

***FEAR OF MISSING OUT (FoMO) OLAHRAGA LARI PADA
KOMUNITAS “GALURUNCLUB”***

SKRIPSI



Oleh:

BHRE PAMUNGKASING YOGA JANNATA
NPM. 21510017

**PROGRAM STUDI SOSIOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
2025**

***FEAR OF MISSING OUT (FoMO) OLAHRAGA LARI PADA
KOMUNITAS “GALURUNCLUB”***

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Sosiologi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik,
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Oleh:

BHRE PAMUNGKASING YOGA JANNATA
NPM. 21510017

**PROGRAM STUDI SOSIOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Fear of Missing Out (FoMO) Olahraga Lari Pada Komunitas
"GalauRunClub" Terhadap Penggunaan Aplikasi Strava Di
Surabaya.

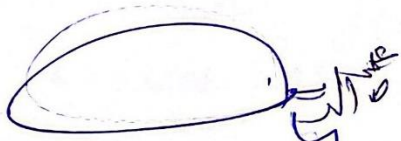
Nama : Bhre Pamungkasing Yoga Jannata

NPM : 21510017

Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Bahwasannya skripsi ini telah disetujui oleh Dosen Pembimbing dan layak untuk
diujikan

Dosen Pembimbing 1



Dr. Umar Sholahudin, S. Sos., M. Sosio
NIDN. 0727057601

Dosen Pembimbing 2



Dr. Abdus Sair, S. Sos, M. Sosio
NIDN. 0710098203

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini telah melalui proses pengujian dan telah dipresentasikan di hadapan dewan penguji sebagai bagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosiologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya pada:

Hari/Tanggal : Rabu, 23 Juli 2025

Pukul : 14.00 WIB

Dewan Penguj,

1. **Dr. Umar Sholahudin, S.Sos., M.Sosio.**

Ketua

2. **Dr. Abdus Sair, S.Sos., M.Sosio.**

Sekretaris

3. **Yelly Elanda, S.Sos., M.A.**

Anggota

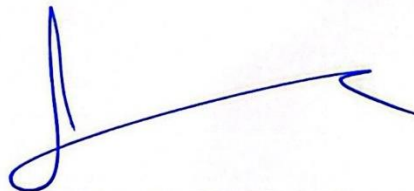
4. **Dra. Azizah Alie, M.Si.**

Anggota

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Wijaya Kusuma Surabaya



Drs. Mangihut Siregar, M.Si.

NIDN. 0718106801

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bhre Pamungkasing Yoga Jannata

NPM : 21510017

Program Studi : Sosiologi

Fakultas : Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik

Dengan penuh kesadaran, saya menyatakan bahwa skripsi yang telah saya susun ini adalah murni hasil karya saya sendiri dan tidak merupakan hasil plagiasi dari tulisan atau pemikiran orang lain yang saya klaim sebagai milik saya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarisme, saya siap menerima konsekuensi atas tindakan tersebut.

Surabaya, Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Bhre Pamungkasing Yoga Jannata

MOTTO

“Maka jangan sekali-kali kamu membiarkan kehidupan dunia ini memperdayakan kamu.”

(QS. Fatir: 5)

Pendidikan Memiliki Akar Yang Pahit, tapi Buahnya Manis.

HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Kepada orang tua dan keluarga kandung saya yang sudah mendoakan, mengingatkan dan mendoakan saya dalam proses pengerjaan skripsi saya.
2. Kepada Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, Bapak Prof. Dr. H. Widodo Ario Kentjono, dr. Sp.THT-KL (K), FICSTerima kasih sudah menerima mahasiswa seperti saya dan terima kasih atau fasilitas yang diberikan untuk para mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Kepada Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Bapak Drs. Mangihut Siregar, M.Si. Terima kasih atas dedikasi anda dalam menahkodai fakultas.
4. Kepada Kepala Program Studi Sosiologi Dra. Azizah Alie, M. Si yang sudah memberikan wawasan ilmu tentang sosiologi semasa saya menjalankan perkuliahan.
5. Kepada Dosen Pembimbing saya yaitu Dr. Umar Sholahudin, S. Sos., M. Sosio dan Abdus Sair, S. Sos, M. Sosio yang sudah membimbing dan membantu saya untuk menyelesaikan skripsi.
6. Kepada informan yang sudah mau membantu saya untuk memberikan data-data penelitian sehingga saya bisa mengerjakan skripsi.
7. Kepada kakak tingkat dan teman prodi saya yaitu mbak April, Dea, Putra, Hafidz yang sudah bersedia membantu saya dalam memberi semangat dan motivasi dalam pengerjaan skripsi saya sampai selesai
8. Kepada teman-teman Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik saya yaitu Ilham, Rosyid, Kinan, Dinda, Rein, Nanda, Bayu, yang sudah memberi dukungan dan memberikan masukan dalam pengerjaan skripsi.
9. Kepada teman-teman di Universitas Wijaya Kusuma yang tidak bisa saya sebut satu persatu yang sudah memberi waktu luang untuk refreshing setiap saya selesai mengerjakan skripsi saya.
10. Kepada saya sendiri yang sudah berjuang sampai di detik ini untuk mengerjakan skripsi dengan tidak malas dan fokus.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan nikmat yang diberikan-Nya sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan lancar dan sebaik-baiknya. Penulisan skripsi ini bertemakan “Fear Of Missing Out (FoMO) Dalam Tren Olahraga Fitness : Studi Fenomenologi Pada Mahasiswa Di Universitas Negeri Surabaya.” Tujuan penulisan ini untuk syarat dalam menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Strata Satu (S1) pada Program Studi Sosiologi Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Dalam penulisan ini peneliti mendapat banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan ketulusan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut:

1. Drs. Mangihut Siregar, M.Si, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
2. Dra. Azizah Alie, M. Si selaku Kepala Program Studi Sosiologi Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
3. Dr. Umar Solahudin M. Sosio selaku dosen pembimbing pertama saya yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing penulis dalam penulisan penelitian ini.
4. Abdus Sair, S. Sos, M. Sosio selaku dosen pembimbing kedua saya yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing penulis dalam penulisan penelitian ini.
5. Informan yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya untuk diwawancarai.

Kemudian peneliti menyadari adanya kekurangan dari skripsi ini. Maka dari itu, penulis mengharapkan segala jenis saran, masukan, ataupun kritik yang sifatnya membangun. Diharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
1.5 Tinjauan & Kajian Pustaka	11
1.5.1 Tinjauan Pustaka	11
1.5.2 Penelitian Terdahulu	16
1.6. KONSEP/TEORI	21
1.7 Metode Penelitian	23
1.7.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	23
1.7.2 Kehadiran Peneliti	24
1.7.3 Lokasi Penelitian	24

1.7.4	Sumber Data.....	25
1.7.5	Teknik Pengumpulan Data.....	28
1.7.6	Teknik Analisis Data	32
BAB II KOMUNITAS OLAHRAGA LARI “GALAU RUN CLUB”		36
2.1	AWAL MULA TERBENTUKNYA KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	36
2.2	PROFIL AKUN INSTAGRAM “GALAU RUN CLUB”	37
2.3	PROFIL ANGGOTA KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	40
2.4	KEGIATAN KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	41
BAB III LATAR BELAKANG PERILAKU FOMO OLAHRAGA LARI PADA APLIKASI STRAVA		45
3.1	MENGIMITASI TEMAN DALAM KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	46
3.2	TAKUT KETINGGALAN EVENT DAN OUTFIT OLAHRAGA LARI DI KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	51
BAB IV BENTUK PERILAKU FOMO ANGGOTA KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB” DI APLIKASI STRAVA		57
4.1	FLEXING PENCAPAIAN LARI	57
4.2	MENGIKUTI SEMUA EVENT LARI YANG DIADAKAN KOMUNITAS “GALAU RUN CLUB”	63
BAB V PENUTUP		69
5.1	KESIMPULAN	69
5.2	SARAN	70
5.2.1	Saran untuk Mahasiswa	70
5.2.2	Saran untuk Komunitas “GalauRunClub”	70
5.2.3	Saran untuk Akademisi dan Peneliti Selanjutnya	71
5.2.4	Saran Umum bagi Masyarakat	71
DAFTAR PUSTAKA		72
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Matrik Penelitian Terdahulu	17
Tabel 2. Daftar Informan Penelitian	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Akun Instagram komunitas lari “GalauRunClub”	38
Gambar 2. Unggahan Akun Instagram Komunitas Lari “GalauRunClub”	39
Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Komunitas “GalauRunClub”	43
Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan Komunitas “GalauRunClub”	44
Gambar 5. Postingan Instagram Milik Nasrul	48
Gambar 6. Postingan Putri di akun Instagram Miliknya	49
Gambar 7. Postingan Silvana di akun Instagram miliknya	53
Gambar 8. Postingan Rosyi di akun Instagram miliknya	60
Gambar 9. Postingan Silvana bersama komunitas “GalauRunClub”	65
Gambar 10. Postingan Nasrul Bersama Komunitas “GalauRunClub”	66

ABSTRAK

Fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam olahraga lari semakin menonjol di era digital, khususnya pada komunitas perkotaan yang aktif memanfaatkan media sosial dan aplikasi pelacak aktivitas seperti Strava. Penelitian ini berfokus pada komunitas “*GalauRunClub*” di Surabaya untuk memahami bagaimana FoMO terbentuk serta diwujudkan melalui aktivitas berlari bersama. Rumusan masalah penelitian mencakup dua hal, yaitu apa yang melatarbelakangi munculnya perilaku FoMO olahraga lari pada anggota komunitas pada aplikasi Strava dan bagaimana bentuk perilaku FoMO olahraga lari yang dilakukan anggota komunitas di aplikasi Strava. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan netnografi, melibatkan lima informan yang dipilih secara purposif, dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara mendalam, serta dokumentasi unggahan media sosial komunitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa FoMO pada anggota komunitas muncul dari dorongan untuk mengimitasi teman sebaya serta rasa takut tertinggal dari event lari yang dipublikasikan di Instagram. Bentuk perilaku FoMO tersebut tercermin dalam *flexing* pencapaian lari di Instagram, partisipasi aktif dalam hampir seluruh event komunitas. Aplikasi Strava berperan tidak hanya sebagai alat pencatat aktivitas, tetapi juga sebagai media pembentuk identitas, simbol kebanggaan, dan diferensiasi sosial antaranggota. Dengan demikian, olahraga lari dalam komunitas “*GalauRunClub*” tidak hanya dimaknai sebagai aktivitas untuk menjaga kesehatan, melainkan juga sebagai ruang sosial di mana FoMO menjadi ekspresi gaya hidup konsumsi dan representasi identitas di era digital.

Kata kunci : *FoMO, olahraga lari, komunitas “GalauRunClub”, aplikasi strava, masyarakat konsumsi.*

ABSTRACT

The phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) in running activities within the “GalauRunClub” community in Surabaya is not only related to health aspects but also reflects a modern lifestyle and a symbol of social status. This study employs a qualitative method with a netnographic approach, involving five community members as informants, with data collected through observation, interviews, and documentation. The analysis reveals that FoMO arises from the desire to imitate peers within the community and the fear of being left behind from various running events shared through the Instagram. This FoMO manifests in the form of flexing running achievements on Instagram and active participation in all community activities. Strava serves as an essential medium in shaping identity, symbolizing pride, and creating social differentiation among members, making FoMO not merely a desire to join activities but also an expression of self and a lifestyle of consumption. Thus, running in this community is not only a means of maintaining health but also a social space and a symbol of status in the digital era.

Keywords: *FoMO, running, "GalauRunClub" community, strava application, consumer society.*