



**STUDI FENOMENOLOGI: *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
PADA APLIKASI TIKTOK DI KALANGAN
GEN Z DEWASA AWAL**

TUGAS AKHIR

Dini Trinity Kusumaningtyas
44222010143
MERCU BUANA

**PROGAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**STUDI FENOMENOLOGI: *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
PADA APLIKASI TIKTOK DI KALANGAN
GEN Z DEWASA AWAL**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata1
(S-1)**

**Dini Trinity Kusumaningtyas
44222010143**
**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dini Trinity Kusumaningtyas
NIM : 44222010143
Fakultas/Program Studi : Ilmu Komunikasi/Public Relations

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“Fenomenologi Fear of Missing Out (FOMO) Pada Aplikasi Tiktok di Kalangan Gen Z Dewasa Awal” adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 30 Desember 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



10000
SEPULUH RIBU RUPIAH
METERAI TEMPEL
991ANX235127606
Dini Trinity Kusumaningtyas

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Dini Trinity Kusumaningtyas
NIM : 44222010143
Program Studi : Public Relations
Bidang Studi : Ilmu Komunikasi

Dengan judul “Studi Fenomenologi Fear of Missing Out (FOMO) Pada Aplikasi Tiktok di Kalangan Gen Z Dewasa Awal ”, telah dilakukan pengecekan similarity dengan sistem Turnitin pada tanggal 10 Januari 2026, didapatkan nilai persentase sebesar 10 %.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 09 Januari 2026
Administrator Turnitin



Rizki Agustin. S.Kom

KAMPUS MENARA BHAKTI

Jl. Raya Meruya Selatan No. 01, Kembangan, Jakarta Barat 11650
Telp. 021-5840815 / 021-5840816 (Hunting). Fax 021-584 0813
<http://www.mercubuana.ac.id>, e-mail: umb@mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Dini Trinity Kusumaningtyas
NIM : 44222010143
Fakultas/Program Studi : Ilmu Komunikasi / Public Relations
Judul Tugas Akhir : Fenomenologi Fear of Missing Out (FOMO) Pada Aplikasi
Tiktok di Kalangan Gen Z Dewasa Awal

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 30 Desember 2025 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Public Relations, Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh :
Pembimbing

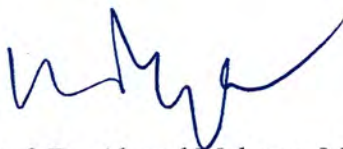


Rika Yessica Rahma, S.Psi, M.Ikom
NIDN/NUPTK : 0314057804

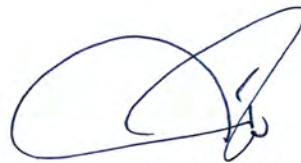
Jakarta,
Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi

Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi



(Prof. Dr. Ahmad Mulyana, M.Si)
NIDN/NUPTK : 0318116602



(Dr. Farid Hamid Umarella, M.Si)
NIDN/NUPTK : 0301117301

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang berjudul "**STUDI FENOMENOLOGI: *FEAR OF MISSING OUT*(FOMO) PADA APLIKASI TIKTOK DI KALANGAN GEN Z DEWASA**"

Penyusunan tugas akhir skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Studi Public Relations, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dengan rendah hati, penulis menerima segala kritik dan saran yang membangun.

Topik ini penulis angkat sebagai bentuk keprihatinan dan ketertarikan terhadap fenomena sosial yang banyak dialami oleh generasi Z di era digital, khususnya dalam penggunaan aplikasi TikTok. Ketertarikan ini muncul dari pengamatan sehari-hari mengenai bagaimana tekanan untuk selalu terhubung, mengikuti tren, dan menjaga eksistensi di media sosial dapat memunculkan kecemasan tersendiri, yang dikenal dengan istilah *Fear of Missing Out* (FOMO).

Penyusunan proposal ini tidak akan tercapai tanpa dukungan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Rika Yessica Rahma, S.Psi., M.I.Kom. selaku Dosen Pembimbing, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingan yang telah diberikan selama peneliti menjalankan penelitian.
2. Bapak Dr. Farid Hamid Umarella. M.Si. selaku Kepala Program Studi Ilmu Komunikasi
3. Prof. Dr. Ahmad Mulyana, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi.
4. Ibu Melly Ridaryanti M.Soc.Sc, Ph.D selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Siti Muslichatul Mahmudah, S.I.Kom, M.I.Kom selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana.

6. Saya ingin mengucapkan terimakasih kepada Ketua Sidang saya Ibu Eka Perwitasari Fauzi S.Sos, M.Ed dan Penguji Ahli saya Ibu Mardhiyyah S.I.Kom, M.I.Kom
7. Seluruh Dosen Universitas Mercu Buana khususnya dosen di Fakultas Ilmu Komunikasi yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu, namun tidak mengurangi rasa hormat penulis. Yang telah mengajar dengan penuh semangat dan sabar serta ilmu yang telah diajarkan kepada penulis kelak dapat berguna baik untuk penulis maupun orang lain.
8. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orangtua saya, ayah dan ibu saya Bpk Hj. Giyadi dan Almh. Ibu saya tercinta Andjani Poespitosari yang telah memberikan dukungan dan doa tanpa henti sepanjang perjalanan pendidikan saya.
9. Terima kasih kepada kakak saya Dyan Pertiwi Aufa Dinina atas segala bantuan, kasih sayang, dan pengorbanan yang tiada tara. Kakak adalah sumber inspirasi dan kekuatan saya untuk terus berjuang. Setiap nasihat, semangat, dan dukungan yang kalian berikan sangat berarti dalam setiap langkah saya, terutama dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Terimakasih kepada M. Trisva Tegar Febrian selaku teman dekat saya dengan penuh rasa cinta dan terima kasih, saya ingin mengucapkan terimakasih yang mendalam yang telah menjadi teman sejati dalam perjalanan panjang ini. Bersama-sama dan saling memberikan semangat serta dukungan tanpa henti.
11. Terima kasih atas bantuan dan setiap momen kebersamaan kepada teman saya Nashafa setiap kata penyemangat, bantuannya dan kehadirannya selalu ada.
12. Terimakasih kepada para Informan saya: Nashafa, Trisva, Triara, Rani, Rita, Raya, Zahra, Adin, Dinda, Bila atas Ketersediaannya sebagai informan untuk penelitian ini dalam hidup saya, bukan hanya sebagai teman tetapi juga sebagai sahabat seperjuangan, telah memberikan kekuatan ekstra yang luar biasa.

Peneliti akui sebagai peneliti tentunya masih memiliki banyak kekurangan

dalam pembuatan karya tulis ini, maka dari itu peneliti mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila ada kesalahan juga kekurangan dari penulisan karya ini, baik yang di sengaja maupun tidak.

Sebagai penutup, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan pengetahuan di bidang Ilmu Komunikasi serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Jakarta, 11 Desember 2025



Dini Trinity Kusumaningtyas



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dini Trinity Kusumaningtyas

NIM : 44222010143

Fakultas/Program Studi : Ilmu Komunikasi/Ilmu Komunikasi

Judul Tugas Akhir : Studi Fenomenologi: *Fear of Missing Out* (fomo) Pada Aplikasi Tiktok di Kalangan Gen Z Dewasa Awal

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Desember 2025

Yang menyatakan,



(Dini Trinity Kusumaningtyas)

ABSTRAK

Nama : Dini Trinity Kusumaningtyas
NIM : 44222010143
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Laporan Skripsi : Studi Fenomenologi: *Fear of Missing Out* (FOMO)
Pada Aplikasi Tiktok di Kalangan Gen Z Dewasa Awal
Pembimbing : Rika Yessica Rahma S.Psi, M.I.Kom.

Penelitian fenomenologi ini dilatarbelakangi oleh fenomena tingginya tingkat kecemasan sosial di kalangan gen z dewasa awal yang merasa tertekan untuk selalu terhubung dan mengikuti tren di aplikasi tiktok, atau yang dikenal dengan istilah *Fear of Missing Out* (FOMO). Di tengah arus informasi yang cepat, ketertinggalan terhadap tren digital sering kali dianggap sebagai tanda kurangnya kelayakan sosial di mata publik. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam bagaimana pengalaman FOMO tersebut membentuk pola komunikasi, identitas, serta relasi sosial para penggunanya. Dengan menggunakan paradigma konstruktivisme dan pendekatan kualitatif melalui metode fenomenologi Alfred Schutz, peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap 10 informan dari berbagai latar belakang untuk menggali makna subjektif di balik tindakan mereka. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa pengalaman FOMO pada gen z dewasa awal di aplikasi tiktok terlihat dalam bentuk dorongan kuat untuk selalu terhubung dengan arus informasi dan tren terbaru demi menjaga hubungan sosial. Pengalaman ini dipicu oleh kebutuhan akan informasi, alasan pergaulan, dan kebutuhan emosional, di mana tiktok dianggap sebagai tempat utama untuk mendapatkan pengakuan serta pujian dari teman sebaya. Para informan secara sadar mengikuti cara kerja tiktok sebagai upaya untuk mengatasi rasa cemas karena takut dikucilkan dan memastikan keberadaan mereka tetap diakui di dunia digital. Akhirnya, penelitian ini menyimpulkan bahwa FOMO telah membentuk kenyataan hidup baru bagi gen z, di mana kepercayaan diri mereka sangat bergantung pada seberapa mampu mereka mengikuti tren di aplikasi tersebut.

Kata Kunci: Alfred Schutz, FOMO, Fenomenologi, Gen Z, Tiktok.

ABSTRACT

Name : Dini Trinity Kusumaningtyas
Student ID : 44222010143
Study Program : Communication Science
Thesis Title : A Phenomenological Study: Fear of Missing Out (FOMO) on
TikTok Among Early Adult Gen Z
Supervisor : Rika Yessica Rahma S.Psi, M.I.Kom.

This phenomenological research is motivated by the high level of social anxiety among early adult Gen Z who feel pressured to always stay connected and follow trends on the TikTok application, a phenomenon known as Fear of Missing Out (FOMO). Amidst the rapid flow of information, falling behind on digital trends is often perceived as a lack of social relevance in the public eye. This study aims to understand deeply how the experience of FOMO shapes the communication patterns, identities, and social relationships of its users. Utilizing the constructivism paradigm and a qualitative approach through Alfred Schutz's phenomenological method, the researcher conducted in-depth interviews with 10 informants from various backgrounds to explore the subjective meanings behind their actions. The research findings reveal that the experience of FOMO among early adult Gen Z on the TikTok application manifests as a strong urge to constantly stay connected with information flows and the latest trends to maintain social connections. This experience is triggered by the need for information, social reasons, and emotional needs, where TikTok is regarded as the primary space to gain recognition and praise from peers. Informants consciously follow TikTok's mechanisms as an effort to manage anxiety stemming from the fear of being excluded and to ensure their existence remains recognized in the digital world. Ultimately, this research concludes that FOMO has formed a new life reality for Gen Z, where their self-confidence significantly depends on their ability to keep up with the trends created by the application.

Keywords: Alfred Schutz, FOMO, Gen Z, Phenomenology, Tiktok

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
PERNYATAAN <i>SIMILARITY CHECK</i>	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DIREPOSITORI UMB.....	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Fokus Penelitian.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Akademis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Penelitian Terdahulu	10
2.2 Kajian Teori	17
2.2.1 Komunikasi	17
2.2.2 Komunikasi Interpersonal	19
2.2.3 Media Sosial & New Media	20
2.2.4 Interaksionisme Simbolik	22
2.2.5 Fear of Missing Out (FOMO)	24

2.2.6 Konsep Diri (<i>Self Concept</i>)	27
2.2.7 <i>Self Disclosure</i> (Pengungkapan Diri)	29
2.2.8 Fenomenologi Alfred Schutz	31
BAB III.....	35
METODOLOGI PENELITIAN	35
3.1 Paradigma Penelitian	35
3.2 Metode Penelitian	36
3.3 Subjek Penelitian	39
3.4 Teknik Pengumpulan Data	41
3.4.1 Data Primer	41
3.4.2 Data Sekunder	42
3.5 Teknik Analisis Data	43
3.6 Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data	43
3.6.1 Reduksi Data	44
3.6.2 Penyajian Data	45
3.6.3 Menarik Kesimpulan	45
BAB IV	47
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	47
4.1.2 Sejarah Tiktok	47
4.2 Hasil Penelitian	50
4.2.1 Data Pribadi Informan Penelitian	50
4.2.2 Motif Informan FOMO di Tiktok	52
4.2.3 Makna FOMO Tiktok Bagi Informan	68
4.2.4 Pengalaman FOMO pada Aplikasi Tiktok	78
4.2.5 Hubungan Antara Motif dengan Makna Bagi Informan	80
4.2.6 Hubungan Antara Motif dengan Pengalaman FOMO pada Aplikasi Tiktok	88
4.2.7 Hubungan Makna dan Pengalaman Fomo pada Aplikasi Tiktok	89
4.2.8 Hubungan Pengalaman FOMO Pada Aplikasi Tiktok	90
4.3 Pembahasan	91

4.3.1 Motif Tindakan dalam Penggunaan TikTok (Analisis <i>Because</i> dan <i>In Order To Motive</i>)	93
4.3.2 Membentuk Jati Diri Digital dan Mencari Pengakuan Sosial	94
4.3.3 TikTok sebagai Tempat Curhat dan Mencari Dukungan Teman Senasib	95
4.3.4 Tiktok Sebagai Bagian dari Kehidupan Sehari-hari Gen Z Dewasa Awal	97
BAB V.....	99
PENUTUP.....	99
5.1 Kesimpulan.....	99
5.2 Saran	100
5.2.1 Saran Teoritis	101
5.2.2 Saran Praktis	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN.....	109



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Ilustrasi antarmuka Strava dengan notifikasi tantangan mingguan yang memicu FOMO	3
Gambar 2 Hasil saran otomatis pada kolom pencarian Tiktok	4
Gambar 3 Data Pengguna Tiktok di Indonesia 2025	8
Gambar 4 Fitur Video Tiktok.....	48
Gambar 5 Fitur Intuition Challenge Tiktok	48
Gambar 6 Fitur Duet Tiktok.....	49
Gambar 7 Fitur Trending Tiktok.....	49
Gambar 8 Motif Informan FOMO di Tiktok.....	54
Gambar 9 Motif Kognitif Tiktok Rani.....	55
Gambar 10 Motif Kognitif Tiktok Raya	56
Gambar 11 Motif Sosial Tiktok Dinda.....	57
Gambar 12 Motif Kreatif Tiktok Zahra	58
Gambar 13 Motif Profesional Tiktok Trisva.....	59
Gambar 14 Motif Profesional Tiktok Adin.....	60
Gambar 15 Motif Kreatif Tiktok Tiara	61
Gambar 16 Motif Kreatif Tiktok Nashafa.....	62
Gambar 17 Motif Kreatif Tiktok Bila	63
Gambar 18 Motif Emosional Tiktok Rita	64
Gambar 19 Pengalaman Fomo Pada Tiktok.....	78
Gambar 20 Hubungan Pengalaman FOMO Dengan Aplikasi Tiktok	90
Gambar 21 Dokumentasi Informan Rani	129
Gambar 22 Dokumentasi Informan Rita	129
Gambar 23 Dokumentasi Informan Raya	130
Gambar 24 Dokumentasi Informan Bila	130
Gambar 25 Dokumentasi Informan Trisva	131
Gambar 26 Dokumentasi Informan Nashafa.....	131
Gambar 27 Dokumentasi Informan Tiara	132
Gambar 28 Dokumentasi Informan Dinda.....	132

Gambar 29 Dokumentasi Informan Adin.....	133
Gambar 30 Dokumentasi Informan Zahra	133



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terdahulu	14
Tabel 2 Data Informan	40
Tabel 3 Data Pribadi Informan Penelitian.....	51
Tabel 4 Simpulan Utama Motif Penggunaan Tiktok	65
Tabel 5 Makna FOMO Tiktok bagi Informan.....	69
Tabel 6 Hubungan antara Motif dengan Makna bagi Informan.....	81

