

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah dan Persiapan

1. Orientasi Kancah

Penelitian yang dilakukan berfokus pada analisis korelasi antara kontrol diri dan FoMo pada pengguna TikTok. Sampel penelitian dibatasi pada mahasiswa berusia 18-25 tahun yang secara rutin menggunakan aplikasi TikTok. Instrumen penelitian berupa kuesioner online yang disebar melalui berbagai platform sosial media, termasuk *WhatsApp*, *Twitter*, *Instagram*, dan TikTok.

TikTok merupakan media sosial yang sudah mendunia, di Indonesia sudah lebih dari 100 juta pengguna TikTok. Pengguna TikTok di Indonesia berasal dari berbagai kalangan dan mayoritas penggunanya adalah remaja dan dewasa awal. Media sosial TikTok digunakan untuk mencari hiburan, mencari informasi dan mengasah kekreatifan, selain itu juga dapat menambah relasi di media sosial. TikTok dapat menjadi media sosial yang banyak memiliki manfaat dan menghubungkan bagi penggunanya. Sehingga, untuk pengguna media sosial TikTok khususnya mahasiswa penting untuk menggunakan secara bijak agar mencegah dampak negatif seperti *fear of missing out*.

2. Persiapan Penelitian

a) Persiapan Adminitrasi

Kriteria partisipan dipenelitian ialah mahasiswa berusia 18-25 tahun aktif menggunakan aplikasi TikTok, dengan memanfaatkan teknologi digital, pengumpulan data dilakukan secara online, sehingga prosedur perizinan institusi tidak diperlukan.

b) Persiapan Alat Ukur

1) Kontrol Diri

Skala alat ukur kontrol diri yang digunakan dipenelitian ini yaitu modifikasi dari skala penelitian Mudiarni (2018) beradasr pada kerangka konseptual Averill (1973) mengenai aspek kontrol perilaku, kognitif, dan pengambilan keputusan. Skala ini terdiri dari 30 aitem, dengan 15 aitem berorientasi positif dan 15 aitem berorientasi negatif. Responden diminta untuk memberikan penilaian pada setiap item menggunakan skala likert 4 jawaban. Sebelum digunakan, skala ini telah melalui proses validasi isi oleh 5 ahli untuk memastikan kevalidannya."

Tabel 4. 1 Blue Print Skala Kontrol Diri Setelah Uji Validitas Aiken's V

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	favorable	Unfavorable	
Kontrol Perilaku	1,2,5,6,9	3,4,7,8,11	10
Kontrol Kognitif	10,13,16,18,19	12,14,15,17,22	10
Kontrol Pengambilan Keputusan	20,21,25,26,27	23,24,28,29,30	10
	Jumlah		30

2) *Fear Of Missing Out*

Skala alat ukur FoMo yang dipakai dipenelitian ini ialah modifikasi dari penelitian Sangadah (2020), dengan mengadopsi kerangka konseptual Przybylski, dkk (2013) mengenai aspek *self* dan *relatedness*. Skala ini terdiri 36 aitem, dengan 18 aitem berorientasi positif dan 18 aitem berorientasi negatif. Responden diminta untuk memberikan penilaian pada setiap item menggunakan skala likert 4 jawaban. Sebelum digunakan, skala ini telah melalui proses validasi isi oleh 5 ahli untuk memastikan kevalidannya

Tabel 4. 2 Blue Print Skala Fear Of Missing Out Setelah Uji Validitas Aiken's V

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	favorable	Unfavorable	
Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>Relatedness</i>	1,3,6,7,9 10,11,14,15	2,4,5,8,12, 13,16,18,19	10 8
Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>self</i>	17,20 21,22,27 28,29,31,34,	23,24 25,26,30 32,33,35,36	4 6 8
Jumlah			36

3) Uji Coba Alat Ukur

Instrumen yang telah dimodifikasi akan diuji coba pada 45 responden penelitian yang memenuhi kriteria.. Pengujian coba dilaksanakan secara online melalui platform *Google Form*. Analisis reliabilitas instrumen akan dilakukan menggunakan aplikasi *SPSS for windows*.

Analisis hasil uji coba menghasilkan nilai reliabilitas dengan menyeleksi aitem. Pernyataan aitem yang terpilih adalah aitem yang reliabel untuk digunakan sebagai alat ukur selanjutnya.

a. Kontrol Diri

Analisis skala kontrol diri memperlihatkan jika dari 30 item, 9 item valid dan 21 item tidak valid. Item yang mempunyai koefisien $\alpha > 0,3$ ialah aitem nomor 1, 2, 5, 9, 4, 7, 8, 10, 13, 16, 12, 14, 17, 22, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, dan 30.

Meskipun demikian, reliabilitas skala kontrol diri secara keseluruhan masih dapat dikatakan baik dengan nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0.764.

Tabel 4. 3 Blue Print Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	favorable	Unfavorable	
Kontrol Perilaku	6	3,11	3
Kontrol Kognitif	18,19	15	3
Kontrol Pengambilan Keputusan	20	28,29	3
Jumlah			9

Berdasarkan tabel 4.3 di atas peneliti telah melakukan penyesuaian bobot dengan bluprint sebelumnya. Hal ini dilakukan guna memenuhi presentase bobot di setiap aspeknya, sehingga jumlah aitem di dalam aspek dapat proposional

b. *Fear Of Missing Out*

Setelah dilakukan analisis terhadap skala FoMo, ditemukan bahwa dari 36 pernyataan yang ada, hanya 26 pernyataan yang memenuhi kriteria validitas. Sebanyak 10 pernyataan, yaitu nomor 7, 9, 10, 14, 17, 18, 21, 24, 32, dan 33, dinyatakan tidak valid dan perlu dihapus. Meskipun demikian, uji reliabilitas menghasilkan nilai koefisien *alpha Cronbach* sebesar 0,914, yang mengindikasikan jika skala FoMo yang telah direvisi memiliki tingkat konsistensi yang reliabel.

Tabel 4. 4 Blue Print Skala Fear Of Missing Out Setelah Uji Coba

Aspek	Pernyataan		Jumlah
	favorable	Unfavorable	
Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>Relatedness</i>	1,3,6 11,15	2,4,5,8,12, 13,16,19	8 5
Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>self</i>	20 22,27 28,29,31,34,	23 25,26,30 35,36	2 5 6
Jumlah			26

Berdasarkan tabel 4.4 di atas peneliti telah melakukan penyesuaian bobot dengan bluprint sebelumnya. Hal ini dilakukan guna memenuhi presentase bobot di setiap aspeknya, sehingga jumlah aitem di dalam aspek dapat proposional

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data dilaksanakan ditanggal 12-17 Juni 2024. Kuesioner disebarkan melalui *link google form* dan terdapat informasi yang terdiri dari perkenalan peneliti, kriteria responden, identitas subjek, persetujuan pengisian, petunjuk pengisian dan skala kontrol diri serta skala *fear of missing out*.

Penyebaran kuesioner dibagikan pada teman terdekat dan beberapa aplikasi seperti TikTok, *Instagram*, *Whatsapp* dan *Twitter*. Cakupan subjek dalam penelitian ini yaitu dapat diperoleh secara luas disebagian wilayah Indonesia. Pengisian kuesioner ini terdiri dari responden berusia 18-25 tahun dan berstatus sebagai mahasiswa yang aktif menggunakan aplikasi media sosial Tiktok baik laik-laik dan perempuan.

Pengumpulan data dalam penelitian ini membutuhkan setidaknya kurang lebih 200 responden dan dalam proses penyebaran data peneliti memperoleh 226 responden yang kemudian disortir kembali sehingga yang digunakan dalam olah data yaitu berjumlah 223 responden.

C. Hasil Penelitian

1. Deskriptif Data

Deskriptif data untuk menjelaskan dan membuat rangkuman tentang data yang dikumpulkan sehingga data dapat disimpulkan. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner menggunakan Gform. Deskriptif data membantu untuk mengidentifikasi dan menjadi dasar untuk analisis statistik lebih lanjut.

a) Deskripsi Responden

1) Berdasarkan Usia

Tabel 4. 5 Kategorisasi Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase(%)
18	9	4,1 %
19	20	9,2 %
20	30	13,8 %
21	39	18 %
22	65	30 %
23	29	13,4 %
24	15	6,9 %
25	10	4,6 %
Total	217	100%

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dijelaskan jika usia responden dipenelitian ini ada diusia 18-25 tahun sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan sebelumnya. Pada tabel di atas disimpulkan jika responden usia 18 tahun berjumlah 9, usia 19 berjumlah 20, usia 20 berjumlah 30, usia 21 berjumlah 39, usia 22 berjumlah 65, usia 23 berjumlah 29, usia 24 berjumlah 15, dan usia 25 berjumlah 10.

2) Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 6 Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase(%)
Laki-Laki	61	28,1%
Perempuan	156	71,9%
Total	217	100%

Berdasarkan tabel 4.6, distribusi subjek dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin menunjukkan jika terdapat 61 laki-laki (28,1%) dan 156 perempuan (71,9%).

b) Deskripsi Data Penelitian

1) Nilai Empirik dan Nilai Hipotetik

Data yang didapat dalam penelitian ini dilakukan perhitungan atau olah data untuk mendapatkan skor empirik dan skor hipotetik

Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Xmax	Xmin	Mean	SD	Xmax	Xmin	Mean	SD
Kontrol Diri	27	12	19,22	2,857	36	9	22,5	4,5
FoMo	99	51	75,24	9,944	104	26	65	13

Keterangan:

Skor hipotetik : diperoleh dari skala

Skor empirik : diperoleh dari hasil penelitian

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa rata-rata skor empirik skala kontrol diri adalah 19,22 dengan standar deviasi 2,857. Nilai tersebut berbeda dengan asumsi skor mean hipotetik sebesar 22,5 dengan standar deviasi sebesar 4,5. Sedangkan skala *Fear of Missing Out* mempunyai skor mean empirik sebesar 75,24 dengan standar deviasi sebesar 9,944. Skor ini lebih tinggi dari skor rata-rata hipotetik yang diasumsikan sebesar 65 dengan standar deviasi 13.

Berdasarkan deskripsi data di atas, akan dilakukan kategorisasi terhadap skor yang diperoleh responden pada setiap variabel. Mengacu pada pendapat Azwar (2019), kategorisasi ini bertujuan untuk mengklasifikasikan responden ke kelompok sesuai dengan atribut tertentu. Berikut adalah rentang kategori yang akan dipakai :

Tabel 4. 8 Rentang Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus Norma
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$
Rendah	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Sangat Tinggi	$M + 1,5 SD < X$

Keterangan:

X : skor total

M : mean

SD : standar deviasi

Berdasarkan rentang pada tabel 4.8 rentang normal pada tabel di atas maka peneliti mengategorisasikan menjadi lima kategorisasi pada setiap variabel.

Tabel 4. 9 Kriteria Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Kontrol Diri	FoMo
Sangat Rendah	$X \leq 14,95$	$X \leq 60,29$
Rendah	$14,95 < X \leq 17,79$	$60,29 < X \leq 70,23$
Sedang	$17,79 < X \leq 20,64$	$70,23 < X \leq 80,17$
Tinggi	$20,64 < X \leq 23,49$	$80,17 < X \leq 90,11$
Sangat Tinggi	$23,49 < X$	$90,11 < X$

Berdasarkan tabel 4.9 di atas menunjukkan jika rentang sangat rendah pada skala kontrol diri yaitu kurang dari 14,95 sedangkan, pada skala FoMo kurang dari 60,29. Rentang rendah pada skala kontrol diri yaitu diantara lebih dari 14,95 atau kurang dari 17,79 dan pada skala FoMo yaitu diantara lebih dari 60,29 atau kurang dari 70,23. Rentang sedang pada skala kontrol diri yaitu diantara lebih dari 17,79 atau kurang dari 20,64 dan pada skala FoMo yaitu diantara lebih dari 70,23 atau kurang dari 80,17. Rentang tinggi

pada skala kontrol diri yaitu diantara lebih dari 20,64 atau kurang dari 23,49 dan pada skala FoMo yaitu diantara lebih dari 80,17 atau kurang dari 90,11. Rentang sangat tinggi pada skala kontrol diri yaitu lebih dari 23,49 dan pada skala FoMo lebih dari 90,11.

Tabel 4. 10 Kategorisasi data tiap variabel

Kategorisasi	Kontrol Diri		FoMo	
	Frekuensi	Presentase(%)	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Rendah	9	4,1%	13	6%
Rendah	51	23,5%	58	26,7%
Sedang	80	36,9%	83	38,2%
Tinggi	64	29,5%	46	21,2%
Sangat Tinggi	13	6%	17	7,8%
Total	217	100%	217	100%

Berdasarkan tabel 4.10 kategorisasi menunjukkan bahwa pada skala kontrol diri yang terdiri dari 217 responden diperoleh untuk kategorisasi sangat rendah 9 dengan presentase 4,1%, kategorisasi rendah 51 dengan presentase 23,5%, kategorisasi sedang 80 dengan presentase 36,9%. Kategorisasi tinggi 64 dengan presentase 29,5% dan kategorisasi sangat tinggi 13 dengan 6%. Pada skala FoMo kategorisasi sangat rendah diperoleh 13 dengan presentase 6 %, kategorisasi rendah 58 dengan presentase 26,7%, kategorisasi sedang 83 dengan presentase 38,2%, kategorisasi tinggi 46 dengan presentase 21,2%, dan kategorisasi sangat tinggi 17 dengan presentase 7,8,7%.

2. Analisis Data

a) Uji normalitas

Sebelum analisis statistik lebih lanjut, uji normalitas perlu dilakukan guna mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini ialah salah satu asumsi dasar distatistik parametrik guna menguji normalitas data, digunakan program statistik *SPSS*.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas

Variabel	sig	Interpretasi
Kontrol Diri	0,000	Tidak Normal
Fear of Missing Out	0,014	Tidak Normal

Berdasarkan tabel diatas analisis uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (sig) untuk skala kontrol diri dan skala *fear of missing out* < 0,05. Hal ini mengindikasikan jika pada kedua skala tidak berdistribusi normal.

b) Uji linearitas

Sebelum melakukan analisis regresi, perlu dilakukan uji linearitas guna melihat apakah korelasi antara variabel bebas dan variabel tergantung bersifat linear. Uji linearitas ini merupakan salah satu asumsi dasar dalam analisis regresi. Untuk menguji linearitas data, digunakan program statistik *SPSS for windows*.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Interpretasi
Kontrol Diri Fear Of Missing Out	0,550	0,901	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas tabel 4.12 diatas diperoleh nilai sig 0,901 < 0,05 sehingga dapat dikatakan jika kedua variabel dipenelitian ini mempunyai hubungan yang linear.

3. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hasil uji normalitas memperlihatkan jika data tidak berdistribusi normal, sehingga untuk menguji hipotesis penelitian ini dipilih menggunakan uji korelasi *Spearman rho*. Uji korelasi *Spearman* ialah uji statistik *non-parametrik* yang digunakan guna mengukur kekuatan dan arah korelasi antara dua variabel.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis

Variabel bebas	Variabel Tergantung	Koefisien Korelasi Spearman Rho	Signifikasi
Kontrol Diri	Fear Of Missing Out	0,330	0,000

Berdasarkan tabel 4.13 hasil uji korelasi *Spearman rho*, menghasilkan nilai koefisien korelasi senilai 0,330 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Hasil ini memperlihatkan ada hubungan positif yang signifikan antara variabel kontrol diri dan *fear of missing out*.

Sehingga, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut dapat diterima

Tabel 4. 14 Kategorisasi Determinan

Variabel	Nilai Korelasi (r)	Nilai R Square	Ket
Kontrol Diri dengan <i>Fear Of Missing Out</i>	0,338	0,114	11,4 %

Berdasarkan nilai R square menunjukkan koefisien determinasi sebesar 11,6% yang dimana artinya kontrol diri memiliki kontribusi pada variabel *fear of missing out* sebesar 11,6%.

D. Pembahasan

Penelitian mempunyai tujuan guna menguji korelasi antara variabel kontrol diri dan *fear of missing out* pada mahasiswa yang menggunakan media sosial TikTok. Sebelum pengujian hipotesis utama, dilakukan uji prasyarat untuk memastikan jika kedua variabel mempunyai hubungan yang signifikan secara statistik.

Hasil uji normalitas melihat bahwa data kontrol diri dan FoMo tidak berdistribusi normal. Nilai signifikansi (sig) sebesar 0,000 untuk kontrol diri dan 0,014 untuk FoMo, keduanya kurang dari 0,05. Namun uji linieritas memperlihatkan adanya hubungan linier antara kedua variabel. Nilai signifikansinya sebesar 0,901 lebih besar dari 0,05. Artinya, data tidak

mengikuti distribusi normal, tetapi terdapat hubungan linier antara kedua variabel.

Uji hipotesis korelasi *Spearman* melihat bahwa terdapat korelasi positif yang tinggi antara kontrol diri dan *fear of missing out*. Koefisien korelasi sebesar 0,330 dengan nilai sig 0,000 mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri seseorang, sehingga semakin tinggi pula kecenderungannya untuk mengalami *fear of missing out*. Hasil ini berbeda dengan hipotesis yang diajukan.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu Maza dan Aprianty (2022). Penelitian tersebut menghasilkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kontrol diri dan *fear of missing out*, di mana individu dengan kontrol diri yang tinggi cenderung mempunyai tingkat *fear of missing out* yang lebih rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa kontrol diri dapat berperan sebagai mekanisme koping untuk mengatasi *fear of missing out*.

Berdasarkan analisis data, dihasilkan nilai rata-rata skor empirik sebesar 75,22 pada variabel *fear of missing out*, sementara skor hipotetik yang ditetapkan sebelumnya adalah 65. Perbedaan yang signifikan antara kedua nilai ini melihatkan jika tingkat *fear of missing out* yang dialami oleh mahasiswa pengguna TikTok jauh lebih tinggi daripada yang diprediksi dalam hipotesis penelitian. Hasil ini mengindikasikan bahwa penggunaan TikTok berkontribusi terhadap peningkatan perasaan takut ketinggalan pada mahasiswa.

Penelitian ini melibatkan mahasiswa yang berusia 18-25 tahun. Hasil kategorisasi berdasarkan usia melihat bahwa kelompok usia 22 tahun memiliki jumlah subjek terbanyak, yaitu sebanyak 65 orang atau sekitar 30% dari total sampel. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Amelia dan Akbar (2023) yang menyimpulkan jika individu dalam rentang usia dewasa awal, khususnya usia 22 tahun, memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami *fear of missing out*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh bahwa 83 responden (38,2%) memiliki tingkat *fear of missing out* yang tergolong sedang. Hasil ini sesuai dengan hasil analisis pada variabel kontrol diri, di mana 80 responden (36,9%) juga berada pada kategori sedang. Menurut Rasyida (2020), individu dengan tingkat sedang pada kedua variabel ini mengindikasikan adanya kemampuan untuk mengelola keinginan untuk terus-menerus terhubung dengan media sosial, namun tetap memiliki kecenderungan untuk berinteraksi. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk secara selektif memilih stimulus yang relevan dan menghindari paparan informasi yang tidak perlu.

Hipotesis dalam penelitian ini diterima namun berlawanan dengan hipotesis awal. Menurut Umar (2024) hal ini mungkin disebabkan karena kesalahan sampling, kesalahan dalam melakukan pengukuran, kesalahan dalam mengaplikasikan teori, dan atau juga karena kesalahan lain yang belum dapat diketahui oleh peneliti dan dianggap bersifat random.

Milyavskaya, Saffran, Hope, dan Koestner (2018) menjelaskan bahwa faktor yang sangat penting atau menjadi penyebab ketakutan kehilangan yaitu media sosial, karena orang yang memiliki kontrol diri yang tinggi dapat mengatur perilaku, emosional, dan pikirannya untuk mencegah keinginan mereka untuk terus berhubungan dengan dunia.

Nilai yang diperoleh dari koefisien determinasi yaitu 0.114, nilai tersebut menunjukkan kontribusi variabel kontrol diri menyumbang 11,4% pada *fear of missing out*. Kemudian, sisa sebesar 88,6% dapat disebabkan oleh faktor lain. Misalnya, penelitian Rahmi dan Sukarta (2020) menemukan bahwa ketakutan untuk ketinggalan (FoMo) berhubungan dengan kecenderungan merasa cemas ketika tidak bisa menggunakan ponsel (*nomophobia*) pada mahasiswa. Perilaku *nomophobia* memiliki ciri seperti perasaan cemas dan gelisah bila ponsel tidak ada didekatnya, dalam arti lain individu tersebut tidak dapat jauh dengan *smarthphone* karena takut jika tidak mengikuti aktivitas yang ada di media sosial. Hal ini dapat mengganggu rutinitas sehari-harinya.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya dapat disebabkan karena pergerakan fungsi dari media sosial TikTok yang awalnya TikTok digunakan untuk mengikuti *trend* yang tidak bermanfaat akan tetapi semakin terus berkembangnya informasi, TikTok menjadi wadah bagi penggunaannya untuk mencari hal-hal yang ingin diketahui lebih luas.

Penelitian dari Asyari dan Minarisa (2022) menjelaskan jika penggunaan media sosial yang dilakukan secara positif dapat memberikan

dampak yang baik seperti minat belajar pada mahasiswa, karena di media sosial mahasiswa dapat melepaskan penat atau stress akademik yang bebarengan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada. Media sosial TikTok dapat digunakan untuk menghilangkan stress dengan melihat konten hiburan yang bermanfaat atau yang didalamnya ada unsur edukasi yang dibalut secara menyenangkan.

Hasil penelitian oleh Deriyanto dan Qorib (2018) juga menjelaskan mahasiswa percaya bahwa TikTok adalah aplikasi media sosial yang bagus karena memungkinkan mereka untuk menghibur, menemukan informasi, dan membangun hubungan. Sehingga mahasiswa memiliki persepsi bahwa TikTok menjadi sarana hiburan untuk mengekspresikan diri dan tidak jauh-jauh dari hal yang positif dengan diterima oleh para pengguna TikTok.

Bulele dan Wibowo (2020) menjelaskan, aplikasi TikTok tidak hanya berfokus pada informasi dan hiburan, namun menurut responden yang sudah diwawancara mengatakan jika manfaat selama bermain TikTok dapat melatih kemampuannya dalam hal editing untuk membuat konten yang lebih menarik. Jadi, aplikasi TikTok dapat dijadikan sebagai tempat mengasah kekreatifan penggunanya.

Hasil wawancara dari beberapa mahasiswa dari penelitian yang Febrina, Iriany dan Firdaus (2023) menjelaskan jika dampak yang dirasakan selama menggunakan TikTok yaitu dapat memperoleh informasi yang luas tentang bisnisnya, mendapatkan informasi yang *up to date*, dapat belajar membuat

konten video hingga proses editingnya, dan dari aplikasi TikTok dapat melatih kemampuan *public speaking* ketika para penggunanya membuat video.

Kontrol diri memang merupakan faktor penting dalam mencegah FoMO pada mahasiswa pengguna TikTok. Mahasiswa yang dapat bertanggung jawab dalam mengatur aktivitasnya dalam menggunakan media sosial, maka mahasiswa akan terhindar dari *fear of missing out*.

Berdasarkan pembahasan yang sudah diuraikan, penemuan dalam penelitian ini berlawanan dengan hipotesis awal. Salah satu penyebabnya karena perputaran penggunaan dari media sosial TikTok. Mahasiswa yang menggunakan aplikasi TikTok sudah mampu memilih dan memanfaatkan konten yang akan diikutinya. Meskipun hasil ini memperlihatkan adanya kelompok mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang cukup namun tetap mengalami *fear of missing out*, hal ini tidak selalu mengindikasikan adanya dampak negatif, dalam konteks penggunaan TikTok, *fear of missing out* dapat diartikan sebagai motivasi positif bagi mahasiswa guna aktif mencari informasi yang relevan, seperti berita politik, tutorial pembelajaran, dan pengetahuan baru lainnya. Selain itu, *fear of missing out* juga dapat memotivasi mahasiswa untuk membangun relasi sosial dengan pengguna TikTok lainnya. Maka dari itu, *fear of missing out* dalam konteks ini dapat diposisikan sebagai motivasi intrinsik yang mendorong mahasiswa untuk memanfaatkan TikTok secara produktif