

Pengaruh Kecemasan Sosial Terhadap Fear of Missing Out di Mediasi Oleh Komunikasi Orang Tua Anak

Atika Azzakamal*), Amanah Surbakti, Hasanuddin

Universitas Medan Area

*) e-mail: atikaazzakamal56@guru.smk.belajar.id

Abstract: Kecemasan sosial yang dialami anak dan remaja dapat memicu munculnya Fear of Missing Out (FOMO), yaitu perasaan cemas berlebihan karena takut tertinggal atau tidak terlibat dalam aktivitas sosial yang dilakukan oleh orang lain, terutama yang ditampilkan di media sosial. Dalam kondisi ini, komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak memegang peran penting sebagai faktor mediasi yang dapat mengurangi dampak negatif dari kecemasan sosial tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis Pengaruh Kecemasan Sosial terhadap FoMO (Fear of Missing Out) dengan Komunikasi orang tua-anak sebagai mediasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel siswa kelas X dan XI jurusan TKJ yang berjumlah 211 orang siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala kecemasan sosial, skala FoMO (fear of missing out), dan skala komunikasi orang tua-anak. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian adalah *Structural Equation Model* (SEM). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada pengaruh kecemasan sosial terhadap FoMO siswa SMA dengan komunikasi orang tua-anak sebagai mediasi. Hasil tersebut didapatkan melalui pengujian dengan teknis Sobel Test, dimana berdasarkan nilai probability (two-tailed) sebesar $0,198 > 0,05$, dan atau dengan nilai Sobel test statistik sebesar $-1,286 < 1,96$. Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa upaya mengurangi FoMO pada remaja tidak cukup hanya melalui komunikasi orang tua-anak, sehingga perlu pendekatan tambahan yang lebih komprehensif dalam menangani kecemasan sosial.

Keywords: Self Efficacy, Kematangan Karir, Locus of Control, Siswa

Article History: Received on 5/6/2025; Revised on 1/7/2025; Accepted on 9/8/2025; Published Online: 10/8/2025.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author.

INTRODUCTION

Perkembangan teknologi dan pesatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja telah membawa dampak signifikan terhadap cara mereka berinteraksi dan membentuk identitas sosial. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2024 menemukan bahwa 87,13% layanan yang paling sering diakses di Indonesia adalah media sosial, peringkat dua tertinggi setelah chatting dengan persentase 89,35%, untuk penggunaannya sendiri sebesar 49,52% berusia 19 – 34 tahun dengan penetrasi 74,23%, penetrasi tertinggi dialami pengguna berusia 13 – 18 tahun (APJII, 2024). Salah satu dampak yang muncul adalah fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO), yaitu perasaan takut tertinggal atau tidak mengikuti aktivitas sosial yang sedang terjadi, terutama di

dunia maya (Afdal et al., 2019; Sandjaja & Syahputra, 2019; Syahputra et al., 2023). Fenomena ini dapat menyebabkan tekanan psikologis, kecemasan, serta gangguan konsentrasi pada siswa, terutama di jenjang pendidikan menengah atas.

Fear of Missing Out (FoMO) adalah suatu istilah yang diperkenalkan pada tahun 2004 dan kemudian digunakan secara luas sejak tahun 2010 untuk menggambarkan fenomena yang diamati di situs jejaring sosial media. Rasa takut ketinggalan ini mengacu pada perasaan atau persepsi bahwa orang lain lebih bersenang senang, menjalani kehidupan yang lebih baik, atau mengalami hal-hal yang lebih baik daripada dirinya sendiri, hal tersebut disebut dengan kecemasan sosial (Hogan, 2018). FoMO sering kali diperkuat oleh kecemasan sosial, yaitu kondisi di mana individu merasa cemas atau takut ketika harus berinteraksi sosial atau menjadi pusat perhatian. Remaja yang memiliki tingkat kecemasan sosial tinggi cenderung menggunakan media sosial secara kompulsif untuk menghindari interaksi langsung dan menjaga keterhubungan secara daring. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial dapat menjadi prediktor yang kuat dalam meningkatnya gejala FoMO di kalangan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Amelia dan Akbar (2023) yang memperlihatkan tingkat kecanduan media sosial dan tingkat FoMO pada dewasa awal berada dalam kategori tinggi. Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat peran yang signifikan dari FoMO terhadap penggunaan media sosial pada dewasa awal, yang mencapai sekitar 51,1%. Pada Penelitian oleh (Nagari et al., 2023) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi anxiety sosial maka akan mempengaruhi tingkat FoMO dan, maka semakin tinggi tingkat Adiksi Media Sosial pada remaja. Pengaruh anxiety sosial terhadap FoMO sangat signifikan (Nagari et al., 2023).

Pengaruh kecemasan sosial terhadap FoMO dipengaruhi oleh komunikasi antara orang tua dan anak. Komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak dapat membangun kepercayaan diri dan keterampilan sosial anak, sehingga mampu mengurangi dampak negatif kecemasan sosial (Syahputra et al., 2019). Di sisi lain, komunikasi yang baik antara orang tua dan anak memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan mental remaja. Hogan B. (2018) menambahkan terlepas dari interaksi instan dan diinginkan dengan teman sebaya melalui media sosial, orang dewasa muda merasa lebih kesepian dan lebih terputus dari sebelumnya. Selain itu, *Parental Mediation Theory* yang diperkenalkan oleh (Clark, 2011) menjelaskan bahwa strategi komunikasi yang digunakan orang tua dalam membatasi atau mengarahkan penggunaan media oleh anak dapat mempengaruhi dampak media terhadap anak.

Penelitian sebelumnya mengeksplorasi peran mediasi komunikasi orang tua-anak dalam hubungan antara kecemasan sosial dan FoMO. Banyak studi hanya fokus pada dampak langsung kecemasan sosial terhadap FoMO tanpa mempertimbangkan konteks komunikasi keluarga sebagai faktor penentu. Hal ini menciptakan kesenjangan literatur yang perlu diisi. Validitas dan reliabilitas topik ini sebagai objek penelitian didukung oleh data empiris yang menunjukkan peningkatan kecemasan sosial dan FoMO di kalangan remaja seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial.

Penelitian selanjutnya dilakukan Alt & Boniel-Nissim (2018), mengeksplorasi peran komunikasi orang tua-anak terhadap FoMO data dikumpulkan dari 270 peserta di mana

45,6% remaja berusia 13 hingga 15 tahun (siswa SMP), dan 54,5% remaja berusia 15,5 hingga 18 tahun (siswa sekolah menengah). Hasil analisis jalur telah menguatkan hipotesis penelitian; kegiatan komunikasi positif orang tua, seperti mendengarkan anak-anaknya, mencoba memahami bagaimana perasaan mereka dan apa yang mereka pikirkan, dan menciptakan suasana diskusi yang positif dan suportif, dapat mengurangi pengalaman FoMO di kalangan remaja. Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya belum secara khusus meneliti peran komunikasi orang tua-anak sebagai variabel mediasi antara kecemasan sosial dan FoMO. Padahal, pemahaman terhadap mekanisme mediasi ini penting untuk merancang intervensi yang efektif dalam mengatasi dampak psikologis penggunaan media sosial pada remaja. Oleh karena itu, masih terdapat celah dalam literatur terkait hubungan kausal dan peran komunikatif dalam konteks ini.

Kondisi ini menjadi semakin relevan di Indonesia, di mana akses terhadap media sosial sangat tinggi di kalangan remaja, namun tidak selalu diimbangi dengan literasi digital dan komunikasi yang sehat dalam keluarga. Di lingkungan sekolah kejuruan, misalnya, siswa menghadapi tekanan akademik dan sosial yang kompleks, yang dapat memperburuk kecemasan sosial dan meningkatkan potensi FoMO. Oleh karena itu, studi ini penting dilakukan untuk menjawab tantangan psikososial remaja di era digital. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecemasan sosial terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) pada siswa sekolah menengah kejuruan, dengan komunikasi orang tua-anak sebagai variabel mediasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi intervensi psikososial yang melibatkan peran keluarga dalam mencegah dampak negatif penggunaan media sosial secara berlebihan di kalangan remaja.

METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan ini digunakan untuk menguji hubungan antara variabel kecemasan sosial dan *Fear of Missing Out* (FoMO), serta menganalisis peran mediasi komunikasi orang tua-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tidak langsung kecemasan sosial terhadap FoMO melalui komunikasi orang tua-anak sebagai variabel mediasi.

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI jurusan Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah *cluster sampling* yaitu tehnik pengambilan sampel berdasarkan kelas. Penggunaan *cluster sampling* dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan efisiensi dan keterbatasan sumber daya, mengingat populasi terdiri dari siswa kelas X dan XI jurusan TKJ yang sudah terbagi secara alami ke dalam kelompok-kelompok (kelas). Dengan menerapkan cluster sampling, peneliti dapat memilih sampel berdasarkan kelas sebagai satuan kelompok, sehingga proses pengumpulan data menjadi lebih praktis, hemat waktu, dan tetap mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan (Creswell, 2014). Teknik ini sangat tepat digunakan ketika populasi tersebar dalam unit-unit yang terorganisir secara geografis atau administratif, seperti kelas di sekolah. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah siswa kelas X dan XI jurusan TKJ yang berjumlah 211 orang siswa.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala psikologis yang telah dikembangkan dan disesuaikan, ketiga Skala ini disusun dengan model skala Likert yang terdiri dari pernyataan-pernyataan dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Dengan menggunakan empat alternatif pilihan jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala FoMO disusun berdasarkan teori aspek-aspek FoMO dari Przybylski, dkk. (2013) yaitu aspek *relatedness* dan *self*.

Sementara untuk skala kecemasan sosial menggunakan Social Anxiety Scale for Social Media Users (SAS-SMU), alat ukur ini dari teori milik Leary yang telah diterjemahkan oleh Alkis et al. (2017) untuk menilai kecemasan sosial pada pengguna media sosial. Skala (SAS-MU) terdiri dari 4 aspek yaitu, Shared Content Anxiety (SCA) sebanyak 7 item, Privacy Concern Anxiety (PCA) sebanyak 5 item, Interaction Anxiety (IA) sebanyak 6 item, dan Self-Evaluation Anxiety (SEA) sebanyak 3 item. Selain itu, skala komunikasi orang tua-anak disusun berdasarkan Aspek menurut DeVito (2007) 1. Keterbukaan (*openess*) 2. Empati (*empathy*) 3. Dukungan (*supportiveness*) 4. Rasa positif (*positiveness*) 5. Kesamaan (*equality*).

Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan adalah Structural Equation Modeling (SEM) dengan pendekatan two-step analysis menggunakan bantuan software AMOS 21. Analisis SEM dalam penelitian ini menggunakan teknik dua tahap (*Two-Step Approach*). Tahap pertama adalah pengukuran variabel dengan teknik *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) sehingga diperoleh konstruk eksogen maupun endogen gabungan yang fit sehingga dapat diterima. Model CFA dapat diterima apabila memiliki kecocokan data model validitas dan reliabilitas yang baik (Wijayanto, 2013). Tahap kedua dari *two step approach* adalah melakukan pengukuran atau pengujian struktur *full model* SEM. Cara mendapatkan struktur *full model* SEM adalah dengan cara menggabungkan model CFA dari konstruk eksogen maupun endogen gabungan yang sudah fit menjadi satu model keseluruhan (*hybrid model*) atau *full model* untuk diestimasi dan dianalisis. Model dikatakan bagus atau *fit* jika memenuhi uji kecocokan model secara keseluruhan (*Uji GOF*) serta evaluasi terhadap model struktur sehingga diperoleh model yang dapat diterima (Haryono, 2016).

Tabel 1. Goodness-of-Fit Index

No	Goodness of fit index	Cut off Value (Nilai Batas)
1	X^2 -chi square	$\leq \alpha$.df (lebih kecil dari <i>Chi square table</i>)
2	Probability	$\geq 0,05$
3	GFI	$\geq 0,90$
4	AGFI	$\geq 0,90$
5	CFI	$\geq 0,95$
6	TLI	$\geq 0,95$
7	CMIN/DF	$\leq 2,0$
8	RMSEA	$\leq 0,08$

RESULTS AND DISCUSSION

Pendekatan dalam analisis SEM menggunakan pendekatan dua tahap yakni analisis model pengukuran (*the measurement model analysis*) dan analisis model persamaan

0.01, sehingga kecemasan sosial tidak secara langsung memengaruhi tingkat FoMO. Sementara itu, komunikasi orang tua-anak juga memiliki pengaruh langsung negatif terhadap FoMO dengan koefisien -0.23, yang mengindikasikan bahwa komunikasi yang efektif dengan orang tua dapat menurunkan kecenderungan anak mengalami Fear of Missing Out. Sebagian besar model memiliki nilai fit belum mencapai standar ideal (CFI dan TLI seharusnya ≥ 0.90), namun RMSEA masih dalam batas dapat diterima (< 0.08). Ini menunjukkan bahwa model memiliki kecocokan moderat.

a. Persamaan Regresi yang Dihasilkan

Untuk mengetahui model persamaan struktural lengkap yang terdiri dari persamaan *struktural*, koefisien regresi pembentuknya diperoleh dari Tabel 2 (*Standardized Regression Weights*), dan nilai residual (*error of estimates*) dapat diketahui dari Tabel 3 *Squared Multiple Correlation*.

Tabel 2. Standardized Regression Weights

			Estimate
Komunikasi_OTA	<---	Kecemasan_Sosial	.592
FoMO	<---	Kecemasan_Sosial	.965
FoMO	<---	Komunikasi_OTA	-.130

Sumber: Data primer diolah peneliti dengan AMOS 23

Tabel 3. Squared Multiple Correlations

	Estimate
Komunikasi_OTA	.350
FoMO	.799

Sumber: Data Primer diolah peneliti dengan AMOS 23

Berdasarkan Tabel 2 *Standardized Regression Weights*), dan nilai residual (*error of estimates*) Tabel 3. *Squared Multiple Correlation* dapat dibuat persamaan regresi penelitian sebagai berikut: persamaan struktural (Komunikasi Orang Tua-Anak = $0.592 * \text{Kecemasan Sosial} + \text{error}$ ($1 - 0.350$) = 0,65); dan persamaan sub-struktural (FoMO = $0.965 * \text{Kecemasan Sosial} - 0.130 * \text{Komunikasi Orang Tua-Anak} + \text{error}$ ($1 - 0.799$) = 0,20)

b. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Model Struktural SEM

1. Uji Validitas Instrumen Model Struktural

Setelah kecocokan model dan data secara keseluruhan dapat diterima (fit), langkah berikutnya adalah evaluasi atau analisis model pengukuran. Evaluasi ini dilakukan terhadap setiap model pengukuran atau konstruk. Menurut Igbaria et.al. dalam (Wijanto, 2008) menyatakan muatan faktor standar (*factor loading standard*) $\geq 0,5$ adalah *very significant*, sedangkan Ghazali (2008:135) menyatakan *factor loading* yang signifikan dan memiliki faktor *loading standar* $\geq 0,5$ menunjukkan adanya tingkat *convergent validity* yang baik.

Dari total 80 butir item yang diuji, sebanyak 21 item tidak memenuhi kriteria validitas karena memiliki nilai loading factor $< 0,5$ dan telah di-drop dari model, sehingga tersisa 59 item yang valid dan digunakan dalam analisis lanjutan. Pada konstruk Kecemasan Sosial, dari 21 item, hanya 13 item yang valid: yaitu 3 item pada *Shared Content Anxiety* (KS5–KS7), 2 item pada *Privacy Concern Anxiety* (KS8–KS9), 5 item pada

Interaction Anxiety (KS13–KS14, KS16–KS18), dan 3 item pada *Self-Evaluation Anxiety* (KS19–KS21). Pada konstruk Komunikasi Orang Tua-Anak, dari 40 item, terdapat 30 item yang valid: yaitu 8 item pada *Keterbukaan* (KOTA1, 6, 11, 12, 15, 19, 32, 37), 5 item pada *Empati* (KOTA2, 7, 13, 20, 21), 7 item pada *Sikap Mendukung* (KOTA3, 22, 26, 27, 29, 34, 35), 4 item pada *Sikap Positif* (KOTA8, 9, 30, 39), dan 6 item pada *Kesetaraan* (KOTA5, 10, 17, 18, 28, 31, 36, 40). Sementara pada konstruk FoMO, dari 8 item yang diuji, seluruhnya dinyatakan valid dengan loading factor di atas 0,5, terdiri dari 5 item pada aspek *Relatedness* (FMO1–FMO5) dan 3 item pada aspek *Self* (FMO6–FMO8). Dengan demikian, instrumen penelitian ini telah memenuhi syarat validitas konvergen dan layak digunakan dalam analisis model struktural SEM.

2. Uji Reliabilitas Model Struktural

Reliabilitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat memberikan hasil yang relatif sama apabila dilakukan pengukuran kembali pada subyek yang sama. Mengukur reliabilitas konstruk dalam SEM digunakan *composite reliability measure* atau ukuran reliabilitas komposit dan *variance extracted measure* atau ukuran ekstrak varian (Wijanto, 2008:66). Tingkat reliabilitas yang diterima adalah apabila nilai *Construct Reliability* $\geq 0,7$ dan nilai *Variance Extract* $\geq 0,5$ (Hair *et al.* dalam Wijanto, 2008:66). Dengan memperhatikan hasil *output Standardized Regression Weight* Tabel 2 di atas, hasil pengujian validitas indikator dalam full model_fit, tentang nilai estimasi maka perhitungan reliabilitas konstruk (*Construct Reliability* maupun *Variance Extract*) dalam penelitian ini adalah seperti terlihat pada Tabel 5 sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Pengujian *Construct Reliability* (CR) dan *Variance Extract* (VE)

Variabel Laten (2stCFA)	Variabel Laten (1stCFA)	Variabel Manifes	Std. Loading Factor	λ^2	Error =1- λ^2	$CR = \frac{\sum \lambda^2}{((\sum \lambda^2) + \sum Error)}$ CR $\geq$ 0,7	$VE = \frac{\sum \lambda^2}{((\sum \lambda^2) + \sum Error)}$ VE $\geq$ 0,5	Validitas
Kecemasan Sosial	Shared Content Anxiety (SCA)	KS5	0.650	0.423	0.578	0.937	0.539	Valid
		KS6	0.839	0.704	0.296			Valid
		KS7	0.829	0.687	0.313			Valid
	Privacy Concern Anxiety (PCA)	KS8	0.767	0.588	0.412			Valid
		KS9	0.599	0.359	0.641			Valid
	Interaction Anxiety (IA)	KS13	0.748	0.560	0.440			Valid
		KS14	0.610	0.372	0.628			Valid
		KS16	0.685	0.469	0.531			Valid
		KS17	0.669	0.448	0.552			Valid
		KS18	0.519	0.269	0.731			Valid
	Self-Evaluation Anxiety (SEA)	KS19	0.766	0.587	0.413			Valid
		KS20	0.855	0.731	0.269			Valid
		KS21	0.902	0.814	0.186			Valid
	Σ		9.438	7.010	5.995			Reliabel
Komunikasi Orang Tua-Anak	Keterbukaan (openness)	KOTA1	0.773	0.598	0.402			Valid
		KOTA6	0.791	0.626	0.374			Valid
		KOTA32	0.813	0.661	0.339			Valid
		KOTA37	0.789	0.623	0.377			Valid

FoMO	Empati (empathy)	KOTA11	0.772	0.596	0.404	0.977	0.575	Valid		
		KOTA12	0.631	0.398	0.602			Valid		
		KOTA15	0.559	0.312	0.688			Valid		
		KOTA19	0.717	0.514	0.486			Valid		
		KOTA7	0.653	0.426	0.574			Valid		
		KOTA13	0.840	0.706	0.294			Valid		
		KOTA20	0.829	0.687	0.313			Valid		
		KOTA21	0.800	0.640	0.360			Valid		
		KOTA2	0.839	0.704	0.296			Valid		
		KOTA3	0.820	0.672	0.328			Valid		
	Sikap mendukung (supportive- ness)	KOTA22	0.834	0.696	0.304			Valid		
		KOTA29	0.841	0.707	0.293			Valid		
		KOTA26	0.797	0.635	0.365			Valid		
		KOTA27	0.814	0.663	0.337			Valid		
		KOTA34	0.807	0.651	0.349			Valid		
	Sikap positif (positiveness)	KOTA35	0.747	0.558	0.442			Valid		
		KOTA8	0.691	0.477	0.523			Valid		
		KOTA9	0.624	0.389	0.611			Valid		
		KOTA30	0.882	0.778	0.222			Valid		
		KOTA39	0.844	0.712	0.288			Valid		
	Kesetaraan (equality)	KOTA5	0.649	0.421	0.579			Valid		
		KOTA17	0.683	0.466	0.534			Valid		
		KOTA28	0.663	0.440	0.560			Valid		
		KOTA36	0.643	0.413	0.587			Valid		
		KOTA10	0.727	0.529	0.471			Valid		
		KOTA18	0.699	0.489	0.511			Valid		
		KOTA31	0.790	0.624	0.376			Valid		
	KOTA40	0.766	0.587	0.413	Valid					
	Σ		24.127	18.39	13.601			0.977	0.575	Reliabel
	Relatedness	FMO1	0.645	0.389	0.611			0.903	0.574	Valid
		FMO2	0.624	0.503	0.497					Valid
		FMO3	0.709	0.712	0.288					Valid
FMO4		0.844	0.681	0.319	Valid					
FMO5		0.825	0.664	0.336	Valid					
FMO6		0.815	0.604	0.396	Valid					
FMO7		0.777	0.468	0.532	Valid					
FMO8		0.684	0.389	0.611	Valid					
Σ		5.278	4.021	2.979	0.903	0.574	Reliabel			

Sumber : Data diolah, 2025

Dari hasil perhitungan *Construct Reliability* dan *Variance Extract* di atas, menunjukkan bahwa *Construct Reliability* (CR) dari seluruh konstruk maupun dimensinya telah memenuhi nilai yang direkomendasikan ($CR \geq 0,7$). Adapun *Variance Extract* (VE) sebagian besar konstruk maupun dimensinya juga telah memenuhi nilai yang direkomendasikan ($VE \geq 0,5$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa seluruh konstruk maupun dimensi dalam *Ful Model_Fit* memiliki reliabilitas yang baik.

Pengujian hipotesis secara statistik dilakukan terhadap tiga hipotesis secara parsial dan satu mediasi (*intervening*). Pengujian hipotesis menggunakan nilai *Critical Ratio* (C.R.) $\geq 1,96$ dengan tingkat signifikansi 0,05 (5%). Jika nilai $CR \geq 1,96$, maka H_1 diterima, dan tolak H_0 . Pengujian hipotesis juga dilakukan dengan pengujian Signifikansi *Probability*

(Sig. P). Jika hasil Sig. $P \leq 0,05$, maka H_1 diterima, dan tolak H_0 . Jika nilai Sig. P memiliki tanda ***, maka hipotesis signifikan pada tingkat 0,01 (1%).

Untuk menganalisis peran mediasi, atau intervening digunakan rumus Sobel test. Rumus Sobel test. Dikatakan sebagai variabel mediasi yang signifikan jika lolos dalam uji Sobel dengan menggunakan taraf signifikansi 5% (0,05). Adapun kriteria pengujiannya adalah jika nilai Sobel test statistic menghasilkan taraf signifikansi $p < 0,05$, maka variabel tersebut dapat dikatakan benar-benar mempunyai peran sebagai pemediator (Ghozali, 2011).

1. Analisis Statistik Pengaruh Langsung (*uji t-statistik*)

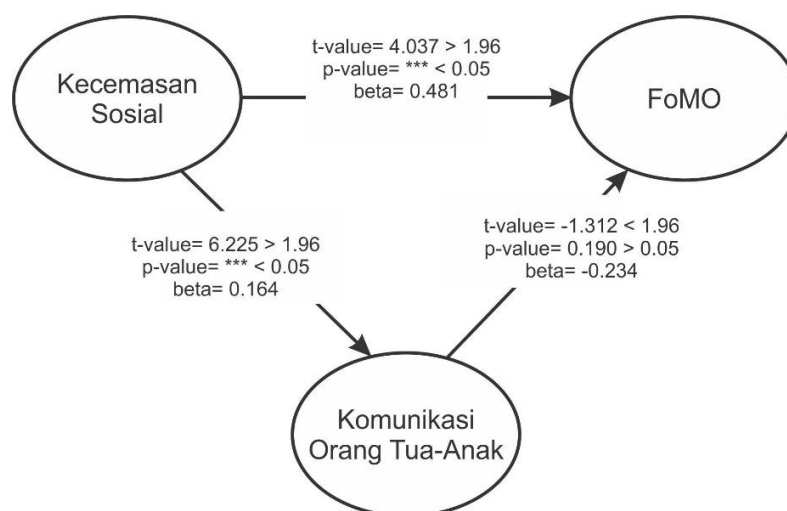
Berikut ini adalah nilai C.R. atau t_{hitung} untuk menguji hipotesis secara partial dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Regression Weights Full Model Gabungan Fit

		Estimate	S.E.	C.R.	P
Komunikasi_OTA <---	Kecemasan_Sosial	.164	.026	6.225	***
FoMO <---	Kecemasan_Sosial	.481	.119	4.037	***
FoMO <---	Komunikasi_OTA	-.234	.178	-1.312	.190

Sumber : Data primer diolah peneliti dengan AMOS 23.0.

Berdasarkan Tabel 6 *regression weights* full model gabungan fit di atas, dapat digambarkan secara diagramatik, seperti terlihat pada Gambar 3, sebagai berikut:



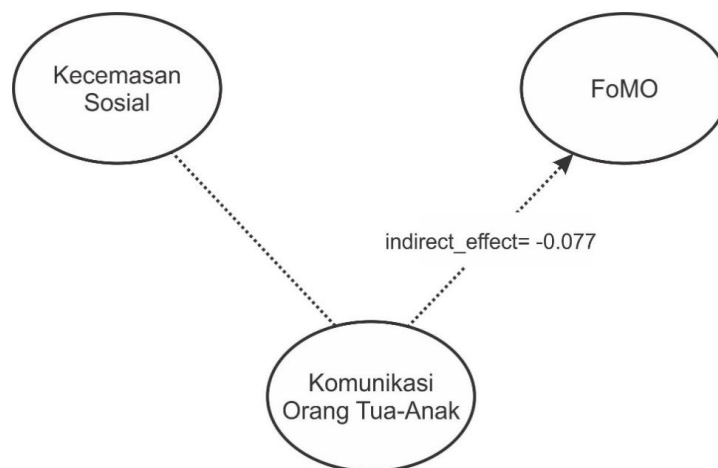
Gambar 3. Diagramatik (t-hitung, Sig. P-value & nilai beta)

Koefisien pengaruh tidak langsung (*indirect effect*) berguna untuk mengetahui apakah dalam struktur model SEM variabel mediasi berperan secara efektif. Dengan cara membandingkan besarnya koefisien pengaruh tidak langsung dengan langsung maka akan diketahui apakah variabel mediasi atau intervening berperan sesuai yang diharapkan atau tidak. Hasil perhitungan dengan AMOS 23.00 pengaruh tidak langsung dapat dilihat Tabel 7, di bawah ini.

Tabel 7. Pengaruh Tidak Langsung (*Indirect Effect*)

	Kecemasan_Sosial	Komunikasi_OTA	FoMO
Komunikasi_OTA	.000	.000	.000
FoMO	-.077	.000	.000

Sumber : Data primer diolah peneliti dengan AMOS 23.00



Gambar 4. Pengaruh Tidak Langsung (*Indirect Effect*)

Berdasarkan Tabel 7 dan Gambar 4, hasil perhitungan pengaruh tidak langsung (*indirect effect*) menunjukkan bahwa variabel *Kecemasan Sosial* memiliki pengaruh tidak langsung sebesar -0.077 (-7,7%) melalui *Komunikasi Orang Tua-Anak* terhadap FoMO. Berdasarkan hasil analisis model intervening atau mediasi baik dengan cara membandingkan atau melihat nilai *direct* dan *indirect effect*, ataupun dengan teknik analisis *Sobel Test Statistics* diketahui bahwa variabel komunikasi orang tua-anak dalam penelitian ini bukan merupakan variabel yang berpengaruh besar dalam peningkatan maupun variabel FoMO, khususnya pada kasus anak siswa kelas X dan XI jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam. Berdasarkan hasil tersebut, yang menyebabkan peningkatan FoMO pada anak siswa kelas X dan XI jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam, adalah variabel kecemasan social secara langsung.

Pembahasan

Hasil daripada penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan *Kecemasan Sosial* terhadap FoMO pada anak siswa Kelas X dan XI Jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam. Pengaruh *Kecemasan Sosial* terhadap FoMO mempunyai arah yang positif signifikan, dengan nilai beta (besarnya pengaruh) sebesar 0,481 (48,1%). Berdasarkan hasil analisis, diketahui instrumen atau dimensi daripada variabel *Kecemasan Sosial* yang mempunyai nilai *factor loading* terbesar dalam mempengaruhi FoMO terdapat pada dimensi *Self-Evaluation Anxiety* (SEA) dengan kode indikator KS21, dengan nilai *factor loading* sebesar 0.902, dengan bunyi pernyataan kuesioner (Saya khawatir orang hanya menilai diri saya berdasarkan tampilan media sosial saya). Hasil temuan tersebut tanpa mengurangi atau menafikkan adanya peran daripada instrumen-instrumen lainnya.

Selain itu, Parental Mediation Theory yang diperkenalkan oleh Lynn Clark (2011) menjelaskan bahwa strategi komunikasi yang digunakan orang tua dalam membatasi atau mengarahkan penggunaan media oleh anak dapat mempengaruhi dampak media

terhadap anak. Pengawasan dan komunikasi yang efektif dari orang tua dapat membantu anak mengembangkan kontrol diri yang baik dalam penggunaan media sosial, sehingga mengurangi risiko kecemasan sosial dan FoMO. Pada penelitian sebelumnya kurang mengeksplorasi peran mediasi komunikasi orang tua-anak dalam hubungan antara kecemasan sosial dan FoMO, sehingga banyak studi hanya fokus pada dampak langsung kecemasan sosial terhadap FoMO tanpa mempertimbangkan konteks komunikasi keluarga sebagai faktor penentu. Hal ini menciptakan kesenjangan literatur yang perlu diisi. Validitas dan reliabilitas topik ini sebagai objek penelitian didukung oleh data empiris yang menunjukkan peningkatan kecemasan sosial dan FoMO di kalangan remaja seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial.

Hasil daripada penelitian ini menemukan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan Kecemasan Sosial terhadap Komunikasi Orang Tua-Anak pada siswa Kelas X dan XI Jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam. Pengaruh *Kecemasan Sosial* terhadap Komunikasi Orang Tua-Anak pada siswa Kelas X dan XI Jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam mempunyai arah yang positif signifikan, dengan nilai beta (besarnya pengaruh) sebesar 0,164 (16,4%).

Berdasarkan hasil analisis, diketahui instrumen atau dimensi daripada variabel Kecemasan Sosial yang mempunyai nilai *factor loading* terbesar dalam mempengaruhi FoMO terdapat pada dimensi *Self-Evaluation Anxiety* (SEA) dengan kode indikator KS21, dengan nilai *factor loading* sebesar 0.902, dengan bunyi pernyataan kuesioner (Saya khawatir orang hanya menilai diri saya berdasarkan tampilan media sosial saya). Hasil temuan tersebut tanpa mengurangi atau menafikkan adanya peran daripada instrumen-instrumen lainnya. Hasil daripada penelitian ini adalah menyatakan bahwa tidak ada pengaruh *Kecemasan Sosial* terhadap FoMO siswa SMA dengan *Komunikasi Orang Tua-Anak* sebagai mediasi. Hasil tersebut didapatkan melalui pengujian dengan teknis Sobel Test, dimana berdasarkan nilai probability (*two-tailed*) sebesar $0,198 > 0,05$, dan atau dengan nilai Sobel test statistic sebesar $-1.286 < 1,96$. Berdasarkan hasil analisis penelitian semakin menguatkan pendapat bahwa peran media social sangat besar terhadap munculnya FoMO pada kalangan anak-anak atau siswa sekolah. Komunikasi antara orang tua dan anak memang sangat perlu dilakukan dan sedikit banyaknya mempunyai pengaruh namun pengaruhnya dalam penelitian ini adalah apabila dilakukan secara langsung. Hal ini dikuatkan oleh pendapat yang menyatakan bahwa media sosial menawarkan ruang di mana individu dapat memilih kapan dan bagaimana mereka ingin berinteraksi dengan orang lain. Namun, alih-alih menjadi solusi, media sosial sering kali menjadi pemicu munculnya masalah baru seperti FoMO (*Fear of Missing Out*), yang didefinisikan sebagai rasa takut kehilangan informasi atau kesempatan sosial yang penting. FoMO sering dialami oleh individu yang merasa terputus dari lingkungannya dan memandang media sosial sebagai satu-satunya cara untuk mengetahui aktivitas orang lain (Chashmi et al., 2023; Przybylski et al., 2013).

Ketergantungan media sosial sebagai pelarian, individu dengan kecemasan sosial sering kali menghindari interaksi tatap muka karena rasa takut ditolak atau dinilai negatif. Mereka lebih nyaman menggunakan media sosial karena merasa bisa mengontrol cara mereka mempresentasikan diri. Misalnya, seorang remaja merasa cemas ketika harus berinteraksi dengan teman-temannya di sekolah. Ia lebih memilih menghabiskan waktu di rumah sambil memantau aktivitas teman-temannya melalui media sosial. Namun, saat

ia melihat unggahan temannya tentang acara kumpul-kumpul yang tidak diikutinya, ia merasa terisolasi dan mulai khawatir bahwa ia ditinggalkan atau tidak dianggap sebagai bagian dari kelompok tersebut.

Individu dengan kecemasan sosial cenderung lebih sering menggunakan media sosial untuk mencari validasi (Sesva et al., 2022), tetapi hal ini justru meningkatkan rasa tidak aman karena mereka membandingkan kehidupan mereka dengan orang lain (Baker et al., 2016; Yogiswara et al., 2023). Penelitian oleh Elhai et al. (2016), ditemukan bahwa individu dengan kecemasan sosial lebih rentan merasa tidak cukup baik saat melihat orang lain menghadiri acara sosial atau menikmati pencapaian tertentu yang mereka anggap di luar jangkauan mereka. Perasaan tidak cukup ini menjadi bahan bakar utama bagi FoMO. Penelitian oleh Brand et al. (2019), ditemukan bahwa media sosial mempercepat siklus tekanan untuk tetap mengikuti pembaruan kelompok. Individu dengan kecemasan sosial sering merasa bahwa ketidakhadiran mereka dalam diskusi daring atau acara tertentu akan membuat individu semakin terisolasi.

Selanjutnya penelitian oleh Abel et al. (2016), FoMO sering muncul pada individu yang merasa bahwa mereka tidak cukup aktif atau kurang diterima di lingkungannya. Rasa kesepian ini diperparah oleh media sosial, yang terus memperlihatkan gambaran kesenangan orang lain. Ironisnya, semakin mereka menghindari interaksi langsung dan menggantinya dengan konsumsi media sosial, semakin mereka merasa terasing. Selanjutnya Przybylski et al. (2013) menyatakan bahwa FoMO lebih tinggi pada individu yang merasa tidak memiliki koneksi sosial yang bermakna, terutama individu dengan kecemasan sosial tinggi. Blackwell et al. (2017) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang kompulsif meningkatkan kecenderungan untuk membandingkan diri dengan orang lain, yang merupakan pemicu utama FoMO. Stead & Bibby (2017) menyoroti bahwa perasaan FoMO sering berakar pada kebutuhan untuk diterima, yang sangat tinggi pada individu dengan kecemasan sosial.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting dalam upaya pencegahan dan penanganan FoMO pada remaja. Meskipun komunikasi orang tua-anak tidak terbukti sebagai mediator yang signifikan, peran orang tua tetap krusial dalam membentuk kepercayaan diri dan keterampilan sosial anak. Oleh karena itu, sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling perlu memberikan edukasi mengenai kecemasan sosial dan literasi digital, serta mendorong keterlibatan orang tua dalam membangun komunikasi yang lebih terbuka. Selain itu, hasil ini menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengeksplorasi variabel mediasi lain yang mungkin lebih relevan, seperti regulasi emosi atau dukungan teman sebaya, guna memahami lebih dalam hubungan antara kecemasan sosial dan FoMO di kalangan remaja.

CONCLUSIONS

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara kecemasan sosial dan FoMO pada siswa kelas X dan XI jurusan TKJ SMK Negeri 1 Lubuk Pakam, di mana semakin tinggi kecemasan sosial, maka semakin tinggi pula tingkat FoMO. Kecemasan sosial juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap komunikasi orang tua-anak, namun komunikasi orang tua-anak tidak berpengaruh

signifikan terhadap FoMO, dan tidak memediasi hubungan antara kecemasan sosial dan FoMO. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel mediasi lain seperti regulasi emosi atau dukungan teman sebaya, serta menggunakan desain longitudinal untuk melihat perubahan FoMO dan kecemasan sosial dari waktu ke waktu. Selain itu, disarankan memperluas populasi dan mempertimbangkan faktor moderator seperti jenis kelamin atau latar belakang sosial ekonomi untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif dan dapat digeneralisasi.

REFERENCES

- 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 (JBER)*, 14(1), 33–44. <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., Ilyas, A., Fikri, M., Syahputra, Y., & Hariyani, H. (2019). An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary research from counseling perspective. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 295(ICETeP 2018), 270–273. <https://doi.org/10.2991/icetep-18.2019.65>
- Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018). Parent–Adolescent Communication and Problematic Internet Use: The Mediating Role of Fear of Missing Out (FoMO). *Journal of Family Issues*, 39(13), 3391–3409. <https://doi.org/10.1177/0192513X18783493>
- APJII. (2024). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. *Acta Diurna*, 6(1), 1–15. <https://www.apjii.or.id/>
- Baker, Z. G., Krieger, H., & LeRoy, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275–282. <https://doi.org/10.1037/tps0000075>
- Blackwell, D., Leaman, C., Trampusch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69–72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 104, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
- Chashmi, S. J. E., Arugute, M., Sadri, M., Montag, C., & Shahrajabian, F. (2023). Psychometric properties of the fear of missing out (FOMO) Scale in iranian students: Reliability, validity, factor structure, and measurement invariance. *Telematics and Informatics Reports*, 10, 100066. <https://doi.org/10.1016/j.teler.2023.100066>
- Clark, L. S. (2011). Parental mediation theory for the digital age. *Communication Theory*, 21(4), 323–343. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2011.01391.x>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (Fourth). SAGE Publications.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers*

- in *Human Behavior*, 63, 509–516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Haryono, S. (2016). Metode SEM Untuk Penelitian Manajemen dengan AMOS LISREL Smart PLS. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 450, 450.
- Hogan, B. (2018). Social media giveth, social media taketh away: Facebook, friendships, and APIs. *International Journal of Communication*, 12, 592–611.
- Nagari, W. S., Yuliansyah, M., & Handayani, E. S. (2023). Hubungan Fomo Dan Anxiety Terhadap Remaja Adiksi Medsos DiSmkn 1 Martapura. *Open Journal Systems*, 17(6), 1225–1238.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Sandjaja, S. S., & Syahputra, Y. (2019). Has a fear of missing out contributed to phubbing among students? *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(6), 219–230. <https://www.ijicc.net/index.php/volume-5-2019/178-vol-5-iss-6>
- Sesva, M., Syahputra, Y., & Erwinda, L. (2022). Predicting Social Media Addiction in Adolescent with Narcistic Variables: Predicting Social Media Addiction in Adolescent with Narcistic Variables. *Journal of Learning and ...*, 2(2), 13–20. <https://doi.org/10.46637/jlis.v2i2.19>
- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534–540. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>
- Syahputra, Y., Miswanto, M., & Hafni, M. (2023). Exploration of the fear of missing out internet based on demography. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 12(4), 2186–2193. <https://doi.org/10.11591/ijere.v12i4.25353>
- Syahputra, Y., Neviyarni, N., Netrawati, N., Karneli, Y., & Hariyani, H. (2019). Analisis Transaksional Dalam Setting Kelompok. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(2), 123. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i2.1998>
- Wijanto, S. H. (2008). Structural Equation Modeling dengan LISREL 8.8. *Evaluation of Mathematical Models*, 476.
- Wijayanto, H. (2013). Key User Terhadap Kesuksesan Implementasi Enterprise Resource Planning. *Jurnal Perilaku Dan Strategi Bisnis*, 1(2), 27–57.
- Yogiswara, J., Fitria, N., & Amira, I. (2023). Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan, dan Stres Terhadap Fear of Missing Out (FoMO) Media Sosial di SMAN 1 Kota Cirebon. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 16(2), 150–162. <https://doi.org/10.36760/jka.v16i2.297>