

**TINJAUAN DAMPAK *FEAR OF MISSING OUT*
(FOMO) TERHADAP KEHIDUPAN ORANG MUDA
KATOLIK DI TENGAH TUGAS MEWARTAKAN
KEBENARAN**

TESIS



Oleh:

**Mikael Galih Pradana
8122101003**

**Pembimbing Tunggal:
Dr. R.F. Bhanu Viktorahadi, S.Ag., STL**

**PROGRAM MAGISTER FILSAFAT KEILAHIAN
FAKULTAS FILSAFAT
UNIVERSITAS KATOLIK PARAHYANGAN
BANDUNG
AGUSTUS 2023**

HALAMAN PENGESAHAN

**TINJAUAN DAMPAK *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
TERHADAP KEHIDUPAN ORANG MUDA KATOLIK DI
TENGAH TUGAS MEWARTAKAN KEBENARAN**



Oleh:

Mikael Galih Pradana

8122101003

Disetujui dalam Ujian Sidang pada Hari, Tanggal:

Jumat, 18 Agustus 2023

Pembimbing Tunggal:

Dr. R.F. Bhanu Viktorahadi, S.Ag., MA

Penguji I:

RP. Dr. theol. Leonardus Samosir, OSC

Penguji II:

Dr. Fransiskus Borgias, Drs., M.A.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya dengan data diri sebagai berikut:

Nama : Mikael Galih Pradana
Nomor Pokok Mahasiswa : 8122101003
Program Studi : Filsafat Keilahian
Program Magister Fakultas Filsafat
Universitas Katolik Parahyangan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tesis dengan judul:

TINJAUAN DAMPAK *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP KEHIDUPAN ORANG MUDA KATOLIK DI TENGAH TUGAS MEWARTAKAN KEBENARAN

Adalah benar-benar karya saya sendiri di bawah bimbingan tunggal, **Dr. R.F. Bhanu Viktorahadi, S.Ag., STL**, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya, atau jika ada tuntutan formal atau non formal dari pihak lain berkaitan dengan keaslian karya tulis saya ini, saya siap menanggung segala risiko, akibat, dan/atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, termasuk pembatalan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas Katolik Parahyangan.

Dinyatakan di : Bandung

Tanggal : 18 Agustus 2023



Mikael Galih Pradana

**TINJAUAN DAMPAK *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP
KEHIDUPAN ORANG MUDA KATOLIK DI TENGAH TUGAS
MEWARTAKAN KEBENARAN**

**Mikael Galih Pradana (NPM: 8122101003)
Pembimbing Tunggal: Dr. R.F. Bhanu Viktorahadi, S.Ag., STL
Filsafat Keilahian Program Magister
Bandung
Agustus 2023**

ABSTRAK

Komunikasi dianggap sebagai aspek penting dalam rencana Tuhan bagi manusia, tetapi juga dapat disalahgunakan dalam kesombongan dan egoisme pribadi. Sindrom FoMO (*Fear of Missing Out*) menjadi fenomena yang melanda kaum muda dan mengakibatkan terabaikannya nilai komunikasi jujur dan autentik. Sindrom FoMO merupakan masalah serius yang berdampak pada kesehatan mental, merusak nilai luhur media sosial (seperti berbohong atau menyebarkan hoaks), merusak hubungan antarmanusia, dan juga merusak aspek spiritualitas hubungan manusia dengan Allah. Oleh karena itu, penting bagi kaum muda untuk menggunakan media sosial dengan bijak, menjaga privasi dan keamanan data, serta membangun kesadaran akan etika komunikasi di media sosial. Gereja Katolik melihat internet dan media sosial sebagai alat yang diberikan oleh Allah untuk menyebarkan pesan kebaikan, tetapi juga mengakui risiko dan tantangan yang terkait dengan penggunaannya. Umat Katolik, khususnya kaum muda, diingatkan untuk menggunakan internet dengan bijaksana, memeriksa kebenaran informasi, dan melawan penyebaran berita palsu. Dalam konteks teologis, kebenaran dan kebohongan memiliki makna yang signifikan. Yesus Kristus dianggap sebagai sumber utama kebenaran yang dapat membantu kaum muda mengatasi sindrom FoMO dan menjalani kehidupan yang bermakna. Kaum muda perlu menggunakan media sosial dengan bijak, menjaga hati nurani, dan melibatkan diri dalam dialog dengan Yesus untuk mengatasi dampak negatif budaya FoMo sehingga menemukan kebenaran, makna, dan kedamaian sejati dalam kehidupan.

Kata kunci: komunikasi, media sosial, kaum muda, FoMO (*fear of missing out*), etika komunikasi, Gereja Katolik, kebenaran, hati nurani, dialog dengan Yesus.

**AN ASSESSMENT OF THE IMPACT OF FEAR OF MISSING OUT
(FOMO) ON THE LIVES OF YOUNG CATHOLIC INDIVIDUALS
AMIDST THE DUTY TO PROCLAIM TRUTH**

**Mikael Galih Pradana (NPM: 8122101003)
Advisor: Dr. R.F. Bhanu Viktorahadi, S.Ag., STL
Master's Programme of Divinity Studies
Bandung
Agustus 2023**

ABSTRACT

Communication is considered an important aspect in God's plan for humanity, but it can also be misused in arrogance and personal selfishness. The FoMO (Fear of Missing Out) syndrome has become a phenomenon that affects young people and leads to the neglect of honest and authentic communication. FoMO syndrome is a serious problem that impacts mental health, damages the noble values of social media (such as lying or spreading hoaxes), harms interpersonal relationships, and also damages the spiritual aspect of the relationship between humans and God. Therefore, it is important for young people to use social media wisely, safeguard privacy and data security, and raise awareness of ethics in social media communication. The Catholic Church sees the internet and social media as tools given by God to spread messages of goodness, but also acknowledges the risks and challenges associated with their use. Catholic believers, especially young people, are reminded to use the internet wisely, verify the truth of information, and combat the spread of fake news. In a theological context, truth and falsehood hold significant meanings. Jesus Christ is considered the primary source of truth that can help young people overcome the FoMO syndrome and live a meaningful life. Young people need to use social media wisely, guard their conscience, and engage in dialogue with Jesus to overcome the negative impacts of FoMO culture, thus finding truth, meaning, and inner peace in life.

Keywords: communication, social media, youth, FoMO (fear of missing out), communication ethics, Catholic Church, truth, conscience, dialogue with Jesus

KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur dan penghormatan, penulis mengucapkan terima kasih kepada Yesus Kristus yang memberikan berkat dan karunia-Nya dalam penulisan tesis ini. Tesis ini merupakan hasil karya penulis dalam rangka menyelesaikan program S-2, Magister Filsafat Keilahian di Fakultas Filsafat Universitas Katolik Parahyangan, Bandung. Melalui tesis ini, penulis ingin berbagi pemikiran dan refleksi mengenai tinjauan dampak *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap kehidupan orang muda Katolik di tengah tugasewartakan kebenaran. Penulis mengundang para pembaca untuk mengidentifikasi keprihatinan dan harapan kaum muda yang terjebak dalam sindrom FoMO terhadap Gereja, terutama di Keuskupan Bogor. Identifikasi ini sangat penting bagi Gereja Keuskupan Bogor sebagai dasar untuk mendampingi, menyertai, dan memberikan solusi kepada kaum muda yang menghadapi situasi FoMO.

Selama proses penyusunan tesis ini, penulis menghadapi beberapa tantangan yang disebabkan oleh jarak penelitian, keterbatasan waktu, dan keterbatasan pengetahuan dalam memahami literatur dari berbagai sumber. Tidak mengherankan bahwa penulis sering merasa terjebak dan kebingungan. Tantangan adalah hal yang umum, namun penulis merasa sangat beruntung atas rahmat Allah yang saya terima untuk menghadapi kesulitan tersebut. Selain itu, bantuan dan doa dari banyak pihak juga memberi dorongan bagi penulis untuk menyelesaikan tesis ini. Oleh karena itu, dengan tulus dan penuh rasa syukur, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah berperan dalam penyusunan tesis ini, khususnya penulis tujukan kepada:

1. Dr. R.F. Bhanu Viktorrahadi, Pr., S.Ag., STL., selaku Dosen Pembimbing Program Magister Filsafat Keilahian di Universitas Katolik Parahyangan, Bandung yang telah bersedia memberikan waktu dan perhatiannya dalam membimbing dan mengarahkan penulis untuk mengerjakan tesis ini.
2. RP. Dr. theol. Leonardus Samosir, OSC dan Dr. Fransiskus Borgias, Drs., M.A. selaku pembahas dan membantu memberikan saran bagi penyusunan tesis.

3. RP. Dr. Hadrianus Tedjoworo, OSC S.Ag., STL. selaku Kepala Program Magister Filsafat Keilahian di Universitas Katolik Parahyangan, Bandung.
4. RD. Nikasius Jatmiko, selaku Rektor Seminari Tinggi Santo Petrus-Paulus, Keuskupan Bogor.
5. RD. Alfonsus Sutarno, selaku pedamping para frater Teologan di Seminari Tinggi Santo Petrus-Paulus, Keuskupan Bogor.
6. RD. Fabianus Sebastianus Heatubun, Drs., S.L.L., selaku *Perfectum Studiorum* di Seminari Tinggi Santo Petrus-Paulus, Keuskupan Bogor. Terima kasih atas inspirasi dan diskusi yang membangun.
8. Orang tua penulis yang turut ambil bagian membantu melalui dukungan dan doa dalam penyelesaian tesis ini.
9. Rekan-rekan sekomunitas yang telah menyediakan fasilitas dan kesempatan pada penulis untuk menyelesaikan tesis ini. Khususnya Fr. Richard, Fr. Benny, Fr. Damas, Fr. Gerald, Fr. Paul, Fr. Indra, dan Fr Theo yang membantu memberi semangat dan motivasi agar dapat menyelesaikan dengan baik. Terima kasih karena telah berbagi kegembiraan selama hidup bersama di Wisma Gudang Utara.
10. Fr. Edith dan Fr. Ardi sebagai teman seangkatan yang senantiasa mendukung dan memberikan perhatian dalam penyusunan karya tulis ini. Terima kasih atas kebersamaan dan pengalaman hidup yang boleh penulis alami.
11. Para teman seangkatan di Fakultas Filsafat, Universitas Katolik Parahyangan, Bandung, yang telah memberikan perhatian, dukungan, dan doa yang sangat berarti. Terima kasih atas kebersamaan dan kerja sama yang baik selama kurang lebih dua tahun ini.
12. Semua pihak yang telah berperan serta dalam proses penulisan Tesis, baik melalui doa, perhatian dan saran yang diberikan. Penulis ucapkan, terima kasih yang sebesar-besarnya.

Penulis berharap tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dalam memperluas pengetahuan, terutama dalam konteks menciptakan kehidupan yang harmonis, di mana tidak ada orang yang merasa terasing atau diabaikan akibat situasi FoMO. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan,

karena hanya Allah Yang Maha Bijaksana yang memiliki kesempurnaan mutlak. Oleh karena itu, Penulis terbuka menerima kritik dan saran yang konstruktif untuk membantu penulis tumbuh dan berkembang dalam kebaikan.

Bandung, 18 Agustus 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Mikael Galih Pradana', written over a faint circular stamp or watermark.

Mikael Galih Pradana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
ABSTRAK	
ABSTRACT	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	v
DAFTAR SINGKATAN	ix
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penulisan	1
1.2 Batasan Masalah	12
1.3 Rumusan Masalah	13
1.4 Tujuan Penulisan	14
1.5 Metode Penulisan	17
1.6 Sistematika Penulisan	19
BAB II MEDIA SOSIAL, KAUM MUDA DAN SINDROM FOMO	21
2.1 Media Sosial dan Budaya Konektivitas	21
2.2 Kaum Muda sebagai Pengguna Media Sosial	30
2.3 Pengertian Sindrom <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	38
2.4 Keprihatinan Terhadap Sindrom FoMO	46
2.4.1 Mempengaruhi Kesehatan Mental (Psikologis)	47

2.4.2 Merusak Nilai Luhur Media Sosial (Berbohong)	56
2.4.3 Rusaknya Relasi Manusia dengan Sesama	64
2.4.4 Rusaknya Relasi Manusia dengan Allah	70
2.5 Korelasi Antara Intensitas Penggunaan	
Media Sosial dan FoMO	76
2.6 Sindrom FoMO Menegasi Makna Kebenaran	83
2.7 FoMO Jangan Sampai Membutakan Hati Nurani	88
2.8 Etika Media Sosial: Tanggung Jawab dalam	
Menghadapi FoMO	94
2.9 Simpulan	100
BAB III PANDANGAN GEREJA TERHADAP INTERNET DAN	
MEDIA SOSIAL DI TENGAH TUGAS MEWARTAKAN	
KEBENARAN	105
3.1 Pandangan Gereja Terhadap Internet dan Media Sosial	105
3.2 Tanggapan Paus Fransiskus Terhadap <i>Post-Truth</i>	115
3.3 Misi Kaum Muda: Mewartakan Kebenaran Di Dunia	123
3.4 Kebenaran dan Kebohongan: Makna Teologis dari	
Budaya <i>Hoax</i>	127
3.5 Yesus: Teladan Komunikator yang Sejati	142
3.5.1 Menumbuhkan Semangat Komunikasi Melalui	
Bimbingan Roh Kudus	146
3.5.2 Menjadi Nabi Pembawa Warta Kebenaran	153
3.6 Simpulan	157

BAB IV	IDENTIFIKASI PENGALAMAN KAUM MUDA YANG TERJEBAK SINDROM FOMO DENGAN TELADAN YESUS SANG SUMBER KEBENARAN	161
4.1	Menafsir Makna Kebenaran di Era Hoaks	161
4.2	Teori Revelasi dan Signifikansinya dalam Pencarian Kebenaran	169
4.3	Integrasi Antara Teori Performatif dan Teori Revelasi	176
4.4	Sumber Utama Kebenaran Adalah Yesus Kristus	179
4.5	<i>Joy of Missing Out</i> (JoMO): Menemukan Sukacita Sejati dalam Pribadi Yesus Kristus	184
4.6	Dialog Mendalam Bersama Yesus untuk Melawan Budaya FoMO	190
4.7	Simpulan	197
BAB V	SIMPULAN DAN REKOMENDASI	201
5.1	Simpulan	201
5.2	Rekomendasi	206
	DAFTAR PUSTAKA	219
	LAMPIRAN	229
	FIELD NOTES	231
	RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR SINGKATAN

Daftar Singkatan

FoMO	<i>Fear of Missing Out</i>
JoMO	<i>Joy of Missing Out</i>
APJII	Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
KII	<i>Key Informan Interview</i>
VC	<i>Video Call</i>
PRC	<i>Pew Research Center</i>
APA	<i>American Psychological Association</i>
DM	<i>Direct Message</i>
IM	<i>Inter Mirifica</i>
Ef	Efesus
Tim	Timotius
CV	<i>Christus Vivit</i>
Bdk	Bandingkan
CV	<i>Caritas in Veritate</i>
EG	<i>Evangelii Gaudium</i>
CP	<i>Communio et Progressio</i>
DV	<i>Dominum et Vivificantem</i>
Luk	Lukas
Ib	Ibrani
Yes	Yesaya
Rm	Roma

Im	Imamat
Kel	Keluaran
Kej	Kejadian
Maz	Mazmur
Ul	Ulangan
Am	Amsal
Kis	Kisah Para Rasul
Kol	Surat Paulus kepada Umat di Kolose
Kor	Surat Paulus kepada Umat di Korintus
KWI	Konferensi Waligereja Indonesia
OMK	Orang Muda Katolik
LG	<i>Lumen Gentium</i>
Lih	Lihat
Mat	Injil Matius

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Pengaruh FoMO pada Kesehatan Mental	55
Tabel 1.2 Pengaruh FoMO pada Rusaknya Nilai Luhur Media Sosial dengan Perilaku Berbohong	64
Tabel 1.3 Pengaruh FoMO pada Rusaknya Relasi Manusia dengan Sesama	69
Tabel 1.4 Pengaruh FoMO pada Rusaknya Relasi Manusia dengan Allah	75
Tabel 2.1 Dampak Positif JoMO (Joy of Missing Out)	188
Tabel 2.2 Perbandingan antara JoMO (Joy of Missing Out) dan FoMO (Fear of Missing Out)	189

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penulisan

Internet merupakan produk perkembangan teknologi yang banyak dimanfaatkan masyarakat luas. Sebagai hasil dari perkembangan teknologi, hadirnya internet telah melahirkan suatu pola hubungan dan pola interaksi sosial yang sama sekali baru dan berbeda dengan pola interaksi sosial masa lampau. Jika pada masa lampau hanya dapat berinteraksi dengan tatap muka (*face to face*), saat ini manusia mampu berinteraksi secara intens melalui dunia maya. Internet memungkinkan setiap manusia memiliki peluang dan potensi luar biasa untuk menghubungkan setiap rumah dengan sumber informasi, komunikasi, pendidikan dan hiburan yang tidak ada habisnya.

Menurut Marshall McLuhan, internet dan berbagai bentuk teknologi komunikasi pada akhirnya akan membuat dunia menjadi sebuah desa global (*global village*) yang saling terkoneksi satu sama lain tanpa adanya hambatan.¹ Manusia dapat dengan mudahnya mengakses berbagai bentuk informasi, asalkan dirinya terhubung melalui internet. Nampaknya, internet telah menjadi idola baru bagi manusia masa kini. Dampaknya, manusia saat ini mungkin merasa takut dan khawatir jika dirinya tidak memiliki akses internet. Banyak dari individu mungkin akan merasa kesepian dan tidak berdaya jika dirinya satu hari saja tidak terhubung dengan internet. Tanpa disadari kebutuhan terhadap internet menjadi hasrat baru yang harus dipenuhi supaya dirinya dapat tetap terkoneksi dan berjejaring.

¹ Marshall McLuhan, *Understanding Media*, (London: The MIT Press, 1994), 93.

Akibat kemajuan teknologi komunikasi itu manusia modern memiliki keinginan untuk selalu terkoneksi dengan internet. Angka statistik menunjukkan bahwa pada bulan Januari 2023, jumlah individu yang memanfaatkan layanan internet di Indonesia mencapai 212,9 juta orang.² Dalam hal ini, terjadi peningkatan sebesar 3,85% dibandingkan dengan periode yang sama pada tahun sebelumnya, dengan perbedaan yang signifikan dari penggunaan media sosial. Selain itu, warga Indonesia secara rata-rata menggunakan akses internet selama tujuh jam 42 menit setiap hari.³ Internet sepertinya dipercaya menjadi sarana yang menguntungkan karena mampu menghubungkan individu dengan lingkungan sosialnya tanpa khawatir adanya hambatan jarak dan waktu. Manusia bahkan semakin dipermudah dengan adanya aplikasi media sosial.

Selama dekade terakhir, mulai dari Januari 2014 hingga Januari 2023, terjadi peningkatan berkelanjutan dalam jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia. Menurut laporan yang dikeluarkan oleh *'We Are Social'*, pada bulan Januari 2023, jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia mencapai 167 juta individu. Angka ini mewakili sekitar 60,4% dari total populasi negara. Selain itu, rata-rata waktu yang dihabiskan oleh masyarakat Indonesia untuk berinteraksi dengan media sosial mencapai tiga jam 18 menit setiap hari.⁴ Menurut penelitian, durasi ini menjadi yang tertinggi kesepuluh di dunia. Adanya berbagai macam aplikasi media sosial yang hadir saat ini semakin meningkatkan penggunaan media sosial.⁵ Adanya aplikasi *Twitter, Instagram, Whatsapp, Line, Snapchat, Telegram*, atau *Facebook* sebagai sarana komunikasi semakin mempermudah

² <https://dataindonesia.id/Digital/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-sebanyak-167-juta-pada-2023> diakses pada tanggal 3 Maret 2023, pukul 16.00 WIB.

³ *Ibid*,

⁴ *Ibid.*,

⁵ *Ibid.*,

manusia untuk tetap terhubung dengan dunia luas. Nampaknya internet dan media sosial benar-benar menjadi kebutuhan baru manusia masa kini. Keduanya seperti telah menjadi primadona baru bagi hidup manusia.

Hadirnya internet dan media sosial dengan berbagai macam jenisnya telah melahirkan pola perilaku baru. Masyarakat khususnya di Indonesia dengan keanekaragaman budayanya cenderung mengalami perubahan sosial yang baru akibat perkembangan teknologi media sosial itu. Meskipun yang mendominasi adalah kalangan remaja, saat ini banyak kalangan usia lainnya yang juga terlibat dalam penggunaan media sosial.⁶ Setiap kalangan terlibat dalam penggunaan media sosial supaya dapat memperoleh dan menyampaikan informasi kepada publik.

Hadirnya media sosial tentu telah banyak memberikan dampak positif bagi kehidupan. Penelitian menunjukkan bahwa media sosial umumnya digunakan untuk komunikasi atau jejaring sosial, untuk mengirim komentar, dan mengirim pesan instan kepada banyak orang atau teman sekelas.⁷ Banyak dari remaja yang menganggap hal ini menarik karena mereka dapat menunjukkan jati dirinya kepada banyak orang. Kawula muda percaya bahwa media sosial merupakan sarana yang tepat untuk menciptakan komunitas dan relasi persahabatan yang matang.

Media sosial mendorong pribadi agar terhubung dengan orang-orang yang tidak dikenal guna menciptakan hubungan relasional baru dalam masyarakat,

⁶ Gwenn Schurgin O’Keeffe, Kathleen Clarke-Pearson, dan Council on Communications and Media, “The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families,” *Pediatrics* 127, no. 4 (1 April 2011): 800–804, doi:10.1542/peds.2011-0054.

⁷ Yogesh K. Dwivedi (eds.), *Social Media: The Good, the Bad, and the Ugly*, (Swansea UK: Springer International Publishing, 2016), 196.

sehingga menawarkan pola interaksi, konektivitas, dan keramahtamahan baru.⁸ Setiap orang mampu memperluas hubungan pertemanan tanpa khawatir adanya batas jarak dan waktu. Setiap orang berhak mengekspresikan dirinya melalui laman-laman media sosial yang dimiliki. Dengan media sosial setiap orang mampu mengolah dirinya melalui hubungan berjejaring dengan banyak orang, membagikan status harian, mengunggah foto-foto menarik yang sedang dialami, melakukan kegiatan bisnis *online*, melangsungkan forum diskusi dan ada banyak sekali hal yang menarik yang bisa seseorang lakukan melalui aplikasi media sosial. Kegiatan media sosial sepertinya telah dianggap sebagai hal yang menyenangkan dan menguntungkan.

Di balik pengaruh positifnya, tentu hadirnya media sosial juga telah memberikan dampak negatif yang dapat dirasakan saat ini. Di samping mendekatkan orang-orang yang jauh, ternyata penggunaan media sosial secara masif justru seringkali berdampak pada hilangnya hasrat individu untuk membangun relasi terhadap orang-orang yang ada di sekitarnya. Generasi muda saat ini cenderung kurang merasa nyaman untuk terlibat interaksi tatap muka terhadap orang baru yang dijumpai dalam lingkup kehidupan sehari-hari. Remaja seringkali merasa minder dengan pencapaian maupun pengalaman yang telah dilalui. *Posting-an-posting-an* yang ditampilkan di laman media sosial seringkali juga mempengaruhi pribadi secara psikologis. Hal ini lantas menjadi suatu tolak ukur untuk ajang membanding-bandingkan.⁹ Remaja menjadi kurang mensyukuri karunia yang dimiliki. Setiap pribadi pasti memiliki kecenderungan untuk selalu

⁸ Peter M. Phillips, *The Bible, Social Media, and Digital Culture*. (New York: Routledge, Taylor & Francis Group, 2020), 31.

⁹ Megan A. Moreno and Ana Radovic (eds.), *Technology and Adolescent Mental Health*, (Cham: Springer International Publishing, 2018), 75-76.

memanding-bandingkan. Hal ini semakin terasa saat era munculnya media sosial. Ada orang yang membandingkan pencapaian, harta, kekayaan, mobil, rumah maupun status sosial hidupnya. Tanpa disadari sikap membanding-bandingkan ini memiliki konsekuensi bagi perilaku maupun kesejahteraan psikis pelaku subjek individu. Jika menjadi ajang untuk membanding-bandingkan, laman yang ada pada sosial media akan berdampak pada munculnya tingkat kecemasan sosial yang tinggi dari penggunaannya. Ketika media sosial telah memberikan begitu banyak peran positif bagi kehidupan manusia, apakah penggunaannya harus juga mengorbankan kesejahteraan dan kesehatan jiwanya?

Ternyata hadirnya media sosial dewasa ini telah memunculkan sindrom baru bagi hidup manusia khususnya kalangan remaja. Banyak dari kalangan remaja yang terjangkit sindrom '*Fear of Missing Out*' (FoMO).¹⁰ '*Fear of Missing Out*' merupakan sindrom bagi manusia yang berhasrat untuk selalu terkoneksi dan terhubung sepanjang waktu. Manusia modern masa kini takut apabila dirinya ketinggalan hal-hal yang menarik atau yang sedang menjadi '*tranding topik*' pembahasan publik. Seseorang takut jika dirinya dianggap tidak '*up to date*' atau ketinggalan zaman. '*Fear of Missing Out*' menimbulkan seseorang takut, stress, dan akhirnya depresi jika tidak mengetahui peristiwa penting yang sedang terjadi.

FoMO dalam kegiatan bersosial media juga berarti munculnya perasaan takut, cemas, khawatir jika melihat *posting-an* yang diunggah di laman sosial media milik orang lain sebagai pengalaman yang jauh lebih menarik. Pengidap sindrom FoMO merasa takut, cemas dan khawatir karena apa yang dilihatnya

¹⁰ Istilah *Fear of Missing Out* (FoMO) pertama kali diperkenalkan Patrick J. McGinnis. Pada 2004, Patrick J. McGinnis memperkenalkan istilah ini dalam suatu artikel yang berjudul '*Social Theory at HBS: McGinnis' Two Fos*' yang diterbitkan di *The Harbus*, koran mahasiswa *Harvard Business School* (HBS).

dalam unggahan sosial media orang lain jauh lebih menampilkan foto atau pengalaman yang berkesan, seru, sukses dan membahagiakan. Perasaan macam inilah yang diistilahkan dengan FoMO, akronim dari '*Fear of Missing Out*' alias rasa takut tertinggal dari orang lain.¹¹

Rasa takut, cemas, atau khawatir pasti pernah dialami oleh setiap manusia. Di masa lampau yang jauh sebelum peradaban modern, manusia pasti juga memiliki rasa takut dan khawatir. Akan tetapi, rasa takut dan khawatir ini nampaknya terlihat jelas pada saat era munculnya media sosial. Jika melacak dari sejarah perkembangan hidup manusia. Dahulu manusia purba mengalami rasa takut dan khawatir jika dirinya berada dalam kegelapan. Ketika malam tiba, manusia purba selalu berjaga-jaga terhadap munculnya predator yang ingin memangsa manusia. Hal ini terjadi karena kebanyakan predator selalu memangsa saat manusia sedang terlelap dalam hening dan gelapnya malam. Malam hari adalah saat-saat yang rentan bagi manusia karena penglihatannya relatif kabur. Hal inilah suatu bentuk rasa takut dan khawatir yang dirasakan manusia purba. Manusia purba takut kalau-kalau dirinya terlelap dalam tidur maka akan dimangsa predator buas.

Seiring perkembangan zaman, ternyata rasa takut terhadap kegelapan malam masih terus membayang-bayangi hidup manusia. Kondisi ketakutan manusia pada masa kini berbeda. Saat ini manusia malah justru merasa takut akibat bayang-bayang imajinasi yang diciptakan. Imajinasi manusia seringkali memunculkan ketakutan terhadap monster mengerikan atau hantu yang hadir pada malam hari. Ketakutan dan kekhawatiran adalah sifat alamiah manusia. Menjadi

¹¹ Patrick J. McGinnis, *Fear of Missing Out*, (Terj.) Annisa C. Putri, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2020), xi.

berbahaya bagi hidup manusia bila ketakutan itu justru menjadi penyebab munculnya rasa kurang percaya diri, stress, bahkan hingga menimbulkan gejala depresi. Hal semacam inilah yang menjadi kekhawatiran terhadap fenomena yang baru-baru ini akrab disebut sebagai sindrom '*Fear of Missing Out*' (FoMO). Sindrom FoMO akan berdampak sangat buruk terutama jika dialami mayoritas orang muda. Menjadi sangat buruk karena hal ini akan berdampak serius terhadap perkembangan psikis dan mental orang muda.

Nampaknya benar pernyataan yang dilontarkan Patrick J. McGinnis. Sebagaimana *Homo Sapiens* yang telah menggantikan *Homo Erectus*, manusia modern pun kini telah tergantikan dengan spesies baru, yaitu *FoMO Sapiens*.¹² Sindrom FoMO merupakan sindrom yang tanpa disadari akan membahayakan dan merugikan bagi individu maupun orang banyak. Seseorang yang mengalami sindrom FoMO tidak hanya akan mengalami perkembangan psikis yang buruk. Seseorang yang terjangkit sindrom FoMO cenderung akan tertarik untuk menampilkan berita bohong di laman media sosialnya.

Ada banyak sekali pribadi yang mungkin tanpa disadari telah memanfaatkan laman media sosialnya sebagai ajang untuk menampilkan berita dan informasi bohong. Hal ini tentu bertentangan dengan manfaat dan peran luhur dari media sosial. Media sosial seharusnya menjadi sarana bagi setiap manusia untuk menciptakan peluang baik seperti membangun relasi maupun menciptakan hubungan persahabatan dalam lingkup yang luas. Penderita sindrom FoMO akan berusaha menampilkan berita bohong demi menarik minat maupun '*like*' dari banyak orang. Hal ini dilakukan demi mengejar popularitas hidupnya.

¹² Patrick J. McGinnis, *Fear of Missing Out*, ix-x.

Banyak dari penderita FoMO akan cenderung memalsukan identitas di laman media sosialnya. Pengidap sindrom FoMO akan mengabaikan aspek kebenaran dalam laman media sosialnya. Kebenaran merupakan sesuatu yang dihindari oleh penderita sindrom FoMO, karena dianggap kurang menarik. Oleh karena itu, para pengidap sindrom FoMO lebih tertarik untuk menyampaikan dan menampilkan kebohongan di dunia digital. Dalam etika komunikasi, menyebarkan berita bohong atau hoaks dianggap tidak etis. Menyebarkan berita bohong atau hoaks sangat bertentangan dengan nilai-nilai etika komunikasi yang adalah kejujuran.

Di era perkembangan dunia digital, Gereja tidak dapat begitu saja mengabaikan segala bentuk perkembangan. Terkait hal ini Paus Fransiskus menyampaikan pesannya.

“Penggunaan media digital, khususnya media sosial, telah menimbulkan sejumlah masalah etika serius yang menuntut penilaian bijak dan cerdas dari semua pihak yang peduli dengan kualitas hubungan manusia.”¹³

Satu sisi Gereja patut bersyukur karena ada banyak jasa orang-orang hebat yang telah mengupayakan demi perkembangan dan kemajuan. Manfaatnya telah dirasakan, terutama dengan adanya perkembangan teknologi komunikasi. Gereja tidak melihat internet dan media sosial sebagai sumber masalah, melainkan sebagai anugerah dari Tuhan. Gereja memandang bahwa sarana-sarana ini merupakan pemberian Tuhan. Menurut rencana penyelenggaraan Tuhan, sarana-sarana tersebut dimaksudkan untuk menyatukan umat manusia dalam ikatan

¹³ <https://www.catholicnewsagency.com/news/251810/pope-francis-warns-of-toxicity-in-social-media-calls-for-inclusion-in-digital-space> diakses pada tanggal 7 Maret 2023, pukul 08.40 WIB.

persaudaraan, sehingga mereka dapat bekerja sama dalam melaksanakan rencana penyelamatan Tuhan. Pandangan ini tetap menjadi keyakinan Gereja terhadap internet.¹⁴

Gereja bersyukur karena mampu memanfaatkan internet dan media sosial sebagai karya pelayanan dan pewartaan. Gereja dapat memanfaatkan media sosial sebagai alat pelayanan maupun pewartaan bagi komunitas orang muda. Akan tetapi, Gereja juga menyadari bahwa perlu adanya pendampingan dan pendidikan supaya jangan sampai orang kristiani, khususnya orang muda terjerumus pada penyalahgunaan media sosial. Melalui pedampingan dan pendidikan, gereja berharap agar orang muda dapat meminimalisir dampak buruk dari media sosial. Gereja berharap, hadirnya media sosial tidak membuat orang muda merasa enggan untuk menjalin interaksi tatap muka dengan sesamanya, menimbulkan kecanduan¹⁵ atau menyebarkan berita *hoax* karena terjerumus dalam sindrom *Fear of Missing Out* (FoMO) yang sedang marak terjadi pada kalangan orang muda masa kini.

Melalui pembaptisan, setiap orang kristiani mengambil bagian dalam ketiga misi Yesus Kristus di dunia, yakni sebagai imam; nabi dan raja.¹⁶ Menjadi nabi berarti harus siap mewartakan kebenaran di tengah-tengah dunia. Yesus adalah Sang Sumber Kebenaran Sejati. Melalui-Nya manusia senantiasa memperoleh rahmat dan kepenuhan. Begitu juga sebagai orang Kristiani dan sekaligus pengguna media sosial, sudah seharusnya siap untuk mewartakan kebenaran di tengah-tengah dunia. Gereja memiliki tugas penting untuk

¹⁴ *Gereja dan Internet*, art. 1.

¹⁵ Yogesh K. Dwivedi (eds.), *Social Media: The Good, the Bad, and the Ugly*, 200.

¹⁶ *Katekismus Gereja Katolik*, 783-786.

mengemban misi kebenaran dalam setiap konteks dan situasi, dengan tujuan mewujudkan kehidupan yang bermakna bagi manusia beserta martabat dan panggilannya.¹⁷

Tanpa dasar kebenaran, manusia dapat terjebak dalam pandangan dunia yang hanya didasarkan pada pengalaman empiris dan skeptis, yang berpotensi membuatnya kesulitan dalam menghadapi aspek praktis kehidupan karena kurangnya perhatian terhadap nilai-nilai dan makna yang digunakan untuk menilai serta mengarahkannya. Kesetiaan terhadap sesama manusia juga mengharuskan kesetiaan terhadap kebenaran, yang pada gilirannya membawa kebebasan (Yohanes 8:32) dan memberikan peluang bagi perkembangan penuh potensi kehidupan manusia. Karena itu, Gereja harus selalu berupaya mencari kebenaran, tanpa mengenal lelah untuk menyebarkannya dan mengakui keberadaannya di mana pun kebenaran itu ditemukan. Misi penyebaran kebenaran adalah sesuatu yang tetap menjadi prioritas utama bagi Gereja.¹⁸

Mewartakan kebenaran di tengah budaya '*Fear of Missing Out*' (FoMO) merupakan suatu tugas nyata yang harus dilaksanakan Gereja. Gereja harus senantiasa mendampingi supaya umatnya selalu senantiasa mencari dan mengupayakan kebenaran yang tidak lain adalah Kristus sendiri. Sebagai pengikut Kristus, orang beriman kristiani pun juga dituntut untuk menjalani misi hidup sebagai saksi kebenaran. Identitas jemaat kristiani adalah pengikut kebenaran. Begitu pula identitas yang ditampilkan dalam penggunaan media sosial, adalah

¹⁷ *Caritas in Veritate*, art. 9.

¹⁸ *Caritas in Veritate*, art. 9.

juga kebenaran. Tanpa kebenaran serta tanpa kepercayaan dan cinta terhadap apa yang benar, niscaya hidup manusia terarahkan kepada perpecahan global.¹⁹

Dewasa ini Gereja Keuskupan Bogor menyadari bahwa kehadirannya di tengah-tengah dunia harus mampu merangkul dan mendampingi umatnya, terkhusus kepada orang muda. Orang muda adalah harapan masa kini dan masa depan bagi Gereja. Paus Fransiskus menyebut bahwa orang muda merupakan pelaku utama perubahan.²⁰ Sebagai pelaku perubahan, tentu orang muda sangat membutuhkan pendampingan pastoral. Gereja Keuskupan Bogor berharap mampu membantu orang muda untuk mengenali arah panggilan dasar hidupnya. Di era perkembangan digital, dengan adanya kemudahan akses internet maupun media sosial, orang muda perlu diajak untuk bijak dalam bersikap. Media sosial merupakan anugrah Allah bagi manusia. Oleh karena itu, manusia harus memanfaatkan anugrah itu demi kebaikan dan kesejahteraan bersama.

Gereja memiliki peran utama dalam mendampingi perkembangan iman dan hidup orang muda yang terjebak dalam sindrom '*Fear of Missing Out*' (FoMO). Dalam mendampingi orang muda yang terjebak dalam sindrom FoMO, Gereja Keuskupan Bogor perlu mengidentifikasi segala keprihatinan dan kebutuhan setiap orang muda yang terjebak dalam sindrom FoMO. Identifikasi ini menjadi sangat penting bagi Gereja Keuskupan Bogor sebagai pijakan dalam mendampingi dan memberi jawaban kepada orang muda yang terjebak dalam sindrom FoMO.

Dengan segenap hati Gereja harus senantiasa peduli terhadap karya pendampingan orang muda dalam segala situasi yang dialami dari waktu ke

¹⁹ *Caritas in Veritate*, art. 5.

²⁰ *Christus Vivit*, art. 174.

waktu. Pendampingan itu bertujuan supaya orang muda tidak mengalami kesepian dan keterasingan yang membutakan hati sehingga terjerumus ke dalam upaya mewartakan kebohongan di media sosial. Gereja memiliki panggilan untuk memberikan perhatian kepada orang muda sebagai pengguna terbesar media sosial. Dengan latar belakang itu, penelitian berupa tesis ini masuk dalam ranah Teologi Pastoral dengan judul **‘Tinjauan Dampak Fear of Missing Out (FoMO) terhadap Kehidupan Kaum Muda Katolik di tengah Tugas Mewartakan Kebenaran’**.

1.2 Batasan Masalah

Pusat perhatian batasan masalah yang digunakan dalam penulisan ini adalah terkait Orang Muda Katolik (OMK) di Keuskupan Bogor yang terlibat dalam penggunaan media social, khususnya yang tidak bisa lepas dan mengalami ketergantungan terhadap aktivitasnya dalam penggunaan sosial media. Penelitian menunjukkan bahwa orang muda yang rentan terhadap depresi adalah orang muda yang banyak menghabiskan waktunya dengan kegiatan bermedia sosial.²¹ Batasan masalah ini mengacu kepada orang muda, yaitu mereka dengan batasan usia 13-34 tahun.

Data menunjukkan, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) merilis laporan ‘Profil Pengguna Internet 2022’. Dalam laporannya, APJII mengungkapkan profil pengguna terbesar internet berdasar dengan rentan usia. Peringkat pertama ditempati remaja dengan usia 13-18 tahun. Hampir sepenuhnya (99,16%) kelompok usia ini terhubung ke internet. Selanjutnya, peringkat kedua

²¹ Moreno and Radovic, *Technology and Adolescent Mental Health*, 74.

ditempati kelompok usia 19-34 tahun yang memiliki prosentase pengguna internet sebesar 98,64%.²² Batasan ini digunakan karena dalam rentang usia tersebut cenderung terlibat secara aktif dalam kegiatan bersosial media.

Kriteria tersebut akan dipakai untuk menetapkan orang-orang yang kiranya akan menjadi narasumber untuk diwawancarai dalam rangka pengembangan dan pendalaman tulisan ini. Selain itu, ada alasan lain mengapa memilih orang muda katolik dalam rentang usia 13-34 tahun. Alasannya karena orang muda yang berada dalam rentang usia tersebut cenderung untuk mengalami depresi mental dan iman jika dihadapkan pada situasi sindrom FoMO. Dengan demikian, Gereja Keuskupan Bogor perlu memberikan perhatian lebih kepada orang muda Katolik yang mengalami sindrom FoMO supaya orang muda tidak kehilangan iman dan jati diri dalam tugas mewartakan kebenaran di tengah dunia.

1.3 Rumusan Masalah

Orang yang terjebak dalam budaya FoMO sesungguhnya telah mengingkari nilai kebenaran. Media sosial hanyalah sebuah sarana untuk mendukung relasi antar manusia. Media sosial bukanlah sumber utama kebenaran. Mewartakan kesaksian mengenai Kebenaran di tengah budaya FoMO merupakan suatu usaha untuk berkomunikasi secara efektif sekaligus menggunakan media sosial dengan baik sesuai dengan anugerah Allah. Gereja Keuskupan Bogor telah memiliki perhatian dan kepedulian terhadap orang muda dalam naungan Komisi Kepemudaan Keuskupan Bogor. Selama ini Komisi Kepemudaan telah dengan segenap hati memberikan pendampingan guna tumbuh kembangnya aspek

²² <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/penetrasi-internet-di-kalangan-remaja-tertinggi-di-indonesia> diakses pada tanggal 13 Maret 2023, pukul 05.00 WIB.

perkembangan kesejahteraan hidup maupun rohani kepada setiap orang muda. Akan tetapi, identifikasi dan refleksi mendalam terhadap permasalahan orang muda yang terjebak dalam sindrom FoMO, masih belum mendapat perhatian dari Gereja Keuskupan Bogor. Oleh karena itu, rumusan masalah diajukan dengan beberapa pertanyaan berikut ini.

- 1) Apa dampak serius sindrom FoMO terhadap orang muda?
- 2) Mengapa sangat diperlukan kedewasaan untukewartakan kebenaran di tengah budaya FoMO?
- 3) Bagaimana citra Gereja yang diusulkan untuk dapat membantu dan mendampingi penghayatan iman orang muda menghadapi budaya FoMO?

Batasan ruang lingkup penelitian ini adalah Komisi Kepemudaan di Keuskupan Bogor. Komisi ini diharapkan dapat menjadi teman seperjalanan dan seperjuangan bagi orang muda Katolik yang senantiasa menjadi bagian nyata dalam perhatian Gereja. Hal ini dimaksudkan sebagai satu kawatan yang saling menjaga dalam persaudaraan kasih bersama dengan Allah dan Gereja-Nya. Keadaan ini menjadikan Gereja dapat senantiasa tetap hadir di dalam realitas kehidupan sosial, khususnya bidang pelayanan dan kepedulian bagi orang muda.

1.4 Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah tujuan penulisan ini adalah sebagai berikut.

- 1) Berdasarkan penelitian, penulisan tesis ini bertujuan merumuskan masalah dan kebutuhan yang dirindukan orang muda di Keuskupan Bogor, khususnya untuk membangun kesadaran dan iman bagi masa depannya. Tujuan ini harus mencapai suatu kesadaran bahwa Gereja telah dan akan tetap berperan untuk menjawab kecemasan generasi muda, khususnya dalam keprihatinan menghadapi sindrom FoMO. Kebenaran yang diwartakan Yesus Kristus melalui kisah hidupnya dan secara khusus melalui kematian dan kebangkitan-Nya merupakan kekuatan utama bagi perkembangan hidup manusia. Warta tentang Yesus Kristus adalah kebenaran harus diterima siapa pun. Dalam kebenaran dan melalui kesetiaan pada kebenaran itu, manusia pada akhirnya akan menjadi merdeka (Yoh.8:32).²³ Oleh karena itu, Gereja memiliki tugas menangkap kebutuhan orang muda yang terjebak dalam sindrom FoMO, sehingga dapat membangun dasar bagi Gereja Keuskupan Bogor untuk menyikapi, memberi perhatian dan melakukan karya nyata.

- 2) Menguraikan masalah yang terjadi dewasa ini terkait hilangnya fungsi luhur dari media sosial akibat mayoritas orang muda yang jatuh dalam sindrom FoMO. Diharapkan, dengan memperhatikan permasalahan ini Gereja Keuskupan Bogor tidak hanya berfokus dalam katekese rohani, tetapi juga membantu membangun kesadaran mental orang muda supaya tidak jatuh dalam dunia gelap media sosial. Gereja memiliki

²³ *Caritas in Veritate*, art. 1.

tugas untuk mengangkat kembali tujuan mulia dari media sosial sebagai saranaewartakan kebenaran dan berani untuk mengatakan tidak terhadap budaya FoMO yang sedang marak terjadi di kalangan kaum muda masa kini.

- 3) Meneliti dan menghasilkan suatu simpulan teologi pastoral bagi orang muda dalam memberi kesaksian mengenai kebenaran di tengah fenomena '*Fear of Missing Out*' (FoMO). Memberi kesaksian mengenai kebenaran sangat diperlukan Gereja. Alasannya, Gereja sendiri berdiri atas dasar kebenaran yang diwahyukan Allah dalam diri Yesus Kristus. Kebenaran yang merupakan ciri khas dari Yesus Kristus ini kiranya perlu dipertahankan Gereja sehingga dapat menjaga iman dan memberikan solusi bagi manusia yang hidup pada era yang saat ini kerap disebut sebagai era '*post truth*'.²⁴

- 4) Memberikan inspirasi dan mengusulkan suatu bentuk rekomendasi pastoral yang konkret. Rekomendasi itu ditemukan dalam identifikasi pengalaman konkret orang muda Katolik Keuskupan Bogor yang terjebak dalam sindrom FoMO. Rumusan ini akan dibagikan kepada Komisi Kepemudaan Keuskupan Bogor sebagai landasan untuk pendampingan lebih lanjut bagi orang muda agar jangan sampai

²⁴ Era '*post-truth*' atau era pasca-kebenaran merujuk pada periode di mana faktor-faktor seperti emosi, keyakinan pribadi, dan pendapat subjektif mendominasi proses pembentukan opini publik, melebihi kepentingan pada fakta atau kebenaran objektif. Dalam era ini, kebohongan atau misinformasi dapat menyebar dengan cepat dan luas, terutama melalui media sosial dan platform digital. Dalam era '*post-truth*', tantangan yang dihadapi adalah bagaimana menegakkan nilai-nilai kebenaran, integritas, dan kejujuran dalam komunikasi, serta bagaimana membangun kesadaran dan literasi media yang kritis di tengah penyebaran berita bohong yang meluas.

mayoritas dari orang muda terjebak dalam sindrom FoMO. Sebagai gereja yang hadir di tengah-tengah dunia tentunya gereja Keuskupan Bogor tidak hanya terlibat dalam urusan rohani umatnya. Gereja harus juga terbuka bahwa dirinya hadir di dunia, oleh karena itu harus terlibat dalam persoalan dunia yang mengancam hidup dan kesejahteraan manusia. Gereja harus mampu bergerak dalam pelayanan, mendengarkan keluh kesah domba-dombanya, hingga akhirnya memberikan warta keselamatan dan kebenaran bagi banyak orang.

1.5 Metode Penulisan

Tesis ini menggunakan metode kualitatif. Keunggulan dari metode kualitatif adalah untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna.²⁵ Metode kualitatif didapat melalui studi kepustakaan, yaitu mengumpulkan beberapa dokumen kualitatif.²⁶ Beberapa dokumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa Kitab Suci, pemikiran teologis dari para teolog Gereja Katolik, literatur tentang pendampingan pastoral orang muda, dokumen Gereja, literatur tentang fenomena '*Fear of Missing Out*' (FoMO), dan literatur teologi kontekstual lainnya yang mendukung kebenaran dari suatu hipotesis. Hal ini dapat membantu mendukung untuk memperoleh informasi yang akurat, pendalaman teori dan kebenaran yang diyakini Gereja Katolik yang terkait

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), 9.

²⁶ John W. Creswell, *Research Design: Qualitatif, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, (U.S.A: Sage Publication, 2012), 267-268.

dengan kebaruan serta analisis yang berguna bagi Gereja Katolik di Keuskupan Bogor dan seluruh umat beriman.

Dengan metode kualitatif tesis ini mendeskripsikan fenomena dan makna yang diberikan individu terhadap suatu masalah sosial yang sedang terjadi. Dalam metode kualitatif, pisau bedah yang digunakan adalah wawancara langsung kepada beberapa narasumber. Wawancara narasumber adalah penelitian tatap muka dengan partisipan (*Key Informant Interview*) yang dipandu dengan menggunakan pertanyaan terbuka (*open-ended*).²⁷ Melalui wawancara, data-data seputar pengalaman para narasumber dalam pergulatannya terhadap penggunaan media sosial diperoleh, sehingga selanjutnya masuk ke dalam tahapan analisis setiap problematika yang dihadapi orang muda.

Partisipannya adalah orang muda yang terlibat dalam kegiatan bersosial media di wilayah Keuskupan Bogor, khususnya mereka yang berada dalam rentang usia antara 13-34 tahun. Hasil dari wawancara tersebut menjadi data dan kebenaran konkret. Data itu diolah sebagai satu pendasaran fakta dan menjadi bahan refleksi dalam penulisan tesis ini. Dengan menggunakan metode penelitian tersebut, tesis ini menjadi upaya untuk menumbuhkan kesadaran dan inspirasi baru dalam rangka membangun Gereja untuk menghadirkan wajah Allah kepada orang muda, khususnya orang muda yang adalah pengguna terbesar media sosial dalam memerangi budaya FoMO.

²⁷ John W. Creswell, *Research Design: Qualitatif, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 351-352.

1.6 Sistematika Penulisan

Tesis ini tersusun dalam lima bab. Kelima bab ini memuat sejumlah sub-bab yang dapat membantu pembahasan sehingga lebih mudah dimengerti dan dipahami. Pada awal bab dipaparkan latar belakang penulisan, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penulisan, metode penulisan, dan sistematika penulisan. Bab ini memberikan gagasan awal, persoalan kontekstual, dan metodologi dari penulisan karya tulis ini.

Pada bab kedua disajikan pemaparan dengan judul ‘Media Sosial, Kaum Muda dan Sindrom *Fear of Missing Out* (FoMO)’. Bab kedua menguraikan penjelasan tentang teori-teori yang digunakan untuk menganalisis permasalahan dalam tesis. Pada Sub-bab pertama dipaparkan penjelasan mengenai media sosial dan budaya konektivitas, Sub-bab kedua menjelaskan mengenai kaum muda sebagai pengguna media sosial. Sub-bab ketiga menjelaskan makna dari budaya ‘*Fear of Missing Out*’ (FoMO). Sub-bab keempat menjelaskan tema keprihatinan dan dampak serius dari sindrom FoMO bagi kalangan orang muda. Bab ini menganalisis hasil wawancara terkait keprihatinan yang dialami orang muda yang terjebak dalam Budaya FoMo di Keuskupan Bogor. Sub-bab kelima memaparkan korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dan FoMO. Sub-bab keenam menjelaskan bahwa sindrom FoMO sesungguhnya telah berdampak pada terbaikannya makna kebenaran. Oleh karenanya, sub-bab ketujuh ditegaskan bahwa FoMO jangan sampai membutakan hati nurani. Selanjutnya pada sub-bab terakhir yakni sub-bab kedepalan disajikan pula etika dalam bermedia sosial sebagai bentuk siasat dalam menghadapi FoMO.

Pada bab ketiga dipaparkan tentang ‘Pandangan Gereja Terhadap Internet dan Media Sosial Serta Tugas Mewartakan Kebenaran’. Sub-bab pertama menjelaskan pandangan Gereja terhadap internet dan media sosial. Sub-bab kedua menjelaskan tanggapan Paus Fransiskus terhadap politik *post-truth*. Pada sub-bab ketiga disebutkan misi orang muda dalam mewartakan kebenaran. Sub-bab keempat menjelaskan makna *hoax* dalam sudut pandang teologis. Sub-bab terakhir mendeskripsikan inspirasi narasi Yesus Sang Teladan Komunikator Yang Sejati bagi Orang muda dalam memberi kesaksian mengenai kebenaran di tengah fenomena ‘*Fear of Missing Out*’ (FoMO).

Pada bab keempat dipaparkan tema ‘Identifikasi Pengalaman Kaum Muda yang Terjebak Sindrom FoMO dengan Teladan Yesus Sang Sumber Kebenaran’. Dalam bab ini dipaparkan upaya menafsir dan menemukan kebenaran, sekaligus kekuatan rohani menghadapi keterasingan dan kesepian dalam hidup di tengah budaya FoMO. Dalam bab ini sekaligus juga membangun integrasi antara teori performatif dan revelasi sebagai jalan menemukan kebenaran. Identifikasi ini berguna bagi Orang Muda Katolik yang terjebak dalam budaya FoMO supaya dapat belajar dari pengalaman hidup Yesus Sang Sumber Kebenaran.

Akhirnya, karya ilmiah ini akan diakhiri dengan bab kelima. Bab terakhir ini merupakan suatu rekomendasi bagi Gereja Keuskupan Bogor. Tesis ini merekomendasikan suatu penawaran dan pandangan konkret terhadap pendampingan bagi Orang Muda Katolik Keuskupan Bogor, khususnya kepada Komisi Kepemudaan Keuskupan Bogor. Rekomendasi ini diusulkan digunakan sebagai pedoman bagi Komisi Kepemudaan Keuskupan Bogor dalam melayani komunitas Orang Muda Katolik.