

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, terkait permasalahan menikah muda di Indonesia menjadi salah satu isu sosial yang sangat menarik perhatian banyak kalangan. Di Indonesia, batas usia minimal menikah diatur dalam (Undang-Undang Perkawinan No. 16 Tahun 1974, 2019), yaitu 19 tahun untuk laki-laki dan perempuan. Namun, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2017) merekomendasikan usia ideal pernikahan yang lebih matang, yakni umur 21 tahun untuk perempuan dan 25 tahun untuk laki-laki, dengan pertimbangan kesiapan fisik, mental, dan ekonomi. Pada usia ini perkembangan reproduksi pada perempuan sudah optimal secara psikologis dan fisik sehingga mereka siap untuk melahirkan. Kemudian pada laki-laki usia ini telah mencapai kondisi psikis dan fisik yang cukup kuat, yang memungkinkan mereka untuk mendukung kehidupan keluarga serta memberikan perlindungan dalam aspek emosional, sosial, dan ekonomi (Safitri, Surdin, & Anndrias 2023).

Meskipun aturan dan rekomendasi usia telah ditetapkan, pernikahan muda usia 19-25 tahun masih menjadi fenomena yang banyak dibahas di Indonesia. Hal ini didukung dengan adanya data BPS pada Laporan Statistik Indonesia 2024 mencatat bahwa angka pernikahan pada 2023 sebanyak 1,5 juta. Kemudian didukung dengan adanya laporan *School Media News* (Saiful, 2024) yang mengambil data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) pada

tahun 2023, Indonesia mencatatkan 25,53 juta pernikahan muda di Indonesia, sehingga Indonesia peringkat keempat secara global.

Selanjutnya, tren menikah muda dalam penelitian ini didefinisikan sebagai fenomena sosial yang mengarah pada pernikahan yang dilakukan oleh individu berusia 19-25 tahun yang secara hukum sudah memenuhi syarat usia perkawinan, tetapi secara psikososial termasuk dalam fase *emerging adulthood* yang masih rentan terhadap pengaruh eksternal seperti tekanan sosial (Arnett, 2000). Tren menikah muda ini dapat dipengaruhi banyak faktor seperti faktor sosial, budaya, ekonomi, dan pengaruh media sosial. Istilah pernikahan muda berbeda dengan pernikahan dini (*underage marriage*) yang merujuk pada pernikahan di bawah usia 19 tahun dan memerlukan dispensasi pengadilan. Tren menikah muda ini bisa dilihat melalui sosial media yaitu instagram, tiktok, dan lain-lain. Dimana banyak influencer dan selebgram yang sudah menikah dan memiliki banyak pengikut sering memberikan postingan-postingan mengenai kehidupan pernikahan muda yang menyenangkan sehingga melalui postingan itu banyak dari pengikutnya terinspirasi untuk menikah muda juga.

Selain itu juga banyak akun-akun di media sosial yang berfokus terhadap pernikahan muda seperti akun instagram @Gerakannikahmuda yang dibuat oleh La Ode Munafar seorang inspirator, penulis, dan trainer muda pada tahun 2015, akun ini banyak menjelaskan mengenai pentingnya mengenal cinta dalam islam (Mauludy, 2018). Kemudian terdapat akun tiktokers @mamanyaacel yang memiliki pengikut 889 ribu dimana akun ini memposting video yang menjelaskan bagaimana menyenangkan menikah muda dan

memperlihatkan kemewahan serta kebahagiaan setelah menikah muda sehingga video tersebut mendapatkan komentar baik positif maupun negatif dari masyarakat termasuk generasi muda.

Kemudian, pada tahun 2023 tanggal 20 Agustus, masyarakat Indonesia digemparkan oleh kabar menikahnya Azizah Salsha umur 19 tahun dan Pratama Arhan 22 tahun. Hal ini menjadi sorotan publik karena pernikahannya menjadi salah satu contoh pernikahan muda sehingga hal ini membuat pernikahan mereka menarik perhatian publik terutama di kalangan generasi muda dan dari pernikahan ini munculah hastag #menikahmuda yang membuat tren pernikahan muda ini semakin disorot, apalagi didukung dengan teman-temannya yang sering membagikan momen mereka sehingga generasi muda yang melihatnya menjadi tertarik.

Selanjutnya, pada tahun 2024 tanggal 4 Oktober, masyarakat Indonesia juga digemparkan oleh kabar menikahnya Gus Zidan dan Kamila Asyifa yang keduanya menjadi sorotan publik karena mempelai pria yang berumur 19 tahun dan perempuan 17 tahun sehingga pernikahan mereka mendapatkan banyak komentar baik itu negatif maupun positif. Pernikahan muda yang dilakukan keduanya banyak menarik perhatian masyarakat Indonesia terutama generasi muda dan menciptakan tren baru melalui hastag #menikahmuda sehingga hal ini menimbulkan banyak diskusi baru mengenai menikah muda dan menunjukkan bahwa pernikahan di usia muda menjadi pilihan yang menarik.

Pernikahan merupakan ikatan yang sakral antara dua individu yang diakui secara hukum dan sosial, dimana kedua individu berkomitmen untuk

hidup bersama, saling mendukung, dan membentuk keluarga. Majelis Ulama Indonesia (MUI) menjelaskan bahwa pernikahan usia muda merupakan pernikahan yang dilakukan dengan memenuhi syarat dan rukun, tetapi salah satu pasangan mungkin secara mental mereka belum siap dalam menghadapi tanggung jawab di rumah tangga (Farhan, Nurbayan, & Nurhasanah, 2023). Menurut Hermambang, Ummah, Gratia, Sanusi, Ulfa, & Nooraeni (2021) terdapat beberapa faktor terjadinya pernikahan muda seperti faktor pendidikan, budaya, dan ekonomi. Selain itu terdapat faktor lain yang dapat mendorong terjadinya pernikahan muda yaitu adanya kekhawatiran orang tua terhadap perilaku anak-anaknya yang memiliki tujuan agar menghindari aib (Liesmayani, Nurrahmaton, Juliani, Mauliza, & Ramini, 2015).

Pernikahan muda telah menjadi hal yang biasa di masyarakat, hal ini disebabkan adanya norma sosial yang ada. Anak muda atau remaja yang baru berusia 19 tahun yang telah lulus Sekolah Menengah Atas (SMA) tetapi tidak melanjutkan pendidikan atau tidak bekerja seringkali mendapatkan pandangan yang mendorong mereka untuk cepat melakukan pernikahan. Menikah muda dianggap sebagai cara mengatasi berbagai masalah sosial, seperti kehamilan di luar nikah, serta sebagai langkah menuju stabilitas ekonomi dan sosial. Menurut Dewi, Hanum, Lubis, Fazrah, & Saleh (2024) menyatakan bahwa pernikahan sebagai salah satu institusi yang memiliki dampak signifikan pada stabilitas ekonomi individu dan masyarakat secara luas. Penyebab pernikahan muda juga dapat disebabkan oleh kehamilan diluar nikah (*married by accident*), hal ini

sering terjadi untuk memperkuat hubungan, serta mengikuti tradisi keluarga dan adat istiadat setempat (Mubasyaroh, 2016).

Pernikahan muda juga berdampak negatif pada kesehatan seperti resiko keguguran, persalinan prematur, berat badan lahir rendah, mengalami kelainan bawaan, memicu adanya infeksi, mengalami anemia selama kehamilan, kematian ibu, dan masalah kesehatan lainnya (Lestari, Sumiati, & Muhlis, 2023). Berbagai faktor berkontribusi pada tren ini, seperti perubahan norma sosial, pengaruh budaya, dan aksesibilitas informasi melalui media sosial. Menurut Gusnarib dan Rosnawati (2020) pasangan yang menikah di usia muda akan cenderung lebih rentan terhadap konflik dengan pasangan mereka. Akibatnya, mereka akan sering kali bersikap keras dan kasar terhadap anak-anak mereka, yang dapat menyebabkan anak berkembang dengan tidak baik seperti sulit diatur. Hal ini akan berpotensi menghambat keluarga dalam mencapai tujuan pernikahan atau perkawinan yang harmonis dan stabil.

Kemudian, di sisi lain terdapat media sosial yang mudah diakses dan mudah mendapatkan informasi baru yang menciptakan lingkungan yang berbeda bagi generasi muda dan dengan melihat konten-konten di media sosial mereka akan mudah terpapar oleh konten yang menunjukkan kehidupan ideal dan glamor dari pasangan muda yang kemudian akan menciptakan lingkungan dimana pernikahan terlihat semakin menarik bagi generasi muda. pasangan muda yang sering melihat konten-konten yang menampilkan momen bahagia, gaun pernikahan yang indah, dekorasi pernikahan yang megah, kesenangan hidup bersama. Melalui postingan mereka akan cenderung membandingkan diri

sendiri terhadap orang lain dan merasakan tekanan untuk mengikuti tren sehingga mereka terdorong untuk ingin segera menikah sehingga banyak anak muda yang merasa bahwa menikah muda adalah jawaban untuk mencapai kebahagiaan dan status sosial yang di idamkan.

Dewasa awal adalah suatu masa transisi penting pada kehidupan individu, dimana tahap ini individu banyak mengalami perubahan yang signifikan termasuk transisi dari pendidikan ke dunia kerja, pembentukan identitas diri, dan pengambilan keputusan besar dalam kehidupannya terkait dengan pernikahan, karir, dan hubungan sosialnya. Menurut Tsani (2021) pada masa dewasa awal dari perspektif psikologis, individu dapat mengatur hidupnya dengan baik, mampu menyelesaikan berbagai masalah yang terjadi di hidupnya, dan ingin berusaha untuk menjadi lebih baik serta lebih kreatif dan secara biologis, sistem reproduksi juga mulai matang yang memungkinkan untuk melakukan pernikahan.

Masa dewasa awal menurut Hurlock terjadi pada usia 19-40 tahun yang ditandai dengan individu ingin bereksperimen dan banyak eksplorasi dalam kehidupannya. Saat mulai memasuki dewasa awal, penampilan menjadi perhatian utama untuk dapat menarik orang lain. Menurut Maulani (2019) mereka mengumpulkan uang untuk merawat wajah, tubuh mereka dengan menggunakan produk kosmetik baik yang bersifat tradisional maupun modern. Hal ini sangat penting bagi wanita yang memasuki dewasa awal, sehingga pada waktu ini wanita mulai menyadari apa kekurangan yang ada pada tubuhnya sehingga mereka berusaha untuk melakukan perawatan serta berolahraga.

Hasil wawancara yang dilakukan tanggal 16 April 2025 terhadap saudari A (22 tahun) menikah usia 19 tahun, meski secara hukum sudah memenuhi batas minimal pernikahan, namun saudari A mengaku bahwa belum siap untuk menghadapi realitas kehidupan pernikahan. Ekspektasi romantis di media sosial tidak sesuai dengan nyatanya seperti beban ekonomi, pengasuhan anak, dan tanggung jawab. Dengan umur yang sangat muda saudari A mengatakan bahwa ia kurang paham bagaimana cara mendidik dan mengurus anak serta ia belum bisa mengontrol emosi sehingga ia sering meluapkan amarahnya ke anak atau ke suaminya yang mengganggu keharmonisan keluarga. Menurut A usia ideal menikah itu 24-28 tahun karena secara mental dan finansial sudah mencukupi.

Banyak wanita terutama yang berada di usia dewasa awal, sering kurang percaya diri terhadap penampilan diri mereka, hal ini membuat mereka cenderung membandingkan tubuh mereka dengan wanita lain yang dianggap lebih menarik. Situasi ini sering kali menyebabkan pandangan negatif terhadap diri sendiri, karena kebanyakan dari mereka merasa kurang puas dengan kondisi tubuh yang dimiliki (Dewi & Nursanti, 2022). Salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh dewasa awal adalah membangun citra diri yang positif termasuk *body image*, yang sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk media sosial karena media sosial membentuk standar kecantikan untuk tampil sempurna.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara pada tanggal 16 April 2025 terhadap saudari A, meskipun secara hukum umur A sudah memenuhi syarat pernikahan, namun ia mengaku belum sepenuhnya siap menghadapi perubahan

fisik setelah menikah dan memiliki anak, ia mengalami kenaikan berat badan dan *stretch mark* akibat penggunaan KB, yang membuat kurang percaya diri dengan penampilannya. Dampak yang dirasakan ia sering membandingkan diri dengan teman atau orang lain, menghindari interaksi sosial. Dengan ini disimpulkan bahwa kesiapan menikah tidak hanya ditentukan oleh usia yang secara hukum sudah ideal 19+ tahun, tetapi juga oleh kematangan mental dan kesiapan psikologis, jika hal ini belum siap maka dapat menimbulkan masalah pada diri sendiri terutama terkait kepercayaan diri dan menurunnya *body image*.

Hasil wawancara pada tanggal 16 April 2025 dengan inisial P umur 21 tahun belum menikah, menunjukkan bahwa tren menikah muda ini memberikan pengaruh yang beragam terhadap pandangan mereka tentang pernikahan. Ada dorongan untuk menikah cepat terutama saat melihat konten romantis pasangan muda, namun juga terdapat kekhawatiran terkait kesiapan dan konsekuensi pernikahan muda, apalagi jika belum siap secara mental dan ekonomi. Hal ini didukung dengan teori perkembangan psikososial Erikson (1950), fase dewasa awal merupakan tahap di mana individu menghadapi krisis *intimacy vs isolation*. Tahap ini, individu berusaha membangun hubungan intim yang kuat dan bermakna sebagai fondasi kehidupan sosial dan emosional mereka, keinginan untuk menikah dapat dilihat sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan akan keintiman tersebut. Namun ketakutan seperti salah memilih pasangan atau kehilangan kebebasan mencerminkan konflik internal antara kebutuhan akan keintiman dengan kekhawatiran akan kehilangan identitas diri.

Menurut P usia ideal menikah itu antara 25-30 tahun karena usia ini cukup matang secara emosional maupun finansial untuk memulai komitmen jangka panjang, dan usia dibawah itu dianggap terlalu dini karena berbagai alasan seperti karir belum stabil, kesiapan mental belum optimal, serta adanya ketakutan terhadap perubahan fisik setelah menikah. Secara positif P memandang tren menikah muda ini sebagai inspirasi dan motivasi, kemudian dari sisi negatif tren menikah muda ini menimbulkan banyak kekhawatiran terkait resiko perceraian, hambatan karir, kurangnya kebebasan pribadi, tanggung jawab pernikahan dan lain-lain.

Penelitian ini, peneliti memilih dewasa awal yang belum pernah menikah sebagai subjek penelitian karena individu dewasa awal berada pada fase perkembangan penting dimana mereka membentuk identitas diri dan mulai mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan termasuk penampilan fisik dan hubungan sosial. Berdasarkan hasil wawancara, dewasa awal yang belum menikah akan lebih sedikit pengalaman dibandingkan yang sudah menikah sehingga dengan memilih dewasa awal yang belum menikah peneliti dapat mengeksplorasi bagaimana keterpaparan media sosial yang mempengaruhi persepsi mereka terhadap diri sendiri dan *body image*.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) *body image* adalah representasi mental mengenai tubuh yang meliputi persepsi terhadap penampilan, perasaan dan pemikiran terkait tubuh, serta bagaimana rasanya berada dalam tubuh yang memiliki fungsi dan kemampuan tertentu. *Body image* merupakan suatu persepsi seseorang terhadap penampilan fisiknya, yang dapat mencakup

berbagai hal seperti penilaian terhadap bentuk tubuh, berat badan, dan bentuk fisik lainnya. Menurut Maryam dan Ifdil (2019) *body image* adalah pandangan subjektif yang dimiliki oleh seseorang tentang dirinya sendiri, yang mencakup penilaian sosial dan sejauh mana individu merasa diterima dengan menyesuaikan diri pada standar yang ditentukan oleh masyarakat.

Menurut Rengga dan Soetjningsih (2022) *body image* merupakan konstruksi yang terdiri dari beberapa dimensi yang mencakup persepsi diri, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan penampilan fisik seseorang. Terdapat faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan *body image* menurut Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu jenis kelamin, hubungan interpersonal, dan media massa. Salah satu faktor media massa ini dapat menjadi faktor yang penting dalam menurunnya *body image* karena menyediakan *platform* bagi individu untuk melakukan perbandingan sosial terus-menerus yang seringkali menghasilkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Hal ini didukung dengan teori Festinger yang menjelaskan bahwa manusia memiliki dorongan alami untuk menilai diri mereka dengan cara membandingkan diri mereka dengan orang lain (Fakhri, 2017). Di era digital saat ini, ketika individu melihat postingan ideal dari teman di media sosial, mereka akan melakukan perbandingan diri sendiri, hal ini yang akan memicu fenomena *fear of missing out* (FoMO).

Kemudian, *body image* pada dewasa awal di tengah tren menikah muda ini dapat mempengaruhi standar ideal dimana dengan melihat konten-konten pasangan muda yang menikah hal ini akan membuat dewasa awal menciptakan tekanan untuk memenuhi standar fisik yang dianggap lebih menarik.

selanjutnya, dewasa awal akan memiliki keinginan untuk membandingkan diri mereka dengan pasangan lain yang terlihat sempurna sehingga hal ini akan mempengaruhi kepercayaan diri serta *body image* mereka. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dewasa awal menganggap fenomena menikah muda ini menarik karena memiliki hubungan yang halal dan adanya teman berbagi, namun juga memiliki kekhawatiran akan tanggung jawab seperti bangun pagi, memasak, masalah ekonomi, perubahan gaya hidup, dan perubahan fisik selama masa kehamilan dan sesudah melahirkan yang akan mempengaruhi penampilan.

Selanjutnya, di tengah tren menikah muda ini, dewasa awal seharusnya memiliki *body image* yang positif dan sehat sehingga mereka dapat membedakan mana yang baik dan kurang baik untuk diri mereka sendiri. Menurut Ayodya dan Jayanti (2023) individu dengan *body image* positif tidak mudah terpengaruh oleh standar kecantikan yang ditetapkan masyarakat dan dapat menerima perubahan alami pada tubuhnya, sebaliknya individu dengan *body image* negatif dapat menyebabkan ketidakpuasan karena adanya kesenjangan antara bentuk tubuh yang dimiliki dengan standar ideal yang dipromosikan oleh media dan lingkungan. Namun dengan adanya tren ini, banyak dari mereka yang semakin kurang percaya diri dengan tubuh mereka sendiri karena terlalu sering melihat konten-konten sehingga mereka ikut fokus untuk memenuhi standar kecantikan yang ideal. Seperti hasil wawancara yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa mereka sering membeli produk kecantikan yang dipromosikan di media sosial dan mereka sering dibohongi

oleh iklan yang mengatakan setelah memakai produk ini maka bekas jerawat hilang, bisa memutihkan badan, menghilangkan bau badan, menurunkan berat badan. Hal ini dilakukan karena ingin memenuhi standar kecantikan yang menurutnya ideal dan dengan melakukan ini akan meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* seperti jenis kelamin, hubungan interpersonal, dan media massa. Faktor media massa ini sering menampilkan standar kecantikan yang tidak realistis melalui konten-konten sehingga menciptakan ketidakpuasan fisik dan terciptanya *fear of missing out* (FoMO). Peneliti menyimpulkan bahwa salah satu yang dapat mempengaruhi *body image* adalah *fear of missing out* (FoMO) karena FoMO menciptakan tekanan sosial bagi mereka dan keinginan untuk selalu terlibat dalam tren yang sedang populer termasuk standar kecantikan yang mereka lihat di media sosial sehingga hal ini menciptakan perasaan tidak puas dan kurang percaya diri dengan penampilan fisik mereka sendiri.

*Fear of Missing Out* (FoMO) menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (2013) merupakan keinginan yang kuat untuk selalu terhubung dengan aktivitas orang lain di sosial media. Menurut Przybylski dkk. (2013) FoMO adalah sindrom kecemasan sosial yang ditandai oleh keinginan untuk selalu terhubung dengan aktivitas yang dilakukan oleh orang lain. Istilah FoMO diperkenalkan pada tahun 2004 oleh Patrick J. McGinnis, yang menulis sebuah artikel opini di The Harbus, majalah *Harvard Business School*, dengan judul McGinnis Two FO's : Social Theory di HBS, dimana artikel tersebut membahas

tentang FoMO dan kondisi terkait lainnya. Secara umum, individu yang mengalami FoMO merasakan ketakutan untuk ketinggalan informasi terbaru dan merasa cemas jika tidak terhubung atau mengikuti tren di media sosial.

Survey FoMO yang oleh *Australian Psychological Society* (APS) menunjukkan bahwa remaja menghabiskan rata-rata 2,7 jam per hari di media sosial, dengan prevalensi FoMO mencapai 50% di kalangan remaja dan 25% di kalangan orang dewasa. Sehingga Penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami FoMO dibandingkan dengan kelompok dewasa, yang menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh besar dalam membentuk identitas diri. Seseorang yang mengalami FoMO akan sering merasakan cemas serta takut jika ketinggalan informasi baru lalu tidak terhubung dengan orang-orang terdekatnya atau tidak dapat mengikuti tren yang ada disekitarnya (Akbar, Aulya, Apsari, & Sofia, 2018). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2013) menunjukkan bahwa orang yang memiliki tingkat FoMO yang tinggi biasanya lebih mudah dan cenderung memiliki kepuasan hidup yang rendah. Penderita FoMO ini akan lebih cenderung untuk terus melihat ponselnya agar tidak ketinggalan informasi baru dan tren-tren baru yang ada di sekitar lingkungannya.

Dapat disimpulkan bahwa FoMO merupakan kondisi yang semakin umum di kalangan remaja, dewasa awal dan generasi milenial yang mencerminkan ketakutan untuk ketinggalan informasi, tren-tren baru atau pengalaman yang ada di media sosial. Perasaan cemas dan takut yang muncul

disebabkan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan, sehingga akan memunculkan FoMO dan memengaruhi *body image*, karena individu akan lebih sering membandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain. Dari uraian di atas bahwa FoMO dapat mempengaruhi proses psikososial dalam individu dan menciptakan kecemasan terkait penampilan dan memperburuk pandangan diri. Menurut Jarman dkk. (2023) menjelaskan bahwa masalah psikososial, termasuk kecemasan yang berfokus pada penampilan dapat menciptakan FoMO yang berdampak pada *body image* seseorang, sehingga menghasilkan ketidakpuasan terhadap tubuh, serta rasa tidak aman mengenai penampilan fisiknya.

Dari uraian yang sudah disampaikan, disimpulkan bahwa FoMO memiliki hubungan yang signifikan terhadap *body image*. Sehingga peneliti merumuskan masalah apakah *Fear of Missing Out* (FoMO) memiliki hubungan yang signifikan terhadap *body image* pada dewasa awal di tengah tren menikah muda.

## **B. Tujuan Penelitian**

Ppenelitian ini bertujuan untuk memahami adanya hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan *Body Image* pada dewasa awal ditengah tren menikah muda.

## C. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman baru dan menjadi referensi dalam bidang psikologi klinis dan psikologi siber. Oleh sebab itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kontribusi terhadap pengembangan yang berkaitan dengan topik *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *Body Image*.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Dewasa Awal

Penelitian ini semoga memberikan pemahaman baru dan membantu meningkatkan kesadaran di kalangan dewasa awal tentang bagaimana FoMo dapat mempengaruhi *body image* serta dapat memberikan kesadaran bagaimana media sosial dapat memicu terjadinya FoMO.

#### b. Bagi Peneliti

Penelitian ini semoga bisa memberikan wawasan baru serta mampu memberikan pengalaman baru dalam melakukan penelitian dan menulis penelitian.

#### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini memberikan referensi bagi peneliti lain yang berkeinginan melakukan penelitian mengenai FoMO dan *Body Image*.

#### D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *Body Image* tentunya sudah sangat banyak dilakukan oleh peneliti lain namun pada penelitiannya tersebut dikaitkan dengan variabel-variabel yang berbeda-beda. Berdasarkan dari banyaknya penelitian yang peneliti baca dan pahami, tidak ada penelitian yang menghubungkan kedua variabel yaitu *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *Body Image* pada dewasa awal.

**Tabel 1.1** Keaslian Penelitian

Penulis	Tahun	Perbedaan dengan Penelitian Lain
Rahayu Intan Dinata & Mario Pratama	2022	Penelitian sebelumnya menggunakan <i>social comparison</i> sebagai variabel bebas dan <i>body image</i> sebagai variabel tergantung. Subjek dewasa awal pengguna tiktok, teori yang digunakan Thompson (2001) untuk <i>body image</i> , pengumpulan data menggunakan skala <i>body image</i> dan <i>skala social comparison</i> yang dimodifikasi. Sedangkan penelitian ini menggunakan <i>Fear of Missing Out</i> sebagai variabel bebas
Edytia Prameswari Aisyah, Marhisar Simatupang, & Dinda Aisha	2023	Pada penelitian sebelumnya menggunakan <i>Optimism</i> sebagai variabel bebas dan <i>body image</i> sebagai variabel tergantung, subjek penelitian remaja putri yang bertempat di Kabupaten Karawang. Teori <i>body image</i> menggunakan Cash dan Simolak. Alat ukur <i>body image</i> menggunakan MBRSQ-AS Sedangkan penelitian ini variabel FoMO sebagai variabel bebas serta penelitian ini menggunakan sampel dewasa awal.
Komariah, Yanti Tayo, & Wahyu Utamidewi	2022	Pada penelitian sebelumnya menggunakan teori dependensi oleh Melvin DeFleur dan Sandra Ball-Rokeach dengan subyek remaja SMA 2 Cikarang Pusat. Alat ukur menggunakan analisis statistik berupa survey. Sedangkan penelitian ini menggunakan teori dari Cash dan Pruzinsky untuk <i>body image</i> dan teori dari Przybylsky untuk Fomo.
Rizki Setiawan Akbar, Audry	2018	Pada penelitian sebelumnya, pendekatan yang dipakai dalam penelitian adalah kualitatif

Aulya, Adra Apsari, & Lisda Sofia		dengan menggunakan metode studi kasus. Subjek remaja. Sementara itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan skala FoMO untuk pengambilan data.
Genny Gustina Sari, Welly Wirman, & Andella Dekrin	2021	Pada penelitian sebelumnya <i>body image</i> sebagai variabel bebas dan <i>Public Relations</i> sebagai variabel tergantung dengan subjek mahasiswa, pengumpulan data menggunakan kuesioner, teori <i>body image</i> yang digunakan yaitu teori Hurlock. Sementara itu, penelitian ini <i>body image</i> digunakan sebagai variabel tergantung dan Fomo sebagai variabel bebas.
Nicho Alinton Sianipar & Dian Veronika Sakti Kaloeti	2019	Pada penelitian sebelumnya regulasi diri sebagai variabel bebas dan <i>Fear of Missing Out</i> sebagai variabel tergantung dan menggunakan subjek mahasiswa psikologi universitas diponegoro, pengumpulan data menggunakan skala <i>likert</i> dan skala FoMO memodifikasi. Sedangkan penelitian ini menggunakan <i>Fear of Missing Out</i> sebagai variabel bebas dan subjek penelitian dewasa awal.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya, peneliti tidak menemukan kesamaan antara penelitian-penelitian sebelumnya dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti ini. Oleh karena itu, peneliti akan menjelaskan beberapa perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini:

### 1. Keaslian Topik

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang telah dijabarkan diatas, dimana topik penelitian ini adalah “Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) Dengan *Body Image* Pada Dewasa Awal di Tengah Tren Menikah Muda”. Penelitian ini variabel tergantung menggunakan *body image* dan variabel bebas menggunakan *fear of missing out* (FoMO) sedangkan pada penelitian sebelumnya seperti penelitian yang dilakukan oleh Dinata dan Pratama (2022) variabel terikat sama sama

menggunakan *body image* namun pada variabel bebas menggunakan *social comparison*.

## 2. Keaslian Teori

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teori FoMO dari Przybylski dkk. (2013) dan *body image* menggunakan teori Cash dan Pruzinsky (2002). Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aisyah, Simatupar, dan Aisha (2023) teori untuk *body image* dari Cash dan Pruzinsky (2002). Penelitian Komariah, Tayo, & Dewi (2022) teori FoMO menggunakan teori dari Przybylski dkk (2013).

## 3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian yang dilakukan sebelumnya, alat ukur yang digunakan berbeda-beda, seperti penelitian Aisyah dkk. (2023) menggunakan alat ukur skala psikologi dimana untuk *body image* menggunakan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS). Penelitian Akbar, Aulya, Apsari, & Sofia (2018) menggunakan alat ukur observasi, wawancara dan skala *fear of missing out*.

## 4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini, subjek memakai dewasa awal secara umum dengan kriteria yang memiliki akun media sosial. Sedangkan, pada penelitian sebelumnya subjek yang digunakan berbeda-beda, seperti penelitian yang dilakukan oleh Sianipar dan Kaloeti (2019) menggunakan subjek Mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Penelitian Sari, Wirman, & Dekrin (2021) menggunakan subjek Mahasiswi *Public Relations* di Kota Pekanbaru.

Berdasarkan dari uraian di atas, disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan peneliti merupakan penelitian terbaru dan tidak sama dengan penelitian sebelumnya. Pada penelitian ini memiliki keaslian topik dan keaslian subjek.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA