

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTENSITY OF INSTAGRAM USAGE AND FEAR OF MISSING OUT (FOMO) IN EMERGING ADULthood IN JAMBI CITY IN THE MIDST OF COVID 19 PANDEMIC

Shinta Bella¹, Siti Raudhoh², Verdiantika Annisa³

¹Department of Psychology, Jambi University/shintabella9799@gmail.com

²Department of Psychology, Jambi University/siti_raudhoh@unja.ac.id

³Department of Psychology, Jambi University/verdiantikaannisa.va@gmail.com

ABSTRACT

BACKGROUND Instagram usage in emerging adulthood is showing a high number. The COVID-19 pandemic forced peoples to stay at home that kept people tied to social media. High intensity of Instagram usage encourages people to be exposed to the activities of others. That raises a sense of anxiety that others have a more pleasant activity, experience, and conversation, known as fear of missing out (FOMO).

METHOD This research was a quantitative study with a correlational method. The subject of this research was 382 emerging adulthood between the ages of 18 until 25 who are actively using Instagram. Data were analyzed using the correlation test.

RESULT This research showed that there was a positive and significant link between the intensity of Instagram usage with fear of missing out (FOMO) in 0,490 with p value < 0,001.

CONCLUSION AND SUGGESTION The intensity of Instagram usage has a relationship with fear of missing out (FOMO) in emerging adulthood in Jambi city in the midst of covid 19 pandemic. With this study, it is hoped that it can contribute to a consideration for Instagram users to use social media more wisely.

Keywords : intensity of Instagram usage, fear of missing out, emerging adulthood

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA *EMERGING ADULTHOOD* DI KOTA JAMBI PADA MASA PANDEMI COVID 19

Shinta Bella¹, Siti Raudhoh², Verdiantika Annisa³

¹Program Studi Psikologi, Universitas Jambi/shintabella9799@gmail.com

²Program Studi Psikologi, Universitas Jambi /siti_raudhoh@unja.ac.id

³Program Studi Psikologi, Universitas Jambi /verdiantikaannisa.va@gmail.com

ABSTRAK

LATAR BELAKANG Pengguna Instagram menunjukkan angka yang tinggi pada usia *emerging adulthood*. Pandemi covid 19 yang mengharuskan individu untuk tetap berada di rumah membuat individu terus terikat dengan media sosial. Intensitas penggunaan Instagram yang tinggi mendorong individu untuk terus terpapar dengan berbagai informasi terkait orang lain. Hal tersebut dapat memunculkan suatu perasaan khawatir bahwa orang lain memiliki suatu aktivitas, pengalaman, dan percakapan yang lebih menyenangkan daripada dirinya sendiri, yang dikenal dengan fenomena *fear of missing out* (FOMO).

METODE Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Subjek pada penelitian ini sebanyak 382 *emerging adulthood* dengan usia 18 sampai 25 tahun dan aktif menggunakan Instagram. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi.

HASIL Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan Instagram dengan *fear of missing out* (FOMO) pada *emerging adulthood* dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,490 dengan $p \text{ value} < 0.001$.

KESIMPULAN DAN SARAN Intensitas penggunaan Instagram memiliki hubungan dengan *fear of missing out* (FOMO) pada *emerging adulthood* di Kota Jambi. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu pertimbangan bagi pengguna Instagram untuk lebih bijak dalam penggunaan media sosial.

Kata Kunci : Intensitas Penggunaan Instagram, *fear of missing out*, *emerging adulthood*