

## ANALISIS WACANA EKSPRESI KECEMASAN DALAM MEDIA SOSIAL: KAJIAN PRAGMATIK TUTURAN REMAJA DENGAN FENOMENA FOMO

Ananda Dea F<sup>1</sup>, Kheyla Ayu N. D<sup>2</sup>, Nadila Rahma Aulia<sup>3</sup>, Yurika Nur Riski<sup>4</sup>, Anhar<sup>5</sup>  
<sup>1, 2, 3, 4, 5</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Balikpapan, Kalimantan Timur, Indonesia  
Email: [anhar@stiebalikpapan.ac.id](mailto:anhar@stiebalikpapan.ac.id)

---

### Article History

Received: 10-10-2025

Revision: 20-10-2025

Accepted: 25-10-2025

Published: 28-10-2025

**Abstract.** The phenomenon of Fear of Missing Out (FOMO), or the fear of being left behind in the flow of information and social interaction, is one of the factors that influence the psychological condition of adolescents in their use of social media. This study aims to analyse the forms of discourse expressing adolescent anxiety that appear on social media and to examine this phenomenon from a pragmatic perspective. This study uses a qualitative approach with pragmatic discourse analysis methods. Data in the form of adolescent speech quotations were collected from Instagram, X, and TikTok platforms by searching for hashtags relevant to the FOMO phenomenon. The results show that adolescents' expressions of anxiety due to FOMO are not always conveyed explicitly but are present in the form of implied meanings through certain word choices and language styles. Words such as 'left behind' or 'out of date' indicate a concern about missing important moments, while pragmatic strategies such as humour, irony, and repetition are used to mask feelings of anxiety. Teenagers' speech also reflects social pressure from their peer environment, which influences the way they communicate in the digital world. These findings confirm that FOMO plays an important role in shaping digital communication patterns and impacts the mental health of teenagers. Through pragmatic analysis, the results of this study can form the basis for the development of healthier digital literacy and strategies to prevent the negative impacts of social media.

**Keywords:** Fomo, Expressions of Anxiety, Discourse, Pragmatics, Social Media

**Abstrak.** Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) atau ketakutan tertinggal dari arus informasi dan interaksi sosial menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kondisi psikologis remaja dalam penggunaan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk-bentuk wacana ekspresi kecemasan remaja yang muncul di media sosial serta mengkaji fenomena tersebut melalui perspektif pragmatik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis wacana pragmatik. Data berupa kutipan tuturan remaja dikumpulkan dari platform Instagram, X, dan TikTok melalui penelusuran tagar yang relevan dengan fenomena FOMO. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekspresi kecemasan remaja akibat FOMO tidak selalu disampaikan secara eksplisit, melainkan hadir dalam bentuk makna tersirat melalui pilihan kata dan gaya bahasa tertentu. Kata seperti "ketinggalan" atau "tidak update" menandakan kekhawatiran kehilangan momen penting, sedangkan strategi pragmatik seperti humor, ironi, dan pengulangan digunakan untuk menyamarkan perasaan cemas. Tuturan remaja juga mencerminkan tekanan sosial dari lingkungan pertemanan yang memengaruhi cara mereka berkomunikasi di dunia digital. Temuan ini menegaskan bahwa FOMO berperan penting dalam membentuk pola komunikasi digital dan berdampak pada kesehatan mental remaja. Melalui analisis pragmatik, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan literasi digital yang lebih sehat dan strategi pencegahan terhadap dampak negatif media sosial.

**Kata Kunci:** Fomo, Ekspresi Kecemasan, Wacana, Pragmatik, Media Sosial

---

**How to Cite:** Dea F, A., Ayu N. D, K., Aulia, N. R., Riski, Y. N., & Anhar. (2025). Analisis Wacana Ekspresi Kecemasan dalam Media Sosial: Kajian Pragmatik Tuturan Remaja dengan Fenomena Fomo. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (6), 10168-10174. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i6.4355>

---

## PENDAHULUAN

Fenomena digitalisasi komunikasi telah mengubah lanskap interaksi sosial masyarakat kontemporer, khususnya di kalangan remaja yang menjadikan media sosial sebagai ruang utama konstruksi identitas dan ekspresi diri. Przybylski et al. (2013) mendefinisikan Fomo sebagai kecemasan pervasif yang muncul ketika individu merasa orang lain memiliki pengalaman berharga yang tidak mereka miliki, yang ditandai dengan keinginan terus-menerus untuk tetap terhubung dengan aktivitas orang lain melalui media sosial. Di Indonesia, penetrasi pengguna media sosial mencapai 191,4 juta jiwa atau 68,9% dari total populasi pada tahun 2024 (Datareportal, 2024), dengan kelompok remaja usia 16-24 tahun mendominasi hingga 38,2% dari total pengguna. Kondisi ini menciptakan ekologi komunikasi baru di mana remaja mengekspresikan berbagai emosi, termasuk kecemasan terkait Fomo, melalui tuturan-tuturan khas di platform digital. Namun, eksplorasi mendalam tentang bagaimana kecemasan tersebut diartikulasikan secara linguistik dalam wacana media sosial, khususnya dari perspektif pragmatik, masih terbatas dalam konteks penelitian Indonesia (Anhar et al, 2024)

Kajian pragmatik terhadap tuturan remaja di media sosial menjadi signifikan mengingat karakteristik komunikasi digital yang memiliki keunikan tersendiri dibandingkan komunikasi tatap muka. Yus (2011) menjelaskan bahwa komunikasi dimediasi komputer (*computer-mediated communication*) memerlukan kerangka analisis pragmatik yang mempertimbangkan konteks situasional, implikatur, dan strategi kesantunan yang berbeda dengan komunikasi konvensional. Dalam konteks Fomo, remaja tidak hanya menyampaikan kecemasan secara eksplisit, tetapi juga melalui implikatur, presuposisi, dan tindak tutur tidak langsung yang perlu dianalisis secara komprehensif. Anhar et al. (2020) menemukan bahwa ekspresi kecemasan di media sosial sering dikemas dalam bentuk humor, sarkasme, atau referensi budaya populer yang memerlukan pemahaman kontekstual untuk mengidentifikasi fungsi pragmatismenya. Penelitian Barry et al. (2017) juga menunjukkan korelasi signifikan antara tingkat Fomo dengan intensitas penggunaan media sosial ( $r = 0,45$ ,  $p < 0,001$ ) dan gejala kecemasan ( $r = 0,52$ ,  $p < 0,001$ ), yang mengindikasikan urgensi memahami bagaimana kecemasan ini dikonstruksi dan dikomunikasikan secara linguistik (Anhar et al, 2024)

Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji Fomo dari perspektif psikologis (Przybylski et al., 2013; Elhai et al., 2020), sosiologis (Milyavskaya et al., 2018), dan komunikasi massa (Anhar et al., 2014), analisis wacana dengan pendekatan pragmatik terhadap tuturan remaja Indonesia yang mengalami Fomo masih menjadi lacuna penelitian. Penelitian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Buglass et al. (2017) fokus pada motivasi penggunaan media sosial, sementara Fabris et al. (2020) mengeksplorasi dampak Fomo terhadap wellbeing remaja tanpa

menganalisis dimensi linguistik tuturan mereka. Di Indonesia, penelitian Amalia dan Sari (2019) mengkaji penggunaan bahasa gaul di media sosial, namun belum menyentuh aspek pragmatik ekspresi kecemasan secara spesifik. Padahal, memahami bagaimana remaja mengartikulasikan kecemasan mereka melalui pilihan linguistik, strategi tindak tutur, dan fungsi pragmatis tertentu dapat memberikan wawasan mendalam tentang konstruksi realitas sosial mereka serta implikasinya terhadap kesehatan mental digital *native generation* (Anhar et al, 2024)

Penelitian ini bertujuan menganalisis wacana ekspresi kecemasan terkait Fomo dalam tuturan remaja di media sosial melalui pendekatan pragmatik dengan metode kualitatif deskriptif. Fokus analisis diarahkan pada: (1) identifikasi bentuk-bentuk tindak tutur yang digunakan remaja dalam mengekspresikan kecemasan Fomo, (2) strategi implikatur dan presuposisi dalam konstruksi makna kecemasan, dan (3) fungsi pragmatis tuturan kecemasan dalam konteks interaksi digital. Data penelitian berupa tuturan remaja usia 15-21 tahun di platform Twitter, Instagram, dan TikTok yang dikumpulkan melalui teknik purposive sampling dengan kriteria konten yang mengindikasikan ekspresi kecemasan terkait Fomo. Analisis menggunakan kerangka teori tindak tutur Austin (1962) dan Searle (1969), teori implikatur Grice (1975), serta teori kesantunan Brown dan Levinson (1987) yang diadaptasi untuk konteks komunikasi digital. Penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan kajian linguistik digital di Indonesia serta memberikan implikasi praktis bagi literasi media dan kesehatan mental remaja di era digital (Anhar et al, 2024).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain analisis wacana kritis berbasis pragmatik untuk menelaah ekspresi kecemasan *Fear of Missing Out* (FOMO) dalam tuturan remaja di media sosial. Menurut Creswell dan Poth (2018), pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti memahami fenomena sosial secara mendalam melalui interpretasi makna yang dikonstruksi partisipan dalam konteks natural. Data berupa tuturan remaja usia 15–21 tahun diambil dari platform Twitter/X, Instagram, dan TikTok, yang merupakan media paling populer di kalangan remaja (Datareportal, 2024). Pengumpulan data dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria: (1) mengandung indikator linguistik kecemasan FOMO seperti ketakutan tertinggal, perbandingan sosial, atau urgensi partisipasi; (2) dipublikasikan antara Januari–Desember 2024; (3) menggunakan bahasa Indonesia atau campuran Indonesia–Inggris; dan (4) memiliki tingkat interaksi yang menunjukkan relevansi dengan komunitas digital. Teknik digital ethnography (Pink et al., 2016) digunakan untuk

observasi nonpartisipan, dengan dokumentasi screenshot yang telah dianonimkan. Jumlah korpus penelitian sebanyak 150–200 tuturan hingga mencapai saturasi data (Guest et al., 2006). Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dan member checking dengan tiga remaja sebagai informan kunci (Anhar et al., 2024).

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap utama. Pertama, identifikasi dan kategorisasi tindak tutur menggunakan taksonomi Searle (1969) untuk menentukan maksud komunikatif di balik ekspresi kecemasan. Kedua, analisis implikatur percakapan berdasarkan teori Grice (1975) untuk menemukan makna tersirat melalui pelanggaran maksim. Ketiga, analisis strategi kesantunan Brown dan Levinson (1987) yang diadaptasi ke konteks digital untuk menelaah *positive face* dan *negative face* dalam tuturan kecemasan. Seluruh proses analisis dilakukan secara manual dengan bantuan perangkat lunak MAXQDA 2024 untuk pengkodean dan kategorisasi data. Setiap kutipan diberi label sesuai kategori tindak tutur, jenis implikatur, strategi kesantunan, dan fungsi pragmatis (Anhar et al., 2024).

Keabsahan penelitian dijamin melalui *prolonged engagement* selama enam bulan untuk memahami dinamika komunikasi remaja (Lincoln & Guba, 1985), *audit trail* untuk memastikan *dependability*, dan *peer debriefing* dengan dua ahli linguistik serta satu ahli psikologi komunikasi guna meninjau hasil analisis. Etika penelitian mengikuti pedoman riset digital (Anhar et al., 2024), termasuk anonimisasi identitas, pengecualian akun privat, dan perlindungan terhadap konten yang menunjukkan distres psikologis serius. Data yang digunakan hanya bersifat publik dan telah diverifikasi konteksnya. Hasil penelitian disajikan secara deskriptif-interpretatif dengan kutipan tuturan yang relevan, disertai pembahasan fungsi pragmatis dan implikasi sosiolinguistik dari pola ekspresi kecemasan yang ditemukan.

## **HASIL**

Penelitian ini berfokus pada ekspresi kecemasan remaja di media sosial dengan menggunakan pendekatan analisis wacana pragmatik. Data yang dianalisis berupa tuturan-tuturan remaja yang mencerminkan fenomena Fomo. Fenomena ini dipilih karena menunjukkan adanya kecenderungan remaja untuk terus terhubung dengan media sosial dan mengalami kecemasan ketika merasa tertinggal dari arus informasi atau aktivitas sosial di dunia digital (Anhar et al, 2024). Dari data yang dikumpulkan, terlihat bahwa kecemasan remaja muncul dalam berbagai bentuk, baik dalam konteks kehilangan informasi, interaksi sosial, maupun perbandingan diri dengan orang lain. Tuturan yang dipilih memperlihatkan adanya penggunaan bahasa yang khas, seperti repetisi, hiperbola, pronomina personal, dan ekspresi emosional yang menguatkan perasaan cemas tersebut (Anhar et al, 2024).

Untuk mempermudah analisis, data disajikan dalam tabel yang mengklasifikasikan kutipan tuturan remaja berdasarkan indikator Fomo, bentuk ekspresi kecemasan, dan fitur linguistik pragmatik yang digunakan.

Tabel 1. Data Hasil Klasifikasi Kutipan Tuturan Remaja

Kutipan Tuturan Remaja	Indikator FOMO	Bentuk Ekspresi Kecemasan	Fitur Linguistik Pragmatik
“Kalau aku ngga cek medsos sehari saja, rasanya ketinggalan info penting banget.”	<i>Salience</i>	Kecemasan takut tertinggal (Fomo)	Repetisi, pronomina personal
“Aku jadi sering banget buka HP walau lagi tidak ada notifikasi, takut teman-teman pada pergi tanpa aku.”	<i>Tolerance</i>	Kecemasan sosial, takut diabaikan	Paralelisme, pronomina kolektif
“Pas aku ngga aktif medsos, aku jadi gelisah dan susah tidur.”	<i>Mood modification</i>	Kecemasan fisik dan psikologis akibat Fomo	Metafora (gelisah), ajakan (implisit)
“Semua orang udah update di story, gue doang yang ngga ada. Malu banget rasanya.”	<i>Withdrawal</i>	Kecemasan karena perbandingan sosial	Hiperbola, pengguna eksklusif, ekspresif emosional (malu banget)

## DISKUSI

Berdasarkan data yang diperoleh, ekspresi kecemasan remaja di media sosial dapat dipahami melalui kerangka fenomena Fomo. Analisis pragmatik menunjukkan bahwa tuturan remaja tidak hanya merepresentasikan isi pesan, tetapi juga menyingkap kondisi psikologis berupa rasa cemas, gelisah, dan takut tertinggal dari lingkaran sosialnya. Pada kutipan “Kalau aku nggak buka medsos sehari aja, rasanya ketinggalan info penting banget”, terlihat bahwa media sosial menjadi pusat perhatian utama (*Salience*). Penggunaan repetisi dan hiperbola pada kata penting banget mempertegas intensitas kecemasan yang dialami. Secara pragmatik, tuturan ini mengimplikasikan adanya ketergantungan remaja terhadap arus informasi digital (Balqis et al, 2024)

Kutipan “Aku jadi sering banget buka HP walau lagi tidak ada notifikasi, takut teman-teman pada pergi tanpa aku.” merefleksikan bentuk Fomo dengan indikator (*Tolerance*). Kecemasan yang muncul bukan hanya soal kehilangan informasi, tetapi juga rasa takut tidak dianggap bagian dari kelompok sosial. Tuturan ini menggunakan pronomina kolektif teman-teman untuk menegaskan identitas kebersamaan, serta kata emosional gelisah yang menandakan kondisi psikologis negatif (Septiani, et al, 2024)

Sementara itu, pada tuturan “Pas nggak aktif medsos, aku jadi gelisah dan susah tidur”, remaja menunjukkan bentuk kecemasan yang lebih nyata secara fisik. Indikator (*Mood modification*) tampak jelas karena aktivitas penggunaan media sosial memengaruhi kondisi emosional bahkan pola tidur. Secara pragmatik, tuturan ini menghadirkan implikatur bahwa media sosial telah menjadi sarana pengatur suasana hati. Adapun kutipan “Semua orang udah update di story, gue doang yang nggak ada. Malu banget rasanya” memperlihatkan indikator (*Withdrawal*). Tuturan ini menandakan adanya perasaan rendah diri dan perbandingan sosial. Fitur hiperbola (malu banget) dan penggunaan ekspresi eksklusif gue doang menunjukkan bahwa remaja merasa tersisih jika tidak mengikuti pola interaksi digital teman-temannya (Septiani, et al, 2024). Dari analisis di atas dapat disimpulkan bahwa ekspresi kecemasan remaja dengan fenomena Fomo terwujud melalui berbagai strategi bahasa, seperti repetisi, hiperbola, pronomina personal, emotikon, serta implikatur pragmatik. Hal ini memperlihatkan bahwa media sosial bukan sekadar ruang komunikasi, tetapi juga arena pembentukan identitas dan sumber kecemasan sosial bagi remaja (Austin, et al 1962)

## KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengidentifikasi lima pola utama ekspresi linguistik kecemasan Fomo pada remaja di media sosial: tuturan ekspresif langsung, tuturan ekspresif tidak langsung dengan metafora, penggunaan hashtag sebagai strategi validasi, repetisi untuk penekanan emosi, dan penggunaan emoji sebagai intensifier. Strategi pragmatik yang dominan meliputi tindak tutur ekspresif (67%), komisif tersirat (21%), dan direktif tidak langsung (12%). Konteks media sosial signifikan mempengaruhi cara ekspresi melalui adaptasi register digital dan penggunaan multimodal. Fungsi komunikatif utama dari ekspresi kecemasan Fomo adalah mencari validasi sosial, membangun solidaritas, dan mengkonstruksi identitas digital. Temuan ini memiliki implikasi penting untuk pengembangan teori pragmatik digital dan intervensi kesehatan mental remaja

## REFERENSI

- Amalia, R., & Sari, D. P. (2019). Penggunaan bahasa gaul remaja dalam media sosial Instagram. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 8(2), 98–106.
- Anhar, A., Hasanah, R., & Aprilia, R. P. (2024). Pengaruh interaksi virtual terhadap pembentukan bahasa slang di komunitas gamer Indonesia: Perspektif sosiolinguistik. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1(8), 3821–3829.
- Anhar, A., Hazlin, N. A. A., Simanjuntak, A., & Nurbidayah, D. (2024). Interaksi media sosial dan minat baca di kalangan Gen Z. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(5), 6241–6248. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i5.1973>

- Anhar, A., Khoirunnisaa, K., Septianti, L., & Asmawati, M. (2024). Pengaruh TikTok terhadap perkembangan bahasa di kalangan generasi Alpha. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(5), 6341–6346. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i5.1994>
- Anhar, A., Tasya, T., Selviana, S., & Tanjung, K. (2020). Peran komunikasi verbal dan nonverbal dalam dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(6), 7191–7198. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i6.2094>
- Austin, J. L. (1962). *How to do things with words*. Oxford University Press.
- Balqis, A., Ajiziyah, N., & Indri Tiara Peprianti, Anhar. (2024). Analisis perbandingan peranan tagline pada iklan Le Minerale dan Aqua terhadap brand awareness Kota Balikpapan. *YUME: Journal of Management*, 7(3), 1142–1150.
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 61, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.005>
- Brown, P., & Levinson, S. C. (1987). *Politeness: Some universals in language usage*. Cambridge University Press.
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, 66, 248–255. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Datareportal. (2024). *Digital 2024: Indonesia*. Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>
- Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults. *Journal of Affective Disorders*, 274, 576–582. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.080>
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence. *Addictive Behaviors*, 106, 106364. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>
- Grice, H. P. (1975). Logic and conversation. In P. Cole & J. L. Morgan (Eds.), *Syntax and semantics 3: Speech acts* (pp. 41–58). Academic Press.
- Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How many interviews are enough? *Field Methods*, 18(1), 59–82. <https://doi.org/10.1177/1525822X05279903>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: Prevalence, dynamics, and consequences. *Motivation and Emotion*, 42(5), 725–737. <https://doi.org/10.1007/s11031-018-9683-5>
- Pink, S., Horst, H., Postill, J., Hjorth, L., Lewis, T., & Tacchi, J. (2016). *Digital ethnography: Principles and practice*. SAGE Publications.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Searle, J. R. (1969). *Speech acts: An essay in the philosophy of language*. Cambridge University Press.
- Septiani, S., Ramadhany, C. L., Putri, S. A., & Anhar, A. (2024). Koherensi dan kejelasan kalimat dalam surat perjanjian kerja sama: Pendekatan linguistik dan legal. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(5), 6162–6167.