

BAB IV

DESKRIPSI DATA, PEMBUKTIAN HIPOTESIS, DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Pada tanggal 16 September 2023, peneliti mengantarkan surat penelitian ke SMPN 1 Tlanakan pamekasan. Pihak sekolah menerima surat penelitian dan mengizinkan peneliti untuk meneliti di SMPN 1 Tlanakan Pamekasan. Untuk pengambilan subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala *fear of missing out* dan skala kepercayaan diri. Pada hari senin 23 September 2023, peneliti datang ke SMPN 1 Tlanakan Pamekasan untuk meneliti. Sebelum peneliti menyebarkan kuisioner yang sudah di susun, peneliti terlebih dahulu melakukan uji validitas dan uji reliabilitas dari 40 item pernyataan dan dapat dikatakan 39 item pernyataan dikatakan valid dan 1 item pernyataan dikatakan tidak valid. Maka dengan hasil yang di dapatkan dan dikumpulkan dengan ini peneliti dijadikan data dalam penelitian ini.

Dalam penjabarannya ini penulis ingin menjelaskan beberapa persoalan yang dianggap penting untuk dibahas dan tentunya berhubungan dengan penelitian ini. Diantaranya yaitu hasil data yang didapat oleh peneliti selama meneliti di SMPN 1 Larangan.

1. Profil sekolah SMPN 1 Larangan Pamekasan.

Adapun profil sekolah SMP Negeri 1 Larangan Pamekasan sebagai berikut:

- a. Nama Sekolah : SMP Negeri 1 Tlanakan
- b. Alamat :

- 1) Jalan/Desa : Jl. Raya Branta Tinggi, Branta Tinggi
 - 2) Kecamatan : Tlanakan
 - 3) Kabupaten : Pamekasan
- c. Nama Kepala Sekolah : Azzahari, S.Pd.,MM
- d. Ruang Kelas : 15
- e. Perpustakaan : 1
- f. Sumber dana oprasional : BOS

2. Data Jumlah Peserta Didik

Tabel 4.1
Jumlah peserta didik

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	VII	124
2	VIII	134
3	IX	128
Jumlah		386

3. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam hal ini peneliti mengambil 30 siswa kelas IX untuk uji validitas dan reliabilitas yang terdiri dari 17 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan, untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas peneliti membutuhkan waktu 30 menit dimulai pada jam 08:30 dan selesai pada jam 08:30. Setelah peneliti memilih. Setelah peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas maka peneliti melakukan penelitian terhadap 97 siswa kelas IX yang terdiri dari 52 siswa laki-laki dan 45 siswa perempuan, dalam hal ini peneliti membutuhkan waktu 90 menit, dikarenakan kelas yang peneliti ambil terdiri dari 3 kelas.

A. Pembuktian Hipotesis

1. Uji Normalitas

Tabel 4.2

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		97
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	8,01066571
Most Extreme Differences	Absolute	0,194
	Positive	0,182
	Negative	-0,194
Test Statistic		0,194
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c

Dilakukan uji normalitas agar dapat mengetahui apakah masing-masing variabel dari penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Suatu variabel dikatakan berdistribusi normal apabila nilai taraf signifikansi dari SPSS lebih besar dari taraf signifikansi 0,05. Dari hasil uji normalitas diatas, diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu $0,00 < 0,05$ yaitu berarti variabel tidak berdistribusi normal. Dikarenakan data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka dalam hal ini peneliti menggunakan uji rank spearman untuk mengetahui apakah ada pengaruh *fear of missing out* terhadap kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan Pamekasan

2. Uji Rank Spearman

Uji rank spearman merupakan bagian dari statistic non parametrik (tidak memerlukan asumsi normalitas dan linearitas), tujuan dilakukan uji rank spearman adalah untuk mengetahui pengaruh antar variabel dimana arah pengaruh antar

variabel dapat bersifat positif ataupun negatif. Jika nilai signifikansi < 0.05 , maka ada pengaruh. Dan jika nilai signifikansi > 0.05 , maka tidak ada pengaruh.

Tabel 4.3
Pedoman Kekuatan pengaruh

Angka Koefisien	Kekuatan Pengaruh
0.00-0.25	Pengaruh sangat lemah
0.26-0.50	Pengaruh cukup
0.50-0.75	Pengaruh kuat
0.76-0.99	Pengaruh sangat kuat
1.00	Pengaruh sempurna

Berikut hasil dari uji Rank Spearman menggunakan SPSS 24

Tabel 4.4
Uji Rank Spearman

Correlations				
			FOMO	Kepercayaan Diri
Spearman's rho	FOMO	Correlation Coefficient	1,000	.749**
		Sig. (2-tailed)		0,000
		N	97	97
	Kepercayaan Diri	Correlation Coefficient	.749**	1,000
		Sig. (2-tailed)	0,000	
		N	97	97

Berdasarkan hasil uji rank reinsparman yang dilakukan dapat di ketahui bahwa:

- a. Nilai signifikansi atau Sig. (2-tailed) sebesar 0.000, karena nilai sig (2-tailed) < 0.05 , maka artinya ada pengaruh yang signifikan antara variabel FOMO dengan Kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan.

- b. Angka koefisien pengaruh 0.794, artinya tingkat kekuatan pengaruh antara variabel FOMO dengan Kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan adalah 0.0794 atau sangat kuat.
- c. Angka koefisien pengaruh pada hasil di atas, bernilai positif, yaitu 0,794, sehingga pengaruh kedua variabel tersebut bersifat searah, artinya semakin tinggi sindrom FOMO yang ada pada diri siswa maka akan semakin tinggi juga tingkat kepercayaan diri pada orang tersebut.

Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima. Artinya ada pengaruh yang sangat kuat dan searah antara *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan.

B. Pembahasan

FOMO merupakan perasaan takut melewatkan peluang besar. Merasa takut ,melewatkan berbagai hal viral atau terkenal yang bergerak mealui sosial media. Aliran informasi yang tidak terbatas di era digital sepenuhnya memberikan akses yang lebih mudah bagi kita. Kita dapat dengan mudah mengetahui semua detail berita dan informasi terbaru dari setiap penjuru dunia. Terutama melalui berbagai media sosial dan platform berbagi pesan singkat, kita bisa dengan mudah mengetahui aktivitas kerabat, keluarga bahkan selebritis.

Kepercayaan diri mereka yang menderita sindrom FOMO sangat rendah karena adanya sindrom FOMO yang menyebabkan orang merasa takut dan mengikuti orang lain. Seperti halnya dalam interaksi dengan Pendidikan yang berlangsung di sekolah yang tidak lepas dari masalah pribadi dan sosial,

sehingga apabila individu-individu tersebut mengalami rasa kurang percaya diri maka akan mempengaruhi perilaku sosialnya.¹

Tidak dapat di pungkiri bahwa dampak dari fenomena FOMO ini begitu besar, tak terkecuali bagi siswa di SMPN 1 Larangan. Mereka berlomba-lomba untuk mengikuti tren terbaru, mencari informasi terkini, berita dan gossip selebriti yang sedang ramai di perbincangkan. Hal ini mereka lakukan agar mereka tidak merasa tertinggal dengan hal-hal yang sedang trending di dunia luar.

FOMO merupakan salah satu jenis kondisi emosional yang diderita seseorang karena adanya kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi yaitu kebutuhan akan penerimaan dan pengakuan dari kelompoknya. Kita mulai bertanya pada diri sendiri, “saya ingin seperti mereka” atau “Wah, hidup mereka menyenangkan sekali, saya harus seperti mereka” yang mempengaruhi perasaan kita dan membuat kita merasa khawatir dan cemas, yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kehidupan yang kita jalani menjadi tidak sehat lagi. Ada dua kategori kebutuhan menurut Maslow. Yang pertama keinginan untuk mendapatkan kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, edukasi, kemandirian, dan kebebasan, hal ini termasuk ke dalam kebutuhan akan harga diri. Yang ke dua keinginan untuk mendapatkan pengakuan dari orang lain atas prestasi yang telah dicapainya dan kebutuhan untuk dihormati dan dihargai oleh orang lain. Kebutuhan harga diri yang diikuti oleh kebutuhan berkompetensi,

¹ Mirna Dei Kalisna, Nur Wahyumiani, “Hubungan Antara Sindrom FOMO (Fear Of Missing Out) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Pada Siswa Kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Godean Tahun Ajaran 2019/2020,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 55, no. 2 (Juni, 2021): 22, <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/1574>.

rasa percaya diri, kekuatan pribadi, prestasi dan kebebasan, ini termasuk kebutuhan akan harga diri.²

Perilaku takut ketinggalan ini juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, dan dapat menyebabkan seseorang kehilangan jati dirinya karena terlalu fokus pada sesuatu yang ada di luar daripada apa yang ada di dalam dirinya. Hal ini tentu saja berdampak negatif bagi kesehatan mental peserta didik. Karena pada saat mengikuti pembelajaran peserta didik harus siap fisik dan stabil mental nya agar dapat menerima pembelajaran secara maksimal dan meningkatkan potensi yang dimilikinya. pesrerta didik yang menderita FOMO akan terganggu mentalnya dan tentunya dapat berdampak pada segala aspek kehidupannya. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam perkembangan remaja. Bagi seorang pelajar kepercayaan diri sangat penting bagi kehidupannya yang juga akan mempengaruhi proses pergaulam dan proses belajarnya.³

Pzybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell memberikan ciri-ciri khusus dari FOMO tersebut yang meliputi sebagai berikut:⁴

- a. Keinginan yang terus-menerus untuk mengetahui apa yang ilakukan orang-orang disekitarnya.
- b. Selalu ingin tahu gosip terbaru.

² Asmadi, *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien* (Jakarta: Salemba Medika, 2008), 2.

³ Muhammad Riswan Rais, "Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangannya pada Remaja," *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 12, no. 1 (Januari, 2022): 41, <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/11935/5564>.

⁴ Muhammad Ali Hasan Abdullah, "Gambaran Fear of Missing Out (FOMO) pada Mahasiswa Pekanbaru" (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru, 2021), 9.

- c. Mengeluarkan uang melebihi kemampuan dan membeli barang-barang yang tidak di butuhkan dengan dalih agar tidak ketinggalan zaman
- d. Mengatakan “ya” bahkan disaat sedang tidak ingin.

Selain itu ada juga faktor yang bisa membuat seseorang terjangkit sindrom FOMO ini, seperti:

- a. Penggunaan gadget berlebih
- b. Membandingkan diri dengan orang lain
- c. Kurang bersyukur atas apa yang dimiliki

Dampak yang diberikan FOMO juga tidak sedikit, seperti:

- a. Menurunkan kepercayaan diri
- b. Menimbulkan kecemasan dan stress
- c. Gangguan finansial
- d. Menimbulkan perasaan negatif

Ada beberapa cara yang bis akita gunakan untuk mengatasi sindrom FOMO ini, diantaranya:

- a. Menggunakan media sosial seperlunya
- b. Ubah persepsi
- c. Bersyukur dan berpikir positif

Percaya diri adalah penilaian yang relatif tetap tentang diri sendiri, kemampuan, bakat, kepemimpinan, inisiatif, dan karakteristik lainnya. Serta keadaan atau kondisi yang mewarnai perasaan manusia. Menurut Maslow percaya diri merupakan dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri,

dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri.⁵

Tingkat kepercayaan diri dapat dibedakan menjadi empat, yakni:

- e. Sangat percaya diri
- f. Cukup percaya diri
- g. Kurang percaya diri
- h. Rendah diri

Ada berbagai faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri, diantaranya:

- a. Faktor internal
 - 1) Konsep diri
 - 2) Harga diri
 - 3) Pengalaman hidup
- b. Faktor eksternal
 - 1) Pendidikan.
 - 2) Lingkungan

Percaya diri memiliki beberapa ciri-ciri seperti:

- a. Percaya pada kemampuan sendiri
- b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan
- c. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri
- d. Berani mengemukakan pendapat

⁵ Derry Iswidharmanjaya, *Suatu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2013), 20.

Pada dasarnya sifat pemalu merupakan beban mental, karena banyak hal yang ingin sekali dilakukan menjadi tidak dapat dilakukan karena sifat pemalu menghalanginya. Setelah rasa percaya diri terbentuk, maka akan ada banyak sekali manfaatnya, diantaranya:

- 1) Dapat membantu individu dalam menerima dirinya sendiri
- 2) Yakin akan kemampuan yang dimiliki
- 3) Dihormati
- 4) Tidak takut dalam menghadapi tantangan
- 5) Tidak sulit dalam menentukan sebuah keputusan

Percaya diri memang bukan suatu hal yang bisa dilakukan dengan mudah dan bukan bawaan dari lahir. Percaya diri harus dibangun oleh diri sendiri, hal ini juga tergantung dengan pemahaman diri. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan seseorang untuk meningkatkan atau mengembangkan rasa percaya diri, diantaranya:⁶

- a. Memiliki kemauan yang keras.
- b. Biasakan untuk berani.
- c. Menjadi diri sendiri dan mandiri.
- d. Mau belajar dari sebuah kegagalan.
- e. Tidak mudah putus asa.
- f. Memiliki pendirian yang kuat.
- g. Bersikap kritis dan objektif.

⁶ Ibid. 33.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPN 1 Tlanakan pada tanggal 23 September 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 97 siswa berdasarkan hasil uji rank reinsparman yang dilakukan dapat di ketahui bahwa: Nilai signifikansi atau Sig. (2-tailed) sebesar 0.000, karena nilai sig (2-tailed) < 0.05 , maka artinya ada pengaruh yang signifikan antara variabel FOMO dengan Kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan. Angka koefisien sebesar 0.794, artinya tingkat kekuatan pengaruh antara variabel FOMO dengan Kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan adalah 0.0794 atau sangat kuat. Angka koefisien bernilai positif, yaitu 0,794, sehingga pengaruh kedua variabel tersebut bersifat searah, artinya semakin tinggi sindrom FOMO yang ada pada diri siswa maka akan semakin tinggi juga tingkat kepercayaan diri pada orang tersebut. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima. Artinya ada pengaruh signifikan yang sangat kuat dan searah antara *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Tlanakan.