku FoMO.

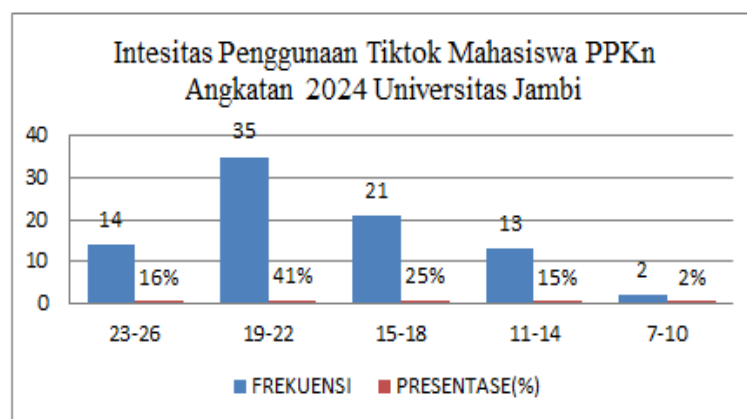
**Abstract:** The advancement of internet technology has changed the way of social interaction in society, resulting in the high number of TikTok application usage among PPKn students of class of 2024, Jambi University. This phenomenon certainly affects the behavior of Fear of Missing Out (FoMO) of students which is excessive and contradicts the character value of integrity. This study aims to determine how much influence is given by the high intensity of excessive TikTok use on students' FoMO behavior, by linking it slightly to the perspective of the character value of integrity. This study uses a quantitative approach through a survey with 84 data from respondents that have been analyzed using the SPSS Version 26 program indicating that the level of intensity of TikTok use has an influence on FoMO behavior in PPKn students at Jambi University showing results with a p-value that is smaller than the alpha significance level ( $0.000 < 0.05$ ), which indicates that the influence is statistically significant by 42%, while other influencing factors are not discussed in this study.

**Keywords:** Intensity, TikTok Application, FoMO Behavior.

## PENDAHULUAN

Seiring kemajuan teknologi yang begitu pesat dalam masyarakat, sehingga internet telah mengubah cara interaksi sosial masyarakat, dimana internet yang sangat canggih ini membuat masyarakat bisa berkomunikasi dengan lebih cepat dalam jarak jauh (Ma'aruf, 2022). Di Indonesia, pengguna internet sendiri sudah mencapai 221,56 juta orang pada tahun 2024, mencakup 79,5% dari total populasi masyarakat Indonesia. Pengguna internet terus meningkat drastis sejak tahun 2018 sampai sekarang, yang didominasi oleh generasi Z dan milenial. Internet tidak hanya mendukung interaksi sosial, tetapi juga memenuhi kebutuhan informasi yang penting dalam berbagai aktivitas (Arif, 2024).

Salah satu platform yang paling diminati oleh masyarakat pengguna internet adalah TikTok. Yang telah menarik perhatian cukup besar sejak peluncurannya pada tahun 2016. Dengan lebih dari 1,39 miliar pengguna aktif pada tahun 2024, Aplikasi ini menjadi sumber hiburan dan informasi melalui video pendek yang sesuai dengan minat pengguna (Hidayah & Nastiti, 2023). Meskipun sangat menarik, penggunaan TikTok yang berlebihan tentu dapat mempengaruhi kesehatan mental dan pola sosial, khususnya di kalangan mahasiswa, yang kini menjadi fenomena yang perlu diperhatikan secara lebih lanjut (Hayati et al., 2022).

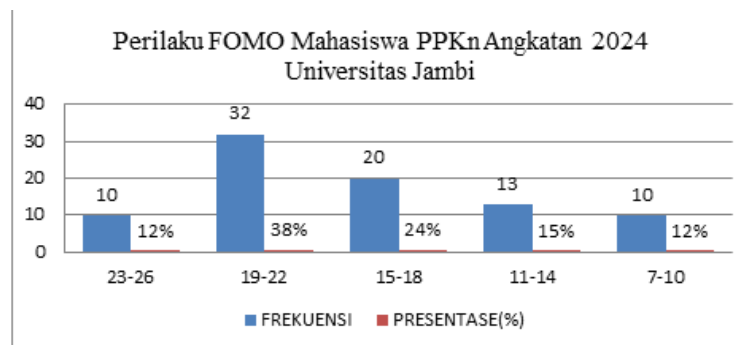


**Gambar 1. Diagram Batang Intensitas Penggunaan Tiktok Mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi**

Mengacu pada diagram hasil pra-penelitian, mayoritas mahasiswa PPKn angkatan 2024 Universitas Jambi menunjukkan angka intensitas penggunaan TikTok yang Tinggi yaitu (48%) dan sangat tinggi mencapai (11%). Ini sudah mengindikasikan bahwa mahasiswa sering menggunakan TikTok untuk mendapatkan informasi, menghilangkan rasa bosan, dan disaat

menunggu, yang jika berlebihan dapat berpotensi meningkatkan perilaku FoMO mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari.

Fenomena FoMO semakin umum seiring dengan meningkatnya penggunaannya TikTok, dimana pengguna merasa cemas akan kehilangan informasi penting atau tren terkini. Penelitian (David, 2024) mengungkapkan bahwa 58% mahasiswa menggunakan aplikasi TikTok lebih dari satu jam per hari dan 42% merasa cemas jika tidak aktif di platform tersebut, ini menunjukkan adanya dampak nyata FoMO pada mahasiswa yang aktif di media sosial.



**Gambar 2. Diagram perilaku FoMO Mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi**

Merujuk dari diagram diatas dari hasil pra-penelitian, sebagian besar dari mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi menunjukkan tingkat perilaku FoMO yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak (44%) dan dalam kategori sangat tinggi mencapai (12%). Sehingga dapat diartikan bahwa sebagian besar mahasiswa menghabiskan waktu di TikTok untuk mengikuti tren dan memeriksa aktivitas teman-teman mereka, menunjukkan bahwa mereka rentan terhadap fenomena FoMO ini.

Fenomena FoMO ini lebih sering terjadi kepada individu muda yang mudah merasa cemas jika melewatkan sesuatu pengalaman positif orang lain. Mahasiswa dengan kecenderungan FoMO yang tinggi akan lebih kerap mengakses media sosial. Terutama TikTok, agar tetap up to date dengan tren dan informasi baru. FoMO dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan prestasi akademik mahasiswa. Penelitian olehh przybylski et al. (2013) menunjukkan bahwa FoMO berpengaruh positif dengan penggunaan media sosial yang lebih tinggi, yang juga ditemukan dalam konteks penggunaan TikTok.

Penggunaan TikTok yang intensif tentu dapat mengalihkan perhatian mahasiswa dari studi dan tugas akademik, meningkatkan stres, dan mengurangi kinerja akademik para

mahasiswa. Mahasiswa cenderung menghabiskan lebih banyak waktu menonton video daripada fokus belajar, yang memperburuk siklus ketergantungan pada media sosial. Hal ini sejalan dengan temuan (Hidayah & Nastiti, 2023), yang mencatat bahwa fenomena FoMO dapat mengganggu produktivitas akademik, yang mengarah pada penurunan konsentrasi belajar.

TikTok juga mempengaruhi integritas moral mahasiswa, karena paparan konten yang tidak sesuai dengan nilai-nilai moral dapat menurunkan etika dan meningkatkan kecanduan. Keterlibatan mahasiswa dalam tren yang kontroversial di TikTok tentu berpotensi dalam mengubah sudut pandang mereka terhadap norma sosial dan moral, sebagaimana diungkapkan juga oleh (Hayati et al., 2022) dalam studi mereka mengenai dampak yang diakibatkan media sosial terhadap perilaku mahasiswa.

FoMO dapat merusak nilai karakter integritas mahasiswa, karena lebih fokus pada pengakuan sosial dan mengikuti tren dari pada mendukung solidaritas dan kesetaraan sesama. Hal ini dapat menciptakan ketidakadilan di kehidupan kampus, bertentangan dengan prinsip integritas yang mendasari pendidikan karakter. Penelitian oleh (David, 2024) yang mencatat bahwa kecemasan terkait FoMO dapat berakibat menurunkan kualitas hubungan sosial antar individu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh dari intensitas penggunaan TikTok terhadap perilaku FoMO di kalangan mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Unibversitas Jambi. Penelitian ini tentu berbeda dari yang sebelumnya karena berfokus pada tambahan dengan adanya nilai karakter integritas dan dampak sosial di kalangan mahasiswa. Khususnya dalam konteks pendidikan pancasila dan kewarganegaraan. Penelitian ini memberikan sebuah perspektif baru tentang interaksi media sosial dan pengembangan karakter di pendidikan tinggi

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Populasi yang menjadi objek penelitian adalah mahasiswa program studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Angkatan 2024 Universitas Jambi, yang berjumlah 106 mahasiswa. Sampel penelitian ini terdiri dari 84 mahasiswa yang dipilih secara acak menggunakan teknik simple random sampling berdasarkan rumus slovin. Data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana untuk mengukur besarnya pengaruh intensitas penggunaan aplikasi TikTok terhadap perilaku FoMO serta nilai karakter integritas mahasiswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan hasil dari analisis data yang telah peneliti kumpulkan melalui penyebaran kuesioner/angket yang dilaksanakan pada rentang waktu 28 Februari 2025 hingga 08 april 2025. Penyebaran kuesioner tersebut dilakukan secara daring melalui Google Form dengan cara membagikan tautan akses kekuesioner/formulir yang tersedia di <https://forms.gle/HRpu8H6JYMhX6yk7A> kepada 84 responden yaitu mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi. Angket tersebut sebelum digunakan untuk penelitian, telah diuji coba, supaya dapat dilihat apakah layak atau tidak untuk digunakan dalam penelitian.

### 1. Deskripsi Data

#### a. Deskripsi Data Variabel Intensitas Penggunaan TikTok

Untuk melakukan analisis data dari variabel intensitas penggunaan TikTok, digunakan bantuan dari program SPSS Versi 26. Berdasarkan output dari analisis data, maka diperoleh hasil.

**Tabel 1. Deskripsi Data Variabel X**

Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Intensitas Pengguna TikTok	84	115	42	157	9259	110,23	22,170
Valid N (listwise)	84						

*Sumber: Pengolahan data dengan Program SPSS Versi 26*

Berdasarkan data dari Descriptive Statistics, diperoleh hasil analisis variabel intensitas penggunaan TikTok (X) dengan jumlah responden sebanyak 84 menunjukkan skor maksimum sebesar 157, skor minimum 42, total nilai keseluruhan (sum) mencapai 9.259, nilai rata-rata (mean) sebesar 110,23, standar deviasi sebesar 22,170, serta renang nilai (range) sebesar 115.

Untuk mengukur intensitas penggunaan TikTok, dapat digunakan beberapa indikator yaitu frekuensi, penghayatan, durasi, dan perhatian. Penilaian dilakukan dengan skala dari 1 hingga 4, dengan keterangan sebagai berikut: 1 (Tidak Pernah), 2 (Hampir Tidak Pernah), 3 (Sering), dan 4 (Selalu). Tingkat intensitas penggunaan TikTok, apakah tinggi atau rendah dapat dilihat melalui tabel distribusi frekuensi yang tersedia.

**Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Variabel Intensitas Penggunaan TikTok**

NO.	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE	KATEGORI
1	129-157	14	16,7%	Sangat Tinggi
2	100-128	53	63,1%	Tinggi
3	71-99	11	13,1%	Rendah
4	42-70	6	7,1%	Sangat Rendah
		84	100%	

Sumber: Pengolahan dengan Microsoft Excel 2010

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa frekuensi jawaban responden mengenai intensitas penggunaan TikTok terbagi ke dalam empat kategori, yaitu: kategori sangat tinggi sebanyak 14 responden (16,7%), kategori tinggi sebanyak 53 responden (63,1%), kategori rendah sebanyak 11 responden (13,1%), dan kategori sangat rendah sebanyak 6 responden (7,1%). Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi dengan persentase 79,8%.

b. Deskripsi Data Variabel Perilaku FoMO

Untuk melakukan analisis data dari variabel perilaku FoMO, digunakan bantuan dari program SPSS Versi 26. Berdasarkan output dari analisis data, maka dapat diperoleh hasil.

**Tabel 3. Deskripsi Data Variabel Y**

Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Perilaku FoMO	84	71	28	99	5259	62,61	18,169
Valid N (listwise)	84						

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Berdasarkan data dari tabel Descriptive Statistics, hasil analisis variabel perilaku FoMO (Y) dengan jumlah responden sebanyak 84 menunjukkan skor maksimum sebesar 99, skor minimum 28, total nilai (sum) mencapai 5.259, rata-rata (mean) sebesar 62,61, standar deviasi sebesar 18,169, dengan rentang nilai (range) sebesar 71.

Perilaku FoMO ini diukur menggunakan indikator ketakutan, kekhawatiran, dan kecemasan, dengan skala penilaian dari 1 hingga 4, dimana 1 berarti (Tidak Pernah), 2 (Hampir Tidak Pernah), 3 (Sering), dan 4 (Selalu). Tingkat tinggi dan rendahnya perilaku FoMO mahasiswa dapat dilihat melalui tabel frekuensi berikut ini:

**Tabel 4. Tabel Distribusi Frekuensi Variabel Perilaku FoMO**

No.	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	82-99	18	21,4%	Sangat Tinggi
2	64-81	26	31%	Tinggi
3	46-63	23	27,4%	Rendah
4	28-45	17	20,2%	Sangat Rendah
Total		84	100%	

Sumber: Pengolahan dengan Microsoft Excel 2010

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa frekuensi jawaban para responden terkait perilaku FoMO terbagi ke dalam empat kategori, yaitu: kategori sangat tinggi dengan jumlah 18 responden (21,4%), kategori tinggi sebanyak 26 responden (31%), dan kategori rendah sebanyak 23 responden (27,4%), dan kategori sangat rendah sebanyak 17 responden (20,2%). Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi dengan persentase sebanyak 52,4%.

2. Uji Prasyarat Analisis
  - a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan agar dapat mengevaluasi distribusi dalam penelitian mengikuti pola distribusi normal, yang hasilnya dapat diperoleh melalui output program SPSS Versi 26. Data dianggap normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, sedangkan jika nilai (Sig.) kurang dari 0,05, maka data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal. Penelitian ini mengkaji apakah ada pengaruh intensitas penggunaan TikTok (X) terhadap perilaku FoMO (Y) pada mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi. Pengujian ini dilakukan dengan metode *kolmogorov-smirnov* menggunakan program SPSS Versi 26, dan hasilnya disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 5. Output SPSS V 26 Hasil Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		84
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	13,84154090
Most Extreme Differences	Absolute	0,051
	Positive	0,046
	Negative	-0,051
Test Statistic		0,051
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Hasil dari pengujian normalitas menggunakan *One-Simple Kolmogrov-Smirnov Test* memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,200 ( $>0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa data berdistribusi secara normal. Dengan demikian, variabel intensitas penggunaan TikTok dan perilaku FoMO memenuhi asumsi normalitas, sehingga analisis ini dapat dilanjutkan menggunakan metode statistik parametrik.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas ini dilakukan untuk mengevaluasi keragaman variasi dalam data. Data dapat dianggap homogen apabila nilai Sig. lebih besar dari 0,05 dan data dapat dianggap tidak homogen jika nilai Sig. kurang dari 0,05. Pada penelitian ini, uji homogenitas dilakukan menggunakan bantuan program SPSS Versi 26, dengan hasil yang ditampilkan pada tabel berikut.

**Tabel 6. Hasil Pengolahan Uji Homogenitas**

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Variabel X dan Y	Based on Mean	0,027	1	166	0,869
	Based on Median	0,044	1	166	0,835
	Based on Median and with adjusted df	0,044	1	141,837	0,835
	Based on trimmed mean	0,024	1	166	0,876

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel hasil pengolahan uji homogenitas, nilai Sig. sebesar 0,876 yang lebih besar dari 0,05 yang mengindikasikan bahwa data dalam penelitian ini bersifat homogen. Oleh karena itu, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam variasi data yang dianalisis, sehingga data ini seragam dan memenuhi asumsi homogenitas untuk analisis selanjutnya.

#### c. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah terdapat hubungan yang bersifat linear antara variabel independen dan variabel dependen. Hubungan antar variabel dikatakan linear apabila nilai Sig. lebih besar dari 0,05, sedangkan jika nilai Sig. lebih kecil dari 0,05, maka hubungan antara variabel dinyatakan tidak linear. Pada penelitian ini, uji linearitas dilakukan menggunakan bantuan program SPSS Versi 26, dengan hasil yang ditampilkan pada tabel berikut.



**Tabel 7. Hasil Pengolahan Uji Linearitas**

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Perilaku FoMO * Intensitas Pengguna TikTok	Between Groups	(Combined)	20936,902	43	486,905	3,013	0,000
		Linearity	11498,211	1	11498,211	71,162	0,000
		Deviation from Linearity	9438,692	42	224,731	1,391	0,148
	Within Groups		6463,133	40	161,578		
	Total		27400,036	83			

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel hasil pengolahan uji linearitas di atas, diketahui bahwa nilai Sig. untuk Deviation from Linearity adalah 0,148. Angka ini menunjukkan bahwa probabilitasnya lebih besar dari 0,05 yaitu  $0,148 > 0,05$ . Menurut kriteria uji linearitas, hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel intensitas penggunaan TikTok dengan perilaku FoMO. Artinya terdapat keterkaitan yang konsisten dan dapat digambarkan dengan hubungan yang linear antara kedua variabel tersebut, yang menunjukkan bahwa semakin intens seseorang menggunakan aplikasi TikTok, maka semakin tinggi juga kecenderungannya untuk memiliki perilaku FoMO.

### 3. Uji Hipotesis

#### a. Uji Regresi Sederhana

Penelitian ini mengkaji pengaruh intensitas penggunaan TikTok (Variabel X) terhadap perilaku FoMO (Variabel Y) pada mahasiswa PPKn Angkatan 2024 Universitas Jambi dengan menggunakan metode regresi sederhana. Analisis dilakukan menggunakan bantuan program SPSS Versi 26 untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel tersebut. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui sejauh mana penggunaan TikTok mempengaruhi tingkat perilaku FoMO. Hasil analisis memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai keterkaitan antara intensitas penggunaan TikTok terhadap perilaku FoMO. Temuan penelitian ini disajikan dalam bagian hasil penelitian berikut.

**Tabel 8. Hasil Pengolahan Uji Regresi Sederhana**

Model	Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients	t	Sig.
	Unstandardized Coefficients	Std. Error			
1 (Constant)	4,089	7,750		,528	,599
Intensitas Penggunaan TikTok	,531	,069	,648	7,700	,000

a. Dependent Variable: Perilaku FoMO

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Berdasarkan data dari tabel hasil pengolahan uji regresi sederhana diatas, diperoleh persamaan regresi sederhana sebagai berikut

$$Y = 4.089 + 0,531X$$

Persamaan regresi ini menunjukkan hubungan antara intensitas penggunaan TikTok (X) dan perilaku FoMO (Y). Konstantan sebesar 4.089 berarti tanpa penggunaan TikTok, perilaku FoMO tetap ada pada angka tersebut. Koefisien regresi sebesar 0,531 bernilai positif, yang menunjukkan hubungan searah antara kedua variabel. Artinya, semakin tinggi intensitas penggunaan TikTok, semakin juga kecenderungan mahasiswa untuk mengalami Perilaku FoMO. Dengan kata lain, penggunaan TikTok yang lebih sering dapat meningkatkan tingkat FoMO pada mahasiswa PPKN angkatan 2024 Universitas Jambi.

b. Uji Hipotesis Secara Parsial (Uji T)

Analisis ini dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian guna menentukan apakah dugaan awal dapat diterima atau ditolak. Hipotesis alternatif (Ha) dan Hipotesis nol (Ho) yang diuji adalah:

Ha: Terdapat pengaruh signifikan antara intensitas penggunaan TikTok dan perilaku FoMO pada mahasiswa PPKn angkatan 2024 Univeritas Jambi.

Ho: Tidak terdapat pengaruh signifikan antara intensitas ppenggunaan TikTok terhadap perilaku FoMO pada mahasiswa PPKn angkatan 2024 Universitas Jambi.

Pengujian hipotesis ini dilakukan melalui analisis data menggunakan SPSS Versi 26. Dari hasil analisis yang akan dilakukan, sehingga nanti dapat ditarik kesimpulan apakah Ha diterima atau Ho yang tetap dipertahankan.

**Tabel 9. Hasil Pengolahan Uji T**

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients			
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	4,089	7,750		,528	,599
	Intensitas Penggunaan TikTok	,531	,069	,648	7,700	,000

a. Dependent Variable: Perilaku FoMO

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Nilai koefisien regresi sederhana sebesar 0,531 yang mengindikasikan bahwa adanya hubungan positif antara intensitas penggunaan TikTok dengan perilaku FoMO. Dengan nilai Sig. 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dari itu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Sehingga semakin sering mahasiswa menggunakan TikTok, semakin besar juga kecenderungan mereka memiliki perilaku FoMO. Sebaliknya, penggunaan TikTok yang rendah maka kecenderungan perilaku FoMO mahasiswa juga rendah. Temuan ini tentu menegaskan bahwa intensitas penggunaan TikTok memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku FoMO pada mahasiswa PPKn angkatan 2024 Universitas Jambi.

c. Koefisien Determinasi

Nilai koefisien determinasi ini mencerminkan seberapa tepat garis regresi dalam menjelaskan hubungan antar variabel yang diteliti. Garis regresi tersebut digunakan untuk mengukur sejauh mana tingkat intensitas penggunaan TikTok berperan dalam mempengaruhi perilaku FoMO.

**Tabel 10. Hasil Pengolahan Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,648 <sup>a</sup>	,420	,413	13,92568

a. Predictors: (Constant), Intensitas Penggunaan TikTok

Sumber: Pengolahan Data Menggunakan Program SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel hasil pengolahan koefisien determinasi diatas, Menunjukkan nilai R Square adalah 0,420, sehingga nilai persentasenya 42%. Jadi sebanyak 42% variasi perilaku FoMO pada mahasiswa PPKn angkatan 2024 universitas Jambi dapat dijelaskan oleh intensitas

penggunaan TikTok. Dengan kata lain, variabel independen penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 42% terhadap perubahan variabel dependen, sementara 58% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang tidak diteliti.

#### 4. Pembahasan Hasil Penelitian

##### a. Pengaruh intensitas penggunaan aplikasi TikTok terhadap perilaku FoMO

Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan bahwa tingkat intensitas penggunaan aplikasi TikTok berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku FoMO, yaitu kecenderungan individu untuk merasa takut tertinggal dari tren, informasi, atau aktivitas sosial yang sedang populer. Semakin intens mahasiswa mengakses aplikasi TikTok, semakin besar kemungkinannya untuk merasa cemas atau khawatir jika tidak terlibat dalam tren atau aktivitas yang sedang viral. Hal ini menyebabkan mahasiswa ini merasa perlu untuk terus-menerus mengikuti perkembangan terbaru, baik itu tren mode, tantangan viral, atau isu terkini. Keinginan untuk selalu terhubung dengan tren ini dapat mengarah pada kesemasan sosial yang berlebihan yang dapat mengabaikan aktivitas lain yang lebih bermakna. Untuk mengurangi dampak negatif dari fenomena ini, salah satu cara yang bisa diterapkan adalah dengan menetapkan jadwal khusus atau membatasi durasi penggunaan aplikasi TikTok. Mahasiswa pengguna TikTok yang membatasi durasi akses harian akan lebih mudah mengontrol diri dan menghindari rasa cemas yang berlebihan terhadap hal-hal yang tidak penting. Dengan mengurangi intensitas penggunaan aplikasi, tingkat FoMO yang dialami juga akan berkurang, membantu menciptakan keseimbangan hidup yang lebih sehat dan produktif.

Teori kecanduan internet yang dikemukakan oleh Young dalam Rahmawati, (2018) menyatakan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan dapat berdampak pada kondisi psikologis seseorang, termasuk menciptakan kecemasan dan ketergantungan terhadap platform digital. FoMO, sebagai fenomena yang berkaitan dengan kecanduan media sosial, mengarah pada perilaku impulsif dan terobsesi dengan mengikuti apa yang sedang tren, meskipun hal tersebut tidak memberikan dampak positif jangka panjang. Pandangan ini sejalan dengan temuan Pryblyski yang menekankan bahwa FoMO berhubungan erat dengan tekanan sosial dan keinginan untuk diterima dalam kelompok. Dalam hal ini, penggunaan TikTok yang intens dapat memperburuk rasa FoMO, karena platform ini seringkali memperlihatkan standar sosial dan perilaku yang sangat dipengaruhi oleh pengaruh orang lain.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan yang dilakukan oleh Abdul Mutib (2023)

yang berjudul "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Awal". Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin sering remaja menggunakan TikTok, semakin tinggi tingkat FOMO yang dialami. Hasil yang serupa ditemukan dalam penelitian Mutiara Vina Febriana (2022) mengenai pengaruh penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial di kalangan mahasiswa Ilmu Komunikasi UMS, yang juga menunjukkan hubungan signifikan antara penggunaan aplikasi media sosial dan kecemasan sosial. Penelitian Novia Wijaya dan Lusia Savitri Setyo Utami (2021) yang berjudul "Pengaruh Penyampaian Informasi pada Aplikasi TikTok terhadap Perilaku FoMO (Fear of Missing Out) Generasi Z" juga menekankan dampak penggunaan TikTok terhadap generasi Z, yang cenderung mengalami peningkatan FOMO akibat konten yang mereka konsumsi di platform ini.

Meskipun penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi TikTok dapat meningkatkan perilaku FOMO, dampaknya dapat dikendalikan dengan pendekatan yang lebih bijaksana. Menjaga integritas pribadi dan kesadaran diri dalam mengatur penggunaan media sosial sangat penting. Seperti yang diungkapkan dalam teori kecanduan internet, dengan mengelola waktu yang dihabiskan di platform media sosial, seseorang dapat meminimalisir dampak negatif dari FOMO, sehingga dapat menciptakan kehidupan yang lebih seimbang dan fokus pada tujuan jangka panjang yang lebih bermakna. Menggunakan aplikasi seperti TikTok secara bijak, dengan membatasi waktu dan menetapkan tujuan yang jelas, dapat membantu menghindari kecemasan yang tidak perlu dan menjaga kualitas hidup yang lebih sehat secara mental dan emosional.

Berdasarkan analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan aplikasi TikTok yang intensif berhubungan secara positif dengan fenomena FoMO di kalangan mahasiswa. Namun, pengaruh ini bisa berdampak negatif jika mahasiswa tidak dapat membedakan antara kebutuhan yang sesungguhnya dan sekadar keinginan. Jika FoMO terus berkembang tanpa kendali, hal ini berisiko menimbulkan kecemasan sosial yang berlebihan serta ketergantungan pada tren atau aktivitas yang tidak memberikan manfaat yang berkelanjutan.

b. Pengaruh Intensitas Penggunaan TikTok Terhadap Perilaku FoMO Ditinjau Dari Perspektif Nilai Karakter Integritas

Nilai karakter integritas mengajarkan pentingnya sikap jujur, kesadaran diri, dan pengendalian diri dalam menghadapi pengaruh sosial yang tidak bermanfaat. Dalam kehidupan

bermasyarakat, integritas mengharuskan individu untuk memiliki prinsip yang jelas dalam setiap keputusan yang diambil, baik dalam berbelanja atau mengikuti tren, agar tetap sesuai dengan nilai-nilai pribadi yang mengedepankan keadilan dan keseimbangan. Dengan hadirnya era globalisasi yang ditandai oleh kemajuan teknologi yang sangat cepat, banyak nilai integritas mulai mengalami penurunan, terutama dalam cara kita berinteraksi di dunia digital dan media sosial. Konsekuensi dari perkembangan ini adalah munculnya fenomena FoMO, yang sering kali dipicu oleh penggunaan media sosial seperti TikTok.

Penggunaan aplikasi TikTok yang berlebihan dapat menyebabkan seseorang merasa cemas dan khawatir tertinggal dari tren atau aktivitas yang sedang populer. Fenomena ini dapat mempengaruhi keputusan individu dalam membeli barang atau mengikuti tren hanya untuk mempertahankan status sosial, bukan karena kebutuhan nyata. Hal ini jelas bertentangan dengan prinsip integritas yang menekankan pengendalian diri, terutama dalam hal mengelola keinginan yang tidak berdasarkan kebutuhan yang nyata.

Fenomena FoMO yang timbul akibat penggunaan aplikasi TikTok mencerminkan dampak negatif yang mungkin terjadi ketika mahasiswa kesulitan membedakan antara kebutuhan sebenarnya dan sekadar keinginan semata. Perilaku ini dapat mengarah pada sikap hidup yang hedonis, yang berfokus pada pemenuhan keinginan sesaat tanpa memperhatikan dampak jangka panjangnya. Dalam perspektif integritas, hal ini jauh dari nilai-nilai kebijaksanaan, kesederhanaan, dan keteguhan yang seharusnya dimiliki oleh setiap individu. Sebagai bagian dari integritas, penting untuk memiliki kemampuan untuk menilai dan memilih dengan bijak, agar tidak terjebak dalam kecemasan sosial dan ketergantungan pada tren yang tidak produktif. Menjaga keseimbangan antara hak dan kewajiban dalam menggunakan media sosial serta tetap fokus pada nilai-nilai pribadi yang kuat dapat membantu mengurangi dampak negatif FoMO dan menciptakan gaya hidup yang lebih sehat dan seimbang.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa tingkat intensitas penggunaan TikTok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku Fear of Missing Out pada mahasiswa PPKn angkatan 2024 Universitas Jambi. Semakin tinggi intensitas penggunaan TikTok, semakin besar kecenderungan mahasiswa untuk mengalami FoMO, sementara penggunaan yang rendah cenderung mengurangi perilaku tersebut. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh TikTok terhadap FoMO sebesar 42%, sementara 58% dipengaruhi oleh faktor lain

seperti aspek sosial, psikologis, ekonomi, dan budaya. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap fenomena FoMO ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Arif, M. (2024). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*. APJII. <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- David, C. (2024). *TikTok Statistics: Revenue & Usage (Updated Sep. 2024)*. SendShort. <https://sendshort.ai/statistics/tiktok/>
- Hayati, S., Rohmah, R. L., Billah, U. A., & Suhartono. (2022). *Antusiasme Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Mahasiswa Kpi Angkatan 20 (Studi Komparatif Laki-Laki Dan Perempuan)*.
- Hidayah, A., & Nastiti, D. (2023). Hubungan Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial TikTok pada Remaja Hubungan Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial TikTok pada Remaja. *Psychology*. [https://www.researchgate.net/publication/373462859\\_Relationship\\_of\\_Fear\\_of\\_Missing\\_Out\\_FoMO\\_with\\_Social\\_Media\\_TikTok\\_Addiction\\_in\\_Adolescents\\_Hubungan\\_Fear\\_of\\_Missing\\_Out\\_FoMO\\_dengan\\_Adiksi\\_Media\\_Sosial\\_TikTok\\_pada\\_Remaja](https://www.researchgate.net/publication/373462859_Relationship_of_Fear_of_Missing_Out_FoMO_with_Social_Media_TikTok_Addiction_in_Adolescents_Hubungan_Fear_of_Missing_Out_FoMO_dengan_Adiksi_Media_Sosial_TikTok_pada_Remaja)
- Ma'aruf, L. H. (2022). *Pengaruh Kemajuan Teknologi Komunikasi dan Informasi Terhadap Tata Kelola Perencanaan Pengadaan*. <https://bpbj.posokab.go.id/detail/pengaruh-kemajuan-teknologi-komunikasi-dan-informasi-terhadap-tata-kelola-perencanaan-pengadaan>
- Nur Rahmawati, A. I. (2018). Internet Addiction pada Remaja Pelaku Substance Abuse: Penyebab atau Akibat? *Buletin Psikologi*, 26(1), 64–70. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.31164>