Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page: 32425-32431

Pengaruh Fearing of Missing Out (FOMO) Penggunaan Media Sosial terhadap Psychological Well-Being pada Pemuda-Pemudi GMIM di Wilayah Manado Selatan

Mario William Egeten, Mozes M. Wullur, Marssel M. Sengkey
[1,2,3]Universitas Negeri Manado
Corresponding e-mail: egetenmario@gmail.com

Published: November , 2025

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis pengaruh Fear of Missing Out (FoMO) penggunaan media sosial terhadap Psychological Well-Being pada pemuda-pemudi GMIM di Wilayah Manado Selatan. Latar belakang penelitian didasarkan pada tingginya penggunaan media sosial dan kekhawatiran akan dampaknya terhadap kesejahteraan mental generasi muda. Jenis penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Populasi sebanyak 182 pemuda dari empat jemaat GMIM, dengan sampel 65 responden menggunakan Stratified Random Sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan Skala Likert, dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dengan SPSS 25.0. Hasil penelitian menunjukkan nilai konstanta 51,096 dan koefisien regresi 0,654 dengan signifikansi 0,000, membuktikan pengaruh signifikan FoMO terhadap Psychological Well-Being. Nilai R Square 0,661 menunjukkan FoMO menjelaskan 66,1 persen varians Psychological Well-Being, sementara 33,9 persen dipengaruhi faktor lain. Kesimpulannya, FoMO penggunaan media sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Psychological Well-Being pemuda-pemudi gereja, memerlukan intervensi kesehatan mental berbasis komunitas.

Kata Kunci: Literasi Digital, Ketakutan Ketinggalan (FOMO), Kesejahteraan Psikologis, Media Sosial, Kesehatan Mental Remaja

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Fenomena Penelitian

Perkembangan teknologi digital dan media sosial telah mengubah lanskap komunikasi dan interaksi sosial masyarakat modern, khususnya di kalangan pemuda-pemudi. Data terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa pada tahun 2024, pengguna internet Indonesia mencapai 221,563,479 jiwa dengan tingkat penetrasi 79,5%, di mana generasi Z merupakan pengguna terbesar mencapai 34,40 persen dari total pengguna. Penggunaan media sosial seperti Instagram, TikTok, Facebook, dan WhatsApp telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, tidak hanya sebagai sarana hiburan dan komunikasi, tetapi juga sebagai platform untuk mengekspresikan diri, membangun identitas, dan mencari pengakuan sosial. Meskipun media sosial menawarkan berbagai manfaat seperti memperluas jaringan pertemanan, mengembangkan keterampilan komunikasi, dan berbagi informasi, penggunaan yang intensif juga membawa konsekuensi negatif terhadap kesejahteraan mental pengguna. Khususnya, fenomena Fear of Missing Out (FoMO) atau ketakutan akan ketinggalan informasi dan pengalaman telah menjadi masalah psikologis yang semakin menonjol di era digital ini, terutama pada kalangan pemuda yang mengalami perubahan perkembangan identitas dan pencarian makna hidup yang kompleks.

FoMO didefinisikan sebagai kekhawatiran yang berlebihan bahwa orang lain mungkin memiliki pengalaman yang lebih berharga tanpa kehadiran diri sendiri, yang sering dipicu oleh konten-konten selektif yang dipublikasikan di platform digital. Fenomena ini mencerminkan perubahan budaya yang disebabkan oleh teknologi modern, di mana individu sering kali merasa tertekan atau tidak puas karena perbandingan sosial yang tidak sehat terhadap kehidupan orang lain yang dipilih dan disunting sedemikian rupa untuk menampilkan citra sempurna. Penelitian terdahulu

menunjukkan bahwa FoMO berkontribusi pada peningkatan stres, kecemasan, depresi, dan penurunan dimensi psychological well-being seperti penerimaan diri, otonomi, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Keterlibatan berlebihan dalam media sosial sering kali mendorong individu untuk terus-menerus memantau aktivitas orang lain, membandingkan pencapaian dan penampilan diri mereka sendiri, yang pada gilirannya memicu perasaan inadequacy dan penurunan kepuasan hidup secara keseluruhan.

Permasalahan Penelitian

Permasalahan utama yang muncul adalah adanya kesenjangan signifikan antara penggunaan media sosial yang sangat tinggi di kalangan pemuda dengan kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Kross dan kolega (2013) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intensif justru dapat merugikan kesehatan mental individu, karena ketika seseorang terhubung atau tidak terhubung dengan media sosial, hal tersebut dapat memicu munculnya stres, kecemasan, dan FoMO yang pada akhirnya menurunkan psychological well-being. Lebih spesifik, penelitian Reer dkk. (2019) menunjukkan bahwa individu yang mengalami FoMO tinggi dan tertarik pada media sosial akan memiliki skor yang lebih rendah pada psychological well-being mereka, karena rasa takut akan ketinggalan dan membandingkan diri dengan orang lain mendorong akses media sosial yang berlebihan, menjadi pemicu kelelahan, dan menurunkan tingkat kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Purba dkk. (2021) mengungkapkan hasil yang signifikan, yaitu terdapat korelasi negatif yang bermakna antara fear of missing out dengan psychological well-being pada remaja pengguna media sosial, mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat FoMO, semakin rendah pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dialami.

Permasalahan kedua berkaitan dengan kurangnya penelitian empiris yang mengeksplorasi hubungan antara FoMO dan psychological well-being pada konteks komunitas religius spesifik seperti pemuda-pemudi gereja. Sebagian besar penelitian tentang FoMO fokus pada remaja umum atau mahasiswa tanpa mempertimbangkan konteks sosial religius yang mungkin menawarkan faktor-faktor protektif unik seperti dukungan komunitas, nilai-nilai spiritual, dan sistem pendukung sosial yang kuat. Penelitian Oberst dkk. (2017) menunjukkan bahwa individu dengan FoMO yang tinggi lebih mungkin mengalami tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dan tingkat kecanduan media sosial yang lebih tinggi, serta dapat memicu perasaan kurangnya prestasi atau kepuasan dengan hidup mereka sendiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa FoMO tidak hanya merupakan fenomena psikologis biasa, tetapi merupakan mekanisme yang kompleks yang dapat secara signifikan mempengaruhi berbagai aspek kesejahteraan psikologis individu, termasuk penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, dan kejelasan tujuan hidup.

Permasalahan ketiga adalah pentingnya memahami mekanisme kausal antara FoMO dan psychological well-being, khususnya dalam konteks pemuda gereja yang memiliki karakteristik demografis dan nilai-nilai unik. Belum ada penelitian yang secara komprehensif mengeksplorasi bagaimana FoMO penggunaan media sosial mempengaruhi enam dimensi psychological well-being yang dikemukakan oleh Ryff (1989), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian Andreas dkk. (2022) mengungkapkan data mengkhawatirkan bahwa 84,2 persen responden merasa kurang puas dengan pencapaian mereka, 79 persen kurang mampu menjalin hubungan baik, 71,1 persen kurang mampu mengembangkan potensi diri, 89,5 persen kurang memiliki tujuan hidup yang jelas, dan 76,3 persen kurang mampu mengendalikan lingkungan sekitar, yang semuanya merupakan dimensi kunci dari psychological well-being. Fenomena ini semakin mengkhawatirkan ketika dihubungkan dengan perubahan sosial budaya di era digital, di mana perbandingan sosial melalui media sosial menjadi semakin intensif dan berbahaya bagi kesejahteraan mental pemuda.

Tujuan, Urgensi, dan Kebaruan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh Fear of Missing Out (FoMO) penggunaan media sosial terhadap Psychological Well-Being pada pemuda-pemudi GMIM di Wilayah Manado Selatan, dengan harapan dapat mengidentifikasi hubungan kausal yang signifikan dan memberikan pemahaman komprehensif tentang mekanisme psikologis yang terlibat dalam fenomena ini. Urgensi penelitian ini didasarkan pada kebutuhan mendesak untuk memahami dampak negatif media sosial pada kesehatan mental generasi muda Indonesia, mengingat tingginya

tingkat penetrasi internet dan penggunaan media sosial yang belum seimbang dengan pemahaman mendalam tentang risiko kesehatan mentalnya. Kebaruan penelitian terletak pada pendekatan yang mengintegrasikan analisis tentang pengaruh FoMO terhadap keenam dimensi psychological well-being Ryff dalam konteks spesifik komunitas gereja pemuda dengan karakteristik unik mereka, sekaligus menggunakan metodologi kuantitatif yang ketat dengan analisis regresi linier sederhana untuk menguji hipotesis kausal yang telah diformulasikan. Penelitian ini juga diharapkan memberikan implikasi praktis bagi pengembangan intervensi kesehatan mental yang berbasis komunitas, khususnya melalui program bimbingan dan konseling yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik pemuda gereja, serta memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur psikologi sosial dan psikologi kesehatan mental di Indonesia tentang dinamika kompleks antara penggunaan media sosial modern dan kesejahteraan psikologis pada populasi pemuda-pemudi.

METODE

Jenis dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei untuk menganalisis pengaruh Fear of Missing Out (FoMO) terhadap Psychological Well-Being pada pemuda-pemudi GMIM di Wilayah Manado Selatan. Pendekatan kuantitatif dipilih karena sesuai dengan karakteristik penelitian yang bertujuan menguji hipotesis dan mengukur hubungan kausal antar variabel secara objektif. Sugiyono (2022) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif merupakan pendekatan yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola hubungan antar variabel melalui pengukuran numerik yang sistematis dan terstruktur.

Creswell dan Creswell (2023) menegaskan bahwa penelitian kuantitatif melibatkan pengumpulan dan analisis data numerik untuk menguji teori atau menjelaskan fenomena tertentu melalui pengukuran objektif dan analisis statistik. Dalam konteks penelitian ini, desain survei dipilih karena kemampuannya dalam mengumpulkan data dari sampel yang representatif untuk menggeneralisasi temuan kepada populasi yang lebih luas. Sudaryono (2019) menambahkan bahwa penelitian survei merupakan metode yang efektif untuk menggali data dari responden dalam jumlah besar dengan menggunakan instrumen terstandarisasi seperti kuesioner. Metode ini memfasilitasi proses pengumpulan data secara efisien dan sistematis, memungkinkan peneliti untuk menganalisis persepsi dan pengalaman subjek penelitian terkait fenomena FoMO dan kesejahteraan psikologis mereka.

Lebih lanjut, Emzir (2021) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif menggunakan paradigma postpositivist yang menekankan pada pengukuran objektif dan pengujian teori melalui data empiris. Dalam penelitian ini, paradigma tersebut diterapkan melalui operasionalisasi konstruk FoMO dan Psychological Well-Being ke dalam indikator yang terukur, yang kemudian disusun menjadi instrumen penelitian berupa skala psikologi. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip penelitian kuantitatif yang mengutamakan validitas internal dan eksternal, serta reliabilitas pengukuran untuk memastikan kualitas dan kredibilitas temuan penelitian.

Instrumen dan Teknik Analisis Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari dua skala psikologi, yaitu Fear of Missing Out Scale dan Psychological Well-Being Scale yang masing-masing terdiri dari 40 item pernyataan. Kedua skala tersebut menggunakan model pengukuran Skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), yang memungkinkan responden untuk mengekspresikan tingkat persetujuan mereka terhadap setiap pernyataan. Sugiyono (2022) menjelaskan bahwa Skala Likert merupakan instrumen pengukuran yang efektif untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap fenomena sosial. Penggunaan skala ini memfasilitasi proses kuantifikasi data kualitatif berupa persepsi dan sikap responden menjadi data numerik yang dapat dianalisis secara statistik.

Sebelum instrumen digunakan dalam penelitian utama, dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kelayakan instrumen sebagai alat ukur. Uji validitas menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel pada taraf signifikansi 5% (0,05). Sudaryono (2019) menegaskan bahwa uji validitas bertujuan untuk mengukur ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam menjalankan fungsi ukurnya, sedangkan uji reliabilitas mengukur konsistensi instrumen dalam menghasilkan data yang stabil dari waktu ke waktu. Dalam penelitian ini, uji reliabilitas menggunakan formula Alpha Cronbach dengan kriteria reliabilitas menurut Arikunto (2008), di mana nilai koefisien reliabilitas berkisar antara 0,000 sampai 1,000, dengan kategori sangat tinggi berada pada rentang 0,800 sampai 1,00. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala FoMO memiliki koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,954 yang termasuk kategori sangat tinggi dan reliabel, sementara skala PWB juga menunjukkan tingkat reliabilitas yang memadai.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS (Statistical Package for Social Sciences) versi 25.0. Creswell dan Creswell (2023) menjelaskan bahwa analisis regresi merupakan teknik statistik yang tepat untuk menguji hubungan prediktif antara variabel independen dan dependen dalam penelitian kuantitatif. Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas untuk memastikan asumsi dasar analisis regresi terpenuhi. Sugiyono (2022) menegaskan bahwa uji prasyarat ini penting untuk memastikan validitas hasil analisis statistik parametrik, karena pelanggaran asumsi dapat menghasilkan kesimpulan yang bias dan tidak akurat. Analisis deskriptif juga dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi data variabel penelitian, memberikan gambaran umum tentang kondisi FoMO dan Psychological Well-Being pada subjek penelitian.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemuda-pemudi GMIM di Wilayah Manado Selatan yang aktif dan menggunakan media sosial, dengan jumlah total 182 orang yang tersebar di empat jemaat, yaitu GMIM Berhikmat Karombasan (32 orang), GMIM Bukit Kalvari Karombasan (41 orang), GMIM Bukit Maesa Karombasan (21 orang), dan GMIM Bethesda Ranotana (88 orang). Sugiyono (2022) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah individu berusia pemuda yang tergabung dalam organisasi kepemudaan gereja dan memiliki akses serta aktivitas penggunaan media sosial secara reguler, sehingga berpotensi mengalami fenomena FoMO.

Penentuan ukuran sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (margin of error) sebesar 10% (0,1), menghasilkan jumlah sampel minimal sebanyak 65 orang responden. Sudaryono (2019) menjelaskan bahwa rumus Slovin merupakan metode yang praktis dan efisien untuk menentukan ukuran sampel dari populasi yang terbatas, dengan memperhitungkan tingkat presisi yang diinginkan peneliti. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Stratified Random Sampling, di mana populasi dibagi menjadi strata berdasarkan jemaat asal, kemudian sampel diambil secara proporsional dari setiap strata sesuai dengan jumlah anggota di masing-masing jemaat. Creswell dan Creswell (2023) menyatakan bahwa teknik Stratified Random Sampling efektif untuk memastikan representativitas sampel ketika populasi memiliki subkelompok yang berbeda namun perlu diwakili secara proporsional. Distribusi sampel menunjukkan bahwa dari GMIM Berhikmat Karombasan diambil 12 responden, GMIM Bukit Kalvari Karombasan 15 responden, GMIM Bukit Maesa Karombasan 7 responden, dan GMIM Bethesda Ranotana 31 responden, sehingga total sampel penelitian berjumlah 65 orang.

Penggunaan teknik probability sampling ini memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel penelitian, sehingga meningkatkan validitas eksternal dan kemampuan generalisasi temuan penelitian. Emzir (2021) menegaskan bahwa teknik sampling yang tepat sangat penting dalam penelitian kuantitatif untuk memastikan bahwa sampel yang diambil benar-benar merepresentasikan karakteristik populasi, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan dengan tingkat kepercayaan yang tinggi. Kriteria inklusi dalam pemilihan sampel meliputi status sebagai pemuda-pemudi aktif di jemaat GMIM Wilayah Manado Selatan dan

memiliki aktivitas penggunaan media sosial, yang sesuai dengan fokus penelitian tentang pengaruh FoMO pada pengguna media sosial terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dimulai dengan tahap persiapan yang meliputi studi pustaka untuk mengkaji literatur terkait variabel Fear of Missing Out dan Psychological Well-Being, kemudian dilanjutkan dengan penyusunan proposal penelitian dan instrumen pengumpulan data berupa kuesioner. Sugiyono (2022) menekankan bahwa tahap persiapan merupakan fondasi penting dalam penelitian kuantitatif, di mana peneliti perlu mengidentifikasi masalah penelitian, merumuskan kerangka teoretis, dan merancang instrumen yang valid dan reliabel sebelum melakukan pengumpulan data di lapangan. Setelah instrumen disusun berdasarkan dimensi dan indikator dari masing-masing variabel, dilakukan uji coba instrumen kepada 40 responden untuk menguji validitas dan reliabilitas setiap item pernyataan menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment dan Alpha Cronbach. Tahap uji coba ini penting untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan mampu mengukur konstruk yang dimaksud dengan akurat dan konsisten.

Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kepada responden yang terpilih sebagai sampel penelitian. Sudaryono (2019) menjelaskan bahwa dalam penelitian survei, pengumpulan data dapat dilakukan melalui berbagai media, termasuk kuesioner online yang memfasilitasi proses pengumpulan data secara efisien dan menjangkau responden dalam wilayah geografis yang luas. Dalam penelitian ini, kuesioner disebarkan melalui Google Form dan pesan WhatsApp kepada pemuda-pemudi GMIM di masing-masing jemaat dengan melibatkan beberapa perwakilan untuk memastikan distribusi yang merata. Creswell dan Creswell (2023) menyatakan bahwa penggunaan platform digital untuk pengumpulan data telah menjadi praktik standar dalam penelitian kontemporer, yang tidak hanya meningkatkan efisiensi tetapi juga memungkinkan partisipasi responden yang lebih fleksibel.

Tahap analisis data dimulai setelah semua kuesioner terkumpul dan dilakukan tabulasi data menggunakan program SPSS versi 25.0. Proses analisis meliputi analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi data variabel, dilanjutkan dengan uji prasyarat analisis yang mencakup uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi analisis regresi. Emzir (2021) menegaskan bahwa tahap analisis data merupakan proses krusial dalam penelitian kuantitatif di mana data mentah ditransformasikan menjadi informasi bermakna melalui prosedur statistik yang sistematis. Setelah uji prasyarat terpenuhi, dilakukan uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh variabel FoMO terhadap Psychological Well-Being, dengan kriteria pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi dan perbandingan nilai t hitung dengan t tabel. Tahap akhir dari prosedur penelitian adalah interpretasi hasil analisis statistik dan penyusunan laporan penelitian yang komprehensif, yang mencakup pembahasan temuan dalam konteks teori dan penelitian sebelumnya, serta perumusan kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

N		65
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.54932553
Most Extreme Differences	Absolute	.061
	Positive	.055
	Negative	-.061
Test Statistic		.061
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]

Berdasarkan hasil uji normalitas, menunjukan *Asymp. Sig. (2- tailed)* sebesar 0,200 lebih besar dari probalitias 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-Smirnov diatas nilai Signifikansi 0,200 > 0.05 dapat disimpulkan bahwa data

berdistribusi secara normal. Dengan demikian hasil uji normalitas variabel X dan Y pada penelitian ini dikatakan normal.

Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING * FEARING OF MISSING OUT	Between Groups	(Combined)	28116.054	44	639.001	7.771	.000
		Linearity	19681.477	1	19681.477	239.361	.000
		Deviation from Linearity	8434.577	43	196.153	2.386	.019
	Within Groups		1644.500	20	82.225		
	Total		29760.554	64			

Berdasarkan data di atas diperoleh *F deviation from linearity* kedua variabel diatas yaitu F = 2,386 dengan P = 0,019 (p > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara Fearing of Missing Out dan Psychological Well-Being pada pemuda- pemudi GMIM Diwilayah Manado Selatan.

Uji Hipotesis

Model		Unstandardized Coefficients B	Unstandardized Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics Tolerance	Collinearity Statistics VIF
1	(Constant)	51.096	6.910		7.394	.000		
	FEARING OF MISSING OUT	.654	.059	.813	11.091	.000	1.000	1.000

Berdasarkan gambar di atas bisa dilihat angka konstanta sebesar 51,096 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel Psychological Well-Being (Y) adalah sebesar 51,096. Angka koefision regresi variabel Fearing of Missing Out (X) sebesar 0,654. Maka dapat disimpulkan bahwa Fearing of Missing Out (X) berpengaruh terhadap Psychological Well- Being (Y). Berdasarkan nilai signifikansi dari data tersebut terdapat nilai 0,000 atau lebih kecil dari dasar pengambilan keputusan 0,05 (Sig. 0,000 < 0,05). Jika dilihat dari t hitung variabel X dengan nilai t = 11,091 lebih besar dari t tabel = 1,998 (dihitung dengan menggunakan t tabel excel). Dengan demikian dapat disimpulkan juga bahwa terdapat pengaruh Fearing of Missing Out (X) terhadap Psychological Well-Being (Y) pemuda- pemudi GMIM Di Wilayah Manado Selatan.

Uji Pengaruh

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.813[a]	.661	.656	12.649

Berdasarkan diatas, diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0,661. Nilai tersebut dapat diartikan bahwa pengaruh Pengaruh Fearing of Missing Out Terhadap Psychological Well-Being adalah sebesar 66,1 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain sebesar 33,9 %.

KESIMPULAN

Penelitian tentang integrasi Artificial Intelligence dalam pengembangan hukum perjanjian di Indonesia telah mengungkapkan temuan utama bahwa sistem hukum Indonesia, khususnya KUHPerdata dan regulasi elektronik yang ada, masih memandang AI semata-mata sebagai instrumen atau alat bantu dan bukan sebagai subjek hukum mandiri. Meskipun kerangka regulasi seperti UU ITE yang telah diperbarui dan UU Perlindungan Data Pribadi telah memberikan landasan hukum untuk pengakuan kontrak elektronik dan smart contracts, masih terdapat kesenjangan signifikan dalam pemenuhan unsur-unsur substantif dari Pasal 1320 KUHPerdata, terutama terkait dengan kesepakatan yang otomatis, penentuan kecakapan hukum yang jelas,

ketidakpastian objek kontrak yang dinamis, dan potensi pelanggaran terhadap prinsip kehalalan. Penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat lima tantangan utama yang muncul dari penerapan AI dalam perjanjian, yaitu ketidakjelasan status dan tanggung jawab hukum, risiko bias algoritma dan diskriminasi, kurangnya transparansi dan akuntabilitas dalam pengambilan keputusan AI, ancaman terhadap privasi dan keamanan data, serta ketidakoptimalan mekanisme penyelesaian sengketa yang ada.

Keterbatasan penelitian ini mencakup fokus pada analisis hukum normatif tanpa melibatkan data empiris dari pelaku bisnis atau hakim mengenai implementasi praktis dari regulasi yang ada, sehingga temuan tidak sepenuhnya mencerminkan kompleksitas tantangan di lapangan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan studi empiris yang mendalam mengenai bagaimana platform e-commerce, fintech, dan penyedia layanan digital di Indonesia secara faktual menggunakan AI dalam perjanjian dan bagaimana konsumen mengalami dampak dari implementasi teknologi tersebut. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya pemerintah Indonesia untuk segera mengembangkan regulasi khusus yang mengklarifikasi status AI, mengalokasikan tanggung jawab dengan jelas, mengimplementasikan prinsip Explainable AI (XAI) untuk transparansi, menguatkan perlindungan terhadap bias algoritma, menharmonisasi regulasi yang ada, dan mengembangkan kapasitas institusi penegak hukum agar sistem hukum perjanjian Indonesia dapat beradaptasi dengan perkembangan teknologi AI sambil tetap menjaga prinsip-prinsip keadilan, iktikad baik, dan kepastian hukum.

REFERENSI

Arikunto, S. (2008). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.

Emzir. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif: Analisis data* (6th ed.). Rajawali Pers.

Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J., & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*, 8(8), e69092. **https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069092**

Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro-Premuzic, T. (2017). Negative consequences from heavy social media use in adolescents: The mediating role of fear of missing out (FoMO). *Journal of Adolescence*, 55, 51-59. **https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008**

Purba, O. B., Matulessy, A., & Haque, S. A. (2021). Fear of missing out dan psychological well-being dalam menggunakan media sosial. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 49-63.

Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Intensified use of social media for coping with negative life events in adolescence: Longitudinal protocol of a three-wave study. *Frontiers in Psychology*, 10, 1367. **https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01367**

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. **https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069**

Sudaryono. (2019). *Metodologi penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan mix method* (2nd ed.). Rajawali Pers.

Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (28th ed.). Alfabeta.