

**FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM TERHADAP POLA KOMUNIKASI MAHASISWA AMIKOM
YOGYAKARTA**

SKRIPSI



Disusun oleh:

Alfi Adi Qusyairy

20.96.1903

**PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI S1-ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS AMIKOM YOGYAKARTA
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

**FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM TERHADAP POLA KOMUNIKASI MAHASISWA AMIKOM
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Komunikasi Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun oleh:

Alfi Adi Qusyairy

20.96.1903

**PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI S1-ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS AMIKOM YOGYAKARTA
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

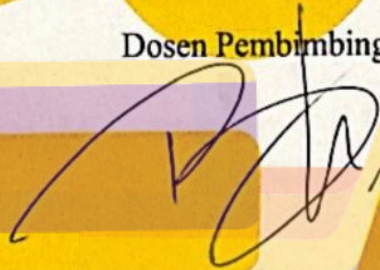
SKRIPSI

***Fear of Missing Out (FoMO)* pada Penggunaan Media Sosial *Instagram*
Terhadap Pola Komunikasi Mahasiswa Amikom Yogyakarta**

yang dipersiapkan dan disusun oleh
Alfi Adi Qusyairy
20.96.1903

telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
pada 03 Agustus 2025

Dosen Pembimbing,



Nurbayti S.I.Kom., M.A., Dr.
NIK. 190302363

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

***Fear of Missing Out (FoMO)* pada Penggunaan Media Sosial *Instagram*
Terhadap Pola Komunikasi Mahasiswa Amikom Yogyakarta**
yang dipersiapkan dan disusun oleh

Alfi Adi Qusyairy
20.96.1903

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
pada 20 Agustus 2025

Nama Penguji

Tanda Tangan

Anggun Anindya Sekarningrum, M.I.Kom
NIK. 3402126909900001

Rivga Agusta, S.I.P., M.A.
NIK. 190302319

Dr. Nurbayti S.I.Kom., M.A.,
NIK. 190302363

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)
(20 Agustus 2025)

Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial



Emha Taufiq Luthfi, S.T., M.Kom., Ph.D.
NIK. 190302125

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa, skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu institusi pendidikan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Segala sesuatu yang terkait dengan naskah dan karya yang telah dibuat adalah menjadi tanggungjawab saya pribadi.

Yogyakarta,

Materai 10.000 &



Alfi Adi Qusyairy

NIM 20.96.1903

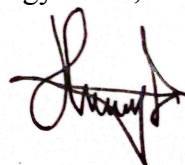
KATA PENGANTAR

Puji syukur, Alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada kita semua sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program strata satu (S1) di program studi Ilmu Komunikasi Universitas Amikom Yogyakarta.

Adapun penyusunan skripsi ini digunakan sebagai bukti bahwa penyusun telah melaksanakan dan menyelesaikan penelitian Skripsi. Dalam proses penyusunan laporan ini penyusun mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. M. Suyanto, M.M. (Rektor Universitas Amikom Yogyakarta).
2. Emha Taufiq Luthfi, S.T.,M.Kom. (Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Amikom Yogyakarta)
3. Rivga Agusta, S.IP., M.A (Kaprodi, Universitas Amikom Yogyakarta)
4. Dr. Nurbayti S.I.Kom., M.A Sebagai dosen pembimbing saya yang telah sabar memberikan arahan, masukan, serta bimbingan selama proses penyusunan hingga terselesaikannya laporan ini. Tanpa bantuan dan dukungan beliau, laporan ini tidak akan dapat tersusun dengan baik.
5. Yang terhormat, kedua orang tua saya, Alm. Muhamad Arsyad Latief dan Ibu saya Tatik Rahma Wardani yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap langkah kehidupan penulis. Terima kasih atas kasih sayang, doa, dan pengorbanan yang tidak pernah berhenti mengalir sejak awal hingga saat ini.
6. Kepada seluruh kakak saya yang selalu memberikan semangat, motivasi, serta segala jenis dukungan selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan perhatian yang diberikan sangat berarti bagi penulis.

Yogyakarta, 20 Agustus 2025



Alfi Adi Qusyairy

DAFTAR ISI

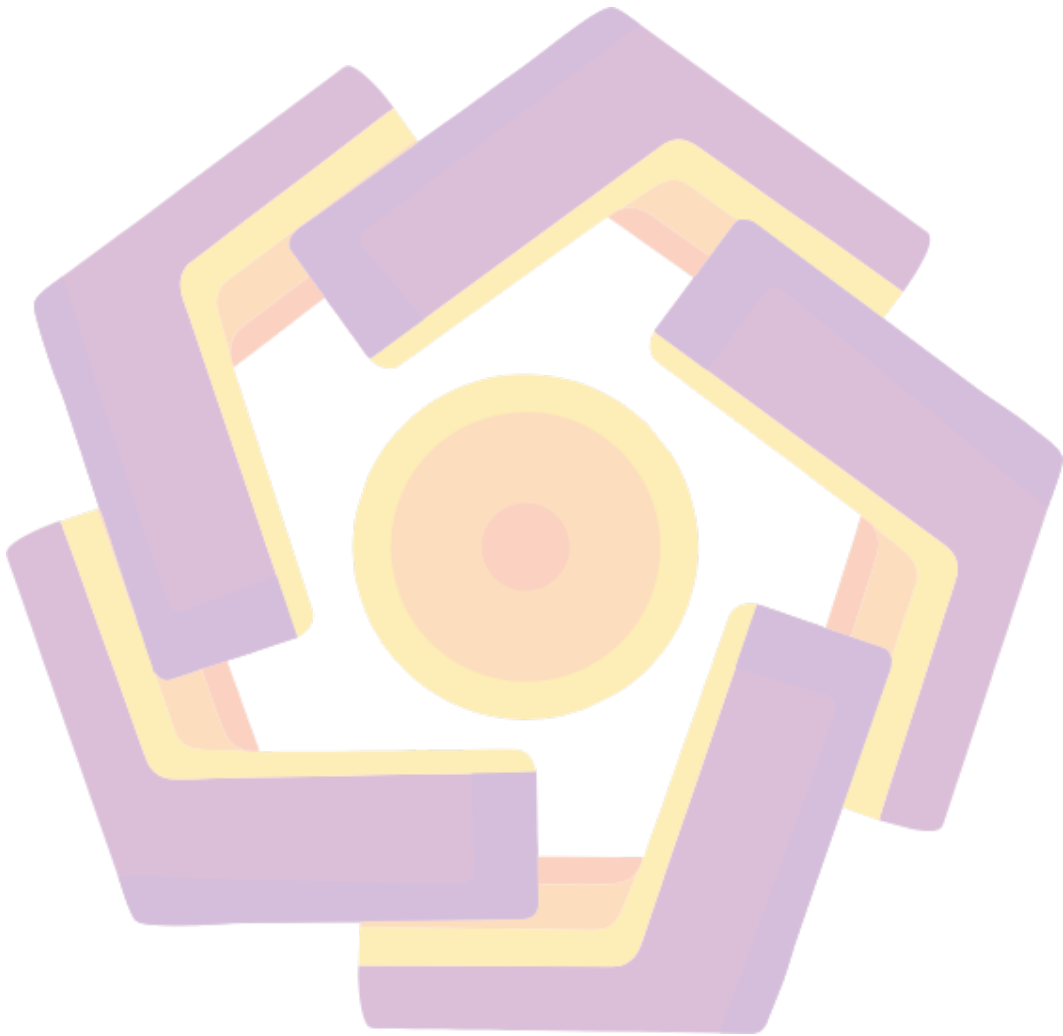
HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL.....	1
LEMBAR PERSETUJUAN.....	2
LEMBAR PENGESAHAN.....	3
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	4
KATA PENGANTAR.....	5
DAFTAR ISI.....	6
DAFTAR TABEL.....	8
DAFTAR GAMBAR.....	9
DAFTAR LAMPIRAN.....	10
ABSTRACT.....	11
ABSTRAK.....	12
BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Penelitian Sebelumnya.....	6
2.2 Landasan Teori.....	7
2.2.1 Teori Perbandingan Sosial.....	7
2.2.2 Asumsi Teori Perbandingan Sosial.....	9
2.3 Landasan Konseptual.....	10
2.3.1 Komunikasi Intrapersonal.....	10
2.3.2 Fear of Missing Out (FoMO).....	11
2.3.3 Perilaku FoMO di Media Sosial Instagram.....	11
2.3.4 Pola Komunikasi.....	12
2.4 Kerangka Konsep.....	14
BAB III	
METODOLOGI PENELITIAN.....	16
3.1 Metode Penelitian.....	16
3.2 Paradigma Penelitian.....	17

3.3 Subjek dan Objek Penelitian.....	18
3.4 Teknik pengambilan data.....	18
3.4.1 Wawancara.....	18
3.4.2 Dokumentasi.....	19
3.5 Teknik Subjek Penelitian.....	20
3.5.1 Purposive Sampling.....	20
BAB IV	
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	23
4.1 Profil Informan.....	23
4.2 Temuan Penelitian.....	26
4.2.1 Reaksi Upward.....	26
4.2.2 Reaksi Downward.....	28
4.2.3 Perbandingan sosial di Instagram (Inner & Outer).....	30
4.2.4 Kecemasan Sosial.....	32
4.3 Pembahasan.....	33
4.3.1 Postingan Feeds dan Validasi Sosial Sebagai Bentuk Reaksi.....	33
4.3.2 Story Instagram sebagai Pemicu Reaksi Downward.....	35
4.3.3 Aktualisasi Diri yang Dipicu oleh Kecemasan Sosial Digital.....	38
4.3.4 Kecemasan Sosial sebagai dampak Fear of Missing Out (FoMO)....	41
4.3.5 FoMO sebagai Faktor Pembentuk Pola Komunikasi Mahasiswa di Era Media Sosial.....	44
BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Penelitian Sebelumnya.....	5
------------	----------------------------	---



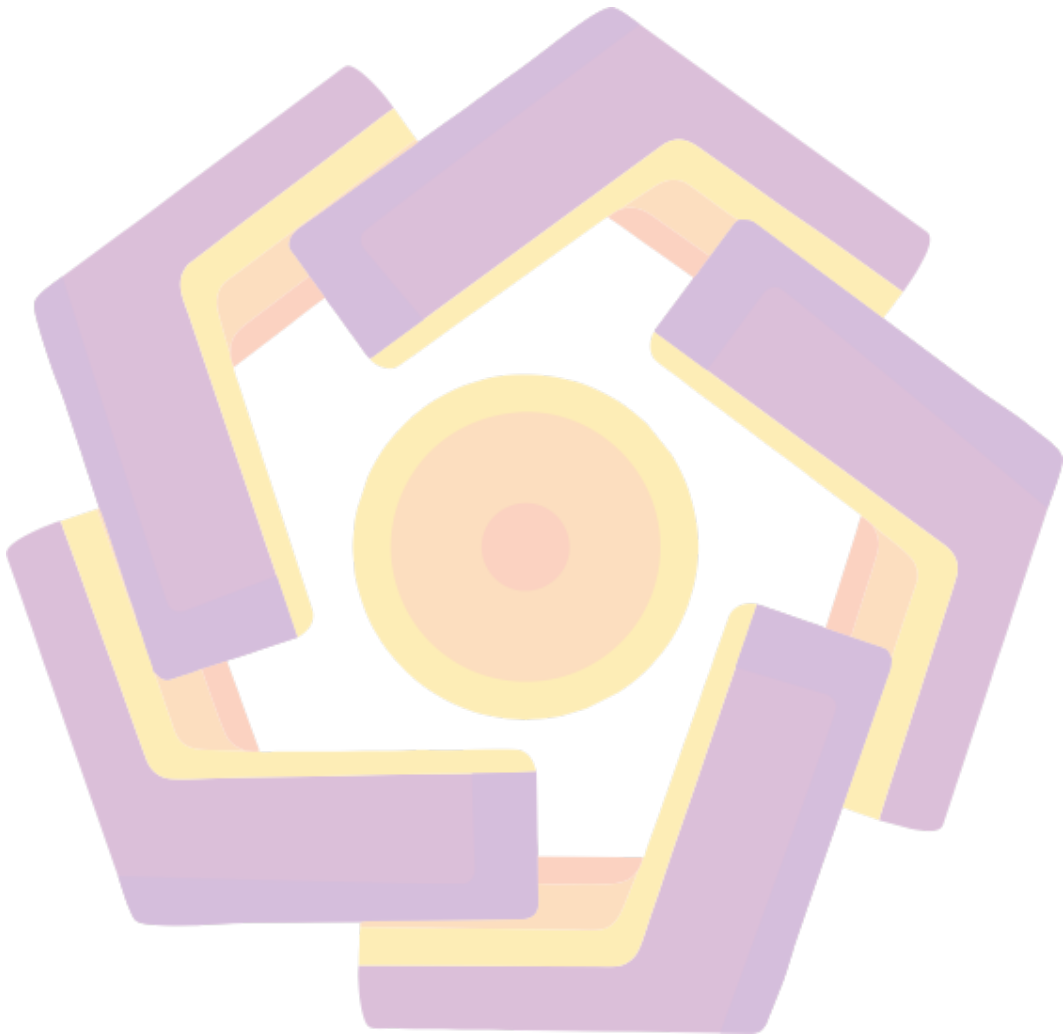
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Kerangka Konsep.....	13
Gambar 4. 1	Pencapaian Akademik di Feed Sebagai Bentuk Reaksi Upward, sumber: IG @dyahayufee).....	30
Gambar 4. 2	Story Instagram sebagai Pemicu Downward Comparison sumber: IG @pidapearce).....	32
Gambar 4. 3	Tindakan Interaktif Akibat Rasa Takut Tertinggal, sumber IG: @amelavia).....	34
Gambar 4. 4	Notifikasi Story Instagram Sebagai Pemicu Kecemasan Sosial..	37
Gambar 4. 5	Alur FoMO terhadap Pola Komunikasi Mahasiswa.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Transkrip Wawancara.....	41
Lampiran 2	Surat Tanpa Izin Penelitian.....	80
Lampiran 3	Foto Saat Wawancara Informan.....	81



ABSTRACT

This study aims to understand the phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) in the use of Instagram and its impact on the communication patterns of students at Universitas Amikom Yogyakarta. Using a qualitative approach with a phenomenological method, data were collected through in-depth interviews with ten active Instagram users. The findings reveal that students experience both upward and downward social comparisons that affect their self-perception and communication patterns. Instagram serves as a medium for self-existence and social actualization but also triggers social anxiety due to the pressure of constant connectivity. Students feel compelled to update their activities and content to gain social validation and maintain digital peer engagement. FoMO shapes digital habits that influence both intrapersonal and interpersonal communication. This study highlights the importance of digital literacy and self-awareness so that students can engage with social media in a healthy way without being trapped by digital social pressure.

Keywords: FoMO, Instagram, social comparison, student communication, social anxiety



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena *Fear of Missing Out* (*FoMO*) pada penggunaan media sosial *Instagram* terhadap pola komunikasi mahasiswa Universitas Amikom Yogyakarta. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap sepuluh informan yang merupakan pengguna aktif *Instagram*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami perbandingan sosial, baik secara *upward* maupun *downward*, yang memengaruhi persepsi diri dan pola komunikasi mereka. *Instagram* menjadi media untuk membangun eksistensi diri dan aktualisasi sosial, namun juga memicu kecemasan sosial akibat tekanan untuk selalu terhubung. Mahasiswa terdorong untuk memperbarui aktivitas dan konten demi validasi sosial serta menjaga keterlibatan dalam lingkaran pertemanan digital. *FoMO* membentuk kebiasaan digital yang berdampak pada komunikasi intrapersonal dan interpersonal mahasiswa. Penelitian ini menyoroti pentingnya literasi digital dan kesadaran diri agar mahasiswa dapat menggunakan media sosial secara sehat dan tidak terjebak dalam tekanan sosial digital.

Kata kunci: *FoMO*, *Instagram*, perbandingan sosial, komunikasi mahasiswa, kecemasan sosial

