

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Merantau bukanlah kegiatan yang asing bagi masyarakat Indonesia. Sebagaimana besar masyarakat Indonesia memilih merantau selama bertahun-tahun ke kota-kota besar. Beragam alasan seseorang memilih merantau, diantaranya dengan alasan ingin mencari pengalaman kerja, ada yang beralasan ingin menimba pengetahuan dan ada yang beralasan karena ingin memiliki kehidupan yang layak dengan ekonomi yang cukup. Namun merantau seringkali dijadikan sebagai sumber penghidupan masyarakat diantara perekonomian di tanah kelahiran yang makin sulit. Hal ini yang membuat resiko sebagai pengangguran semakin meningkat. Tak heran jika para perantau banyak berasal dari desa-desa kecil yang kurang maju. Daerah tujuannya pun bukan hanya pada skala nasional saja, tetapi juga skala internasional yakni ke negara lain. Beberapa negara yang dijadikan sebagai tujuan merantau antara lain; Malaysia, Hongkong, Singapura dan lain-lain. Mereka yang memilih merantau ke luar negeri biasa kita sebut dengan TKI (Tenaga Kerja Indonesia). Berdasarkan Pasal 1 Undang-Undang No.39 Tahun 2004 tentang Penempatan dan Perlindungan Tenaga Kerja Indonesia di Luar Negeri, “Tenaga Kerja Indonesia adalah setiap warga negara Indonesia yang memenuhi syarat untuk bekerja di luar negeri dalam hubungan kerja untuk jangka waktu tertentu dengan menerima upah”.

Meningkatnya pengangguran karena lapangan pekerjaan yang tidak sesuai dengan jumlah angkatan kerja membuat pemerintah mengambil mulai tindakan. Khumairoh (2013) menjelaskan bahwa, “pemerintah melalui Menteri Tenaga Kerja dalam No 02/MEN/1999 membuka kesempatan menjadi TKI di luar negeri, untuk mengurangi tingkat pengangguran di Indonesia”. Sukamdi (dalam Purwatiningsih, 2016) beberapa studi menunjukkan bahwa, “secara ekonomi, migrasi akan membawa dampak positif pada level rumah tangga. Di Indonesia, pengiriman buruh migran ke luar negeri telah menjadi salah satu cara untuk mengatasi pengangguran dalam negeri dan meningkatkan standar hidup lokal”. Sehingga, berdasarkan data Pusat Penelitian dan Informasi (PUSLITFO) Badan

Nasional Penempatan dan Perlindungan Tenaga Kerja Indonesia (BNP2TKI) periode 2016 dan 2017 (s.d Desember), menjelaskan bahwa jumlah TKI selalu meningkat setiap tahun, dimana Provinsi Jawa selalu menempati urutan teratas dalam jumlah penempatan tenaga kerja Indonesia berdasarkan provinsi. Dan peningkatan tertinggi penempatan TKI dimiliki oleh Provinsi Jawa Timur. Yakni pada tahun 2016 TKI yang bekerja di luar negeri berasal dari Jawa Timur berjumlah 35.733. Sedangkan pada tahun 2017 TKI yang bekerja di luar negeri yang berasal dari Jawa Timur berjumlah 43.253. Sehingga kenaikan TKI di provinsi Jawa Timur dari 2016-2017 berjumlah 7.520.

Antusias penduduk negeri untuk menjadi TKI di luar negeri memang membantu mencukupi segala kebutuhan dan memperbaiki perekonomian keluarganya yang berada di Indonesia. Apalagi penduduk negeri yang diiming-iming dengan lapangan kerja yang banyak dengan fasilitas yang menjamin, serta mata uang dolar sebagai upahnya. Namun, dampak negatif dari berpindahnya penduduk ke luar negeri adalah tentu juga perlu diperhatikan. Salah satunya, bahwa mereka akan jauh dari keluarganya dan akan kesulitan untuk menjalin komunikasi lebih intens. Hal ini mempengaruhi hubungan seperti pada pasangan, sanak saudara dan anak. Terlebih jika mereka merupakan orang tua yang salah satu atau keduanya harus rela meninggalkan anaknya untuk merantau dengan periode yang cukup lama. *Population Council* (dalam Briant, 2005) menjelaskan, “17 persen anak-anak Indonesia berusia 10-14 tahun hidup tanpa ibu mereka, ayah mereka atau keduanya”.

Orang tua yang pergi merantau sebagai TKI akan kesulitan menjalani interaksi lebih intim pada anak. Anak yang memang seharusnya membutuhkan perhatian lebih besar dari orang tuanya, perbedaan kasih sayang akan dirasakan oleh anak ketika yang memberikan bukan orangtuanya. Suharto & Nurwati (2018) menerangkan bahwa orang tua memegang peran penting dalam sebuah keluarga, terutama peran dalam melihat perkembangan anak. Perananan orang tua kepada anaknya dapat membentuk anak memiliki kepribadian baik dan keberfungsian sosial secara wajar sesuai usianya. Selaras dengan pendapat Maskhur (2012) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa anak buruh migran internasional

memiliki konsep diri yang maladaptif. Hal ini dikarenakan anak merasa kehilangan perlindungan orang tua; dipindahtangankan atau dipindahasuhkan kepada anggota keluarga yang lain sehingga anak mendapatkan varian pola pengasuhan; lalu ketika anak tersebut disuruh untuk ikut mengasuh adik-adiknya. Perasaan sedih dan kecewa tersebut diekspresikan oleh anak dengan cara yang maladaptif seperti suka mencuri, berantakan dalam berpakaian, tidak mau mengerjakan tugas sekolah, berdandan yang berlebihan, kurang menghargai nilai-nilai kesopanan, dan lain sebagainya (Setiawati *et al.*, 2017). Hal ini seringkali ditanggapi oleh anak dengan merasa dirinya tidak disayangi, diremehkan, dibenci dan juga kesepian terutama bagi anak remaja yang masih dalam masa transisi dan belum matang emosinya.

Givaudan & Pick (2013) berpendapat bahwa sering sekali, orang tua yang bermigrasi pada waktu anak-anak mereka berada pada tahap perkembangan yang membutuhkan lingkungan stabil. Ketika yang bermigrasi adalah seorang ibu, anak-anak yang lebih tua harus rela ditinggal sekaligus menjadi pengganti untuk mengurus anggota keluarga lain dan juga pekerjaan rumah. Sehingga kebutuhan mereka untuk meraih pendidikan akan terganggu. Penelitian yang dilakukan oleh Graham dan Jordan (2011) dengan sampel sebanyak 3876 orang dari negara Indonesia, Filipina, Vietnam dan Thailand dengan menggunakan SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*) menunjukkan bahwa anak-anak TKI mengalami gangguan emosional akibat ditinggal oleh ayah, ibu atau kedua orang tuanya dibanding dengan anak-anak yang hidup dengan kedua orangtuanya dengan peringkat kisaran 30% di Indonesia. Su, Li, Lin Xu & Zhu (2012) menjelaskan bahwa ketidakhadiran orang tua baik salah satu atau keduanya akan berdampak pada anak-anak yang ditinggalkan, seperti masalah perkembangan emosional dan masalah sosial.

Keadaan emosional ini seringkali disertai dengan tuntutan bahwa anak harus siap akan kondisi baik maupun buruk dalam proses perkembangan mereka. Tak terkecuali pada remaja yang merupakan tahap penuh gejolak. Hurlock (1999) menjelaskan masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan,” suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan

kelenjar. Sejalan dengan pendapat tersebut, Monks *et al.* (dalam Ali & Asrori, 2012) menjelaskan bahwa masa remaja sering dikenal dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan fungsi fisik maupun psikisnya. Song, Cheng & Zhang (2018) menjelaskan bahwa anak-anak yang ditinggalkan orangtuanya akan mengalami tingkat kepuasan hidup dan nilai akademis yang rendah. Absennya seorang ayah yang bekerja sebagai migran juga memiliki pengaruh yang lebih besar pada anak perempuan yang ditinggalkan dari pada anak laki-laki. Semakin muda usia anak yang ditinggalkan, maka semakin rendah pula tingkat kepuasannya. Monks *et al.* (dalam Mar’at, 2012) membedakan masa remaja menjadi empat bagian, yaitu: (1) masa pra-remaja atau pra-pubertas (10-12 tahun), (2) masa remaja awal atau pubertas (12-15 tahun), (3) masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan (4) masa remaja akhir (18-21). Remaja awal hingga akhir inilah yang disebut masa adolesen

Kondisi emosional dan masalah sosial ini yang nantinya akan semakin sulit jika hubungan antar orang tua anak semakin diperburuk tanpa penyelesaian. Akibatnya, emosi negatif tentang peran orang tua semakin mengakar seiring dengan tumbuh kembang anak tanpa adanya orang tua mereka. Dijelaskan lebih lanjut, UNICEF (2008) memaparkan bahwa anak yang ditinggal orang tuanya mengalami keadaan emosional yang sulit seperti merasa sedih, terisolasi, lebih sering menangis dan merasa tidak aman. Selain itu, mereka juga mengadopsi perilaku agresif dikarenakan kurangnya kemampuan mengelola emosi dan kurangnya dukungan orang yang dapat mereka percaya. Luot & Dat (2017) mengatakan bahwa harga diri dan penilaian diri merupakan faktor kunci kesulitan anak-anak yang ditinggalkan oleh orang tuanya dalam kinerja akademik mereka. Selain itu, hasil penelitiannya juga menunjukkan psikologis orang tua karena pekerjaannya menjadi migran tersebut memiliki pengaruh negatif pada kesejahteraan psikologis anak-anak mereka. Lu, Yin & Mao (2014) mengungkapkan bahwa hasil penelitiannya menjelaskan migrasi orang tua tidak hanya mengakibatkan penyakit kardiovaskuler tetapi juga mengakibatkan

ketidaknyamanan mental seperti kesepian di masa kanak-kanak, ketidakpuasan dan juga kecemasan.

Ini menunjukkan bahwa anak yang memiliki kemampuan yang rendah dalam menjalin relasi dan penguasaan emosi akan hidup yang dialaminya akan berdampak pada sisi kesehatan dan juga psikologisnya, yakni pada kebahagiaan dan kepuasan hidupnya. Kepuasan hidup dan kebahagiaan itu sendiri sering kita disebut dengan istilah *subjective well-being*. *Subjective well-being* menurut Compton (dalam Darusmin & Hilman, 2015) akan melibatkan dua variabel utama, yaitu kebahagiaan (*happiness*) dan kepuasan hidup (*satisfaction with life*). Kebahagiaan akan terkait dengan bagaimana keadaan emosi individual dan bagaimana mereka merasakan kehidupannya. Kepuasan hidup akan mengarah pada penilaian yang lebih luas tentang penerimaan masing-masing orang terhadap kehidupannya. Pendapat diatas adalah proses kognitif, dimana individu melakukan penilaian tentang kehidupan yang dialaminya, dan seberapa puas mereka dengan hidupnya. Faktor ketiga adalah *neuroticism* yang rendah (*low neuroticism*). Sedangkan menurut Diener (2000) mengatakan bahwa orang-orang yang mengalami *subjective well-being* yang tinggi ketika mereka merasa lebih banyak emosi menyenangkan dan sedikit emosi tidak menyenangkan, ketika mereka terlibat dalam kegiatan yang menarik, ketika mereka mengalami banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, dan ketika mereka puas dengan hidup mereka. Sehingga *subjective well-being* berfokus pada evaluasi orang sendiri terhadap kehidupan mereka.

Anak-anak yang ditinggalkan orang tuanya merantau akan mengalami kesepian dan belum matang emosinya akan membawa remaja untuk pengalihan perhatiannya pada dunia maya (internet). Hal ini terjadi karena remaja memiliki sifat untuk menjadi bagian dari suatu kelompok sosial seperti dalam lingkup pertemanan. Cripps *et al.* (Cunsolo, 2017) masa remaja didefinisikan sebagai perkembangan yang kritis, dimana perubahan terus terjadi pada fisik, mental dan psikologis. Mereka mempelajari lebih banyak tentang dunia untuk mencapai kemandirian dalam sebuah kelompok sosial. Dimana remaja ingin dianggap sebagai orang dewasa dengan keterampilan membuat keputusan yang dimiliki,

tetapi disisi lain juga ingin tetap menjadi anggota dari kelompok sosial yang besar. Kraut *et al.* (1998) menyatakan bahwa remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu luangnya untuk menggunakan internet kemungkinan besar diakibatkan karena kesepian sehingga menyebabkan remaja menarik diri dari kontak sosial dan kesejahteraan psikologis. Hal ini juga dibuktikan dengan penelitian Yahoo dan Taylor Nelson Sofres (TNS) Indonesia tahun 2009 menunjukkan bahwa pengakses terbesar di Indonesia adalah mereka yang berusia antara 15-19 tahun. Dari 2000 responden yang mengikuti survei ini, didapatkan hasil sebanyak 64 persen adalah anak muda (remaja). Masih dari hasil penelitian yang sama, 53 persen dari anak usia 15-19 tahun tersebut ternyata menggunakan mengakses internet dari warnet. Itu disebabkan oleh mereka mempunyai waktu luang yang lebih banyak dibanding para pekerja (*Kompas.com*,20/03/2009).

Menurut data survei APJII (2016) yang bekerja sama dengan Lembaga Polling Indonesia (LPI) tentang jumlah pengguna dan perilaku pengguna internet menyebutkan, pertumbuhan pengguna internet di Indonesia melonjak 14,4 persen menjadi 132,7 juta pengguna dibandingkan tahun lalu, yang mencapai 88,1 juta pengguna. Dalam survei itu diberitakan pula bagaimana para pengguna masih memandang internet tidak aman bagi anak-anak. Sebanyak 101,3 juta pengguna internet menyatakan tidak aman. Sementara 30,3 juta pengguna menyatakan tak masalah internet dikonsumsi oleh anak-anak. Hasil survei ini tentu mewakili dari sisi demografis pengguna internet Indonesia, yang menunjukkan sekitar 768 ribu pengguna masih berusia 10-14 tahun.

Mudahnya mengakses internet dan perkembangan teknologi yang makin maju, memudahkan para remaja untuk terus berhubungan dengan media sosial mereka sehingga tanpa disadari ada efek yang terjadi dari penggunaan teknologi atau internet yang berlebihan. Menurut Hariadi (2018) berpendapat bahwa penggunaan internet yang mengalami peningkatan dalam waktu penggunaan yang cukup lama akan menimbulkan berbagai permasalahan yang ada di kalangan para ahli psikolog yang dikenal sebagai kecanduan internet. Kecanduan internet sendiri merupakan fenomena yang terbentuk dari evolusi perkembangan teknologi dan

komunikasi sehingga memiliki pengaruh terhadap manusia. Chou & Edge (Fuster *et al*, 2017) menjelaskan semakin mudahnya mengakses informasi memungkinkan penggunaan lebih tinggi untuk membandingkan hidup mereka dengan orang lain, kadang-kadang mereka mempercayai bahwa hidup orang lain lebih menarik dari pada mereka sendiri. Hal ini dikarenakan kebutuhan bersosialisasi dan kebutuhan akan *self* seperti emosi dan perasaan tidak tersampaikan dengan baik. Przybylski *et al.* (2013) menjelaskan rendahnya kebutuhan dasar psikologis akan *self* dan *related* memungkinkan individu tertarik menggunakan media sosial karena dianggap sebagai sumber daya untuk berhubungan dengan orang lain dan memperdalam ikatan sosial.

Remaja-remaja yang memiliki tingkat *subjective* yang rendah tentu akan mengganggu pola kehidupannya dan mengganggu remaja dalam pengoptimalan kemampuannya. Adapun dampak dari rendahnya *subjective well-being* menurut Diner & Seligman (2002) dalam temuannya menjelaskan bahwa orang-orang yang bahagia (*subjective well-being* tinggi) senang memiliki hubungan sosial yang luas dan memuaskan. Mereka sedikit menghabiskan waktu saja terhadap rata-rata orang. Sebaliknya, orang yang tidak bahagia memiliki hubungan sosial yang secara signifikan lebih buruk dari rata-rata. Mendieta *et al.* (2012) menjelaskan bahwa kurangnya dukungan sosial membuat individu merasa kesepian dan pengalaman kesepian inilah yang menurunkan kesejahteraan.

Seiring berjalannya waktu, problematika remaja semakin kompleks dengan segala macam peristiwa dan pengalaman yang mereka alami. Remaja yang masih dalam masa transisi dan pengendalian emosi yang minus, cenderung membuat mereka sulit memecahkan masalahnya sendiri. Kecanduan internet terjadi seiring dengan rasa kesepian yang remaja alami. Kebutuhan untuk mendapatkan perhatian dan kebutuhan untuk menjalin relasi juga menjadi faktor penting dalam permasalahan remaja yang mengalami kecanduan internet. Kedua kebutuhan tersebut akan menjadi emosi negatif (kekhawatiran, kecemasan, ketakutan) pada diri remaja jika tidak dapat terpenuhi. Hal ini disebut dengan *fear of missing out* (FoMO).

Rini (2015) dalam penelitiannya pada siswa SMA Negeri 1 Wonosari Klaten mengemukakan bahwa regulasi emosi remaja terhadap *subjective well-being* yaitu sebesar 12,3%. Sehingga, bisa dipastikan bahwa *FoMO* dan *subjective well-being* memiliki keterikatan dengan regulasi emosi dan perasaan negatif maupun positif (afektif) yang dialami remaja. Dan *Fear of Missing Out* (*FoMO*) dalam JWT *Intelligence* (2012) adalah kegelisahan yang kadang-kadang melingkupi segala perasaan individu, dimana individu memiliki perasaan kehilangan moment yang dilakukan rekan-rekannya atau mereka (rekan-rekan) memiliki moment lebih baik dari pada dirinya. Przybylski, Murayama, Dehaan, dan Gladwell (2013) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa rendahnya tingkat kepuasan dasar memiliki kemungkinan berhubungan dengan *FoMO* dan keterlibatan media sosial dalam dua cara yakni melalui link dan secara langsung. Individu yang rendah dalam kepuasan kebutuhan dasar akan tertarik pada penggunaan media sosial karena dianggap sebagai cara yang tepat untuk berhubungan dengan orang lain dengan mudah. Media sosial dipakai sebagai alat mengembangkan kompetensi sosial, dan kesempatan untuk memperdalam ikatan sosial. Hubungan antara kebutuhan dasar dan keterlibatan media sosial, yang bisa juga menjadi tidak langsung terkait dengan *FoMO*.

Penelitian yang dilakukan oleh Swar & Hameed (2017) yang menunjukkan bahwa orang dengan kebutuhan psikologis yang rendah memiliki ketakutan yang tinggi akan rasa kehilangan (*FoMO*) dari keterlibatan media sosial. Tingginya keterlibatan media sosial kemudian menyebabkan kecanduan *smartphone*. Temuan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang dilakukan oleh Przybylski. Penelitian lain yang dilakukan Adams, Wiliford, Vaccaro, Kisler, Francis & Newman (2016) melaporkan *FoMO* menyebabkan pelajar menunda waktu untuk tidur. Mereka takut untuk segera tidur karena sesuatu yang menyenangkan dan penting mungkin akan terjadi terlebih ketika mengetahui teman sosial media mereka sedang melakukan aktivitas lain. JWT *Intelligence* (2012) dimana setelah *FoMO* dijelaskan dalam survei (AS dan Inggris), menjelaskan bahwa terdapat 70% dari milenium dewasa mengatakan mereka benar-benar atau agak berhubungan dengan ekspresi. Hampir 4 dari 10 orang

muda mengatakan bahwa mereka mengalami *FoMO* sering atau kadang-kadang. Dijelaskan pula *FoMO* pada kalangan remaja tampaknya lebih meningkat, dimana sekitar 65% millenium remaja mengalaminya, dan hampir naik 10% sejak survei 2011.

Susanti dalam situsnya *tribunnews.com*, menyatakan bahwa mewabahnya *FoMO* ini juga telah terjadi hampir di seluruh tempat di Indonesia. *FoMO* yang terjadi di Indonesia sudah sering kita lihat di warung-warung, di pasar-pasar, di jalan-jalan, di parkir, di depan sekolah, bahkan di masjid. Fenomena *FoMO* ini diyakini tidak hanya merusak psikis tetapi juga telah menyebabkan pergeseran moral, rusaknya etika, dan juga akhlak. Dijelaskan bahwa di dalam masjid Baiturrahman, seseorang akan baru melepaskan *handphone*-nya setelah imam mengucapkan takbir. Dan akan langsung terburu-buru untuk melihat *handphone*-nya setelah imam mengucapkan salam. Hal yang lebih membahayakan lagi, seseorang akan menggunakan *handphone*-nya saat berekendara, sehingga bisa membahayakan keselamatan dirinya dan orang lain. Bahkan, jika seseorang menelan mentah-mentah berita *hoax* di media sosial. Fenomena *FoMO* juga akan membuat seseorang mengalami iri, dengki, kecemburuan bahkan depresi. Beberapa kasus menjelaskan bahwa yang mereka alami ini akan berakhir dengan pertengkaran, permusuhan, perselingkuhan dan pembunuhan. Namun, sangat disayangkan bahwa fenomena *FoMO* ini belum dilengkapi dengan data yang secara statistik menjelaskan berapa banyak remaja penderita *syndrom FoMO* yang terjadi di Indonesia

Kesulitan-kesulitan yang dialami remaja dengan tingkat *FoMO* yang tinggi membuat remaja kesulitan menjalani kehidupan bahagia yang seharusnya dialami oleh semua orang. Dan rendahnya perkembangan identitas diri dan pencarian dirinya di lingkungan sosial juga membuat remaja kesulitan merasakan kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan dan kepuasan hidup pada diri individu sering disebut dengan *subjective well-being*. Menurut Diener, Lucas & Oishi (2005) menjelaskan bahwa *subjective well-being* didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang berupa reaksi emosional terhadap peristiwa sebagai penilaian kognitif kepuasan terhadap kehidupannya. Dengan demikian,

subjective well-being adalah konsep luas yang meliputi perasaan positif dan perasaan negatif seperti perasaan senang, rendahnya mood dan kepuasan hidup yang tinggi. Pengalaman positif yang terkandung dalam kesejahteraan subjektif yang tinggi adalah konsep inti dari psikologi positif karena mereka membuat hidup mereka berharga.

Perasaan-perasaan negatif yang dialami remaja tersebut jika terus menerus dialami remaja pada tingkat *FoMO* yang tinggi akan mempengaruhi secara emosional sisi *subjective well-being* pada remaja. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Holly Stead & Bibby (2017) tentang “*Personality, Fear of Missing Out and Problematic Internet use and their Relationship to Subjective Well-Being*” menunjukkan bahwa perbedaan kepribadian, *FoMO*, dan penggunaan internet memiliki dampak negatif yang mempengaruhi hubungan emosional dari *subjective well-being*. Dengan koefisien skor 0,788 untuk hubungan *FoMO* dengan *subjective well-being*. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat fenomena di Indonesia tentang “Hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja yang Ditinggal Orang Tuanya Merantau (TKI)”.

1.2 Rumusan Masalah

Permasalahan utama dalam penelitian ini diungkap dalam pernyataan berikut: “Apakah ada hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Subjective Well Being* pada Remaja yang Orangtuanya sebagai TKI?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja yang Orangtuanya sebagai TKI.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah data empiris, informasi baru dan wawasan dalam perkembangan ilmu Psikologi, khususnya pada bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Klinis. Terutama mengenai *Fear of Missing Out* dan juga *Subjective Well-Being* pada Remaja yang Ditinggal Orang Tuanya sebagai TKI.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Remaja, terutama yang ditinggal orang tuanya menjadi TKI lebih mengenali kondisi diri, mampu mengolah emosi dengan baik dan waktu dengan baik. Selain itu juga, remaja juga diharapkan untuk lebih bijak dalam penggunaan media sosial mereka sehingga gejala-gejala *fear of missing out* sehingga kepuasan hidup (*subjective well-being*) bisa tercapai.
- b. Bagi Orang Tua, terutama yang berkerja sebagai TKI dan lingkungan untuk lebih peduli pada kondisi psikologis para remaja mereka terhindar dari permasalahan *Fear of Missing Out* dan *Subjective Well-Being* terjamin. Dan jika hipotesis-hipotesis ini terbukti, pengawasan dan penggunaan media sosial remaja juga akan menjadi tugas para orang tua dan anggota keluarga lain.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan referensi penelitian yang sama ke depannya. Dan diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan baik dalam hal fenomena, responden maupun dalam metode penelitiannya.