

## Fenomena Gaya Hidup Jomo Dan Implikasinya Terhadap Keputusan Berwisata Di Kabupaten Lembata

Hamzah Nazarudin<sup>1</sup>, Indawati J Nino<sup>2</sup>, Anastasia Imelda Sayd<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Jurusan Administrasi Bisnis, Politeknik Negeri Kupang

Jl. Prof. Dr. Herman Johannes Kupang

Email: [alhimza@gmail.com](mailto:alhimza@gmail.com)

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gaya hidup JOMO terhadap keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata. Populasi dalam penelitian ini adalah wisatawan domestik yang berkunjung ke obyek wisata kabupaten Lembata. Sampel dalam penelitian ini adalah wisatawan yang telah mengunjungi obyek wisata kabupaten Lembata di pengaruhi oleh gaya hidup JOMO. Teknik pengambilan sampel menggunakan kategori nonprobability sampling dengan melibatkan pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut mencakup, a.Responden yang sudah mengunjungi obyek wisata kabupaten Lembata yang di pengaruhi oleh gaya hidup JOMO b.Responden dengan usia di atas 17 tahun, karena pada usia ini diharapkan responden memiliki kemampuan untuk menilai dan memahami variabel-variabel penelitian. Menurut Hair et al. (2010), Penentuan dengan jumlah sampel yang representative adalah tergantung pada jumlah indicator (item Kuisisioner) dikali 5 sampai 10. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sampel = jumlah indicator (item Kuisisioner) 18 item pertanyaan =  $(10 \times 10) = 100$ , jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 responden. Teknik pengumpulan data antara lain observasi dengan melakukan pengamatan langsung di lapangan, dengan membagikan kuesioner dalam bentuk per-tanyaan yang di bagikan kepada responden. Dan terdapat rancangan pertanyaan dan pernyataan yang berhubungan dengan masalah penelitian dan tiap jawaban mempunyai makna dalam menguji hipotesis. Hasil Penelitian menunjukan terdapat pengaruh variabel gaya hidup JOMO terhadap variabel keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata sebesar 61,1%.

**Kata Kunci** : Gaya Hidup JOMO, Keputusan Berkunjung, Obyek Wisata, Kabupaten Lembata

### ABSTRACT

*The purpose of this study is to determine the influence of the JOMO lifestyle on the decision to visit tourist attractions in Lembata Regency. The population in this study was domestic tourists who visited tourist attractions in Lembata Regency. The sample in this study consisted of tourists who had visited tourist attractions in Lembata Regency and were influenced by the JOMO lifestyle. The sampling technique used a nonprobability sampling method based on specific criteria. These criteria include a. Respondents who have visited tourist attractions in Lembata Regency influenced by the JOMO lifestyle b. Respondents aged 17 or older, as at this age, are expected to be able to assess and understand the research variables. According to Hair et al. (2010), determining the number of representative samples depends on the number of indicators (Questionnaire items) multiplied by 5 to 10. The number of samples in this study is sample = number of indicators (Questionnaire items) 18 question items =  $(10 \times 10) = 100$ , so the number of samples in this study is 100 respondents. Data collection techniques included direct field observation and distributed questionnaires. The questions and statements were designed to address the research problem, and each answer had a significant role in testing the hypothesis. The research results indicate that the JOMO lifestyle variable has a 61.1% influence on the decision to visit tourist attractions in Lembata Regency.*

**Keywords:** JOMO Lifestyle, Visiting Decision, Tourist Attractions, Lembata Regency

### Pendahuluan

Pariwisata merupakan salah satu sektor penting yang dapat mendorong pertumbuhan ekonomi dan pembangunan daerah terutama di wilayah dengan potensi alam dan budaya yang khas. Keindahan alam, kekayaan budaya, dan keanekaragaman destinasi menjadi daya tarik tersendiri bagi wisatawan domestik maupun mancanegara. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa

jumlah kunjungan wisatawan ke Indonesia pada tahun 2024 sebanyak 13,37 juta kunjungan naik 18% dibandingkan dengan periode 2023. (BPS; 2024). Sehingga sektor ini memberikan kontribusi positif terhadap perekonomian nasional dengan membuka lapangan kerja, mendukung industri kreatif, dan memperkuat hubungan antar negara.

Kabupaten Lembata, yang terletak di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), menawarkan berbagai macam destinasi wisata, mulai dari wisata alam, wisata bahari, hingga wisata budaya. Dengan berbagai macam potensi wisata yang relative belum tergarap secara maksimal, memiliki kekayaan alam dan budaya yang unik yaitu pantai-pantai yang masih asri, situs-situs sejarah, dan tradisi lokal yang khas seperti tradisi penangkapan ikan paus di Desa Lamalera, Kecamatan Wulandoni. Potensi tersebut tentunya membuka peluang besar bagi pengembangan pariwisata lokal. Aspek lain yang harus diperhatikan selain potensi pariwisata di suatu daerah yaitu perilaku konsumen (perilaku wisatawan). Perilaku konsumen menuntut pemahaman yang mendalam mengenai perilaku dan preferensi wisatawan dalam memilih destinasi. Perilaku konsumen akan berdampak pada trend dan gaya hidup wisatawan yang mengikuti perkembangan zaman.

Dalam era digital dan globalisasi saat ini, tren gaya hidup masyarakat mengalami perubahan signifikan. Salah satu fenomena yang mulai mencuat adalah JOMO (Joy of Missing Out), yang merupakan kebalikan dari fenomena FOMO (Fear of Missing Out). FOMO mendorong individu untuk terus terhubung dan aktif mengikuti berbagai aktivitas sosial, Sedangkan JOMO mengedepankan nilai ketenangan, kenikmatan dalam momen sendiri, dan keinginan untuk menghindari keramaian serta tekanan informasi yang berlebihan. Gaya hidup JOMO mendorong individu untuk lebih selektif dalam memilih aktivitas dan pengalaman yang dianggap benar-benar bermakna, termasuk dalam konteks berwisata.

Gaya hidup JOMO ini diyakini memiliki implikasi penting terhadap keputusan wisatawan dalam memilih destinasi. Wisatawan yang menganut nilai JOMO cenderung mencari pengalaman yang autentik, menekankan pada kualitas waktu dan relaksasi, serta menghindari destinasi yang terlalu padat atau terlalu dipengaruhi oleh tren global. Di sinilah letak relevansi penelitian ini, yaitu untuk memahami bagaimana gaya hidup JOMO dapat mempengaruhi keputusan berkunjung ke destinasi wisata, khususnya di Kabupaten Lembata. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi nilai-nilai yang dianut oleh wisatawan yang mengadopsi gaya hidup JOMO dapat mendorong mereka untuk memilih destinasi yang menawarkan ketenangan, keaslian, dan kedekatan dengan alam.

Gaya hidup JOMO (Joy of Missing Out) adalah konsep yang menekankan kebahagiaan dalam menikmati momen tanpa merasa cemas akan ketinggalan tren atau informasi terbaru. Dalam konteks pariwisata, gaya hidup ini mendorong individu untuk memilih destinasi yang menawarkan ketenangan dan kesempatan untuk melepaskan diri dari hiruk-pikuk kehidupan modern dan teknologi. Berikut adalah beberapa jurnal yang membahas tentang gaya hidup JOMO. "Dari FOMO ke JOMO: Mengatasi Rasa Takut akan Kehilangan (FOMO) dan Menumbuhkan Resiliensi terhadap Ketergantungan dari Dunia Digital" oleh Seprianus Kiding dan Andik Matulesy. Penelitian ini mengkaji bagaimana penerapan gaya hidup JOMO dapat membantu individu, khususnya remaja, mengurangi kecenderungan Fear of Missing Out (FOMO) dan meningkatkan resiliensi terhadap ketergantungan digital.

Hasilnya menunjukkan bahwa perilaku JOMO, seperti menikmati waktu sendiri dan memutus koneksi sementara dari media sosial, berkontribusi signifikan dalam mengurangi kecemasan terkait FOMO. "Fenomena Joy of Missing Out (JOMO) pada Komunitas Lyfe With Less Dalam Kampanye #SalingSilang" oleh Maharani, Hanathasia, dan Lestari. Studi ini menganalisis fenomena JOMO dalam komunitas Lyfe With Less, sebuah komunitas online di Indonesia yang mempromosikan hidup minimalis. Penelitian ini menemukan bahwa anggota komunitas yang menerapkan JOMO cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dan mampu menghindari perilaku konsumtif yang dipicu oleh konten di media sosial. "Perilaku Joy of Missing Out (JOMO) Mahasiswa dalam Mengatasi Perilaku Konsumtif akibat Konten Racun di Media Sosial TikTok" oleh Tifani Kusnayadi. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa yang menghadapi perilaku konsumtif akibat konten promosi di TikTok. Hasilnya menunjukkan bahwa dengan menerapkan perilaku JOMO, seperti pengendalian diri, pembatasan penggunaan media sosial, dan manajemen uang yang efektif, mahasiswa dapat mengurangi perilaku konsumtif yang dipicu oleh konten di media sosial.

Meskipun beberapa penelitian sudah mengkaji tentang gaya hidup JOMO, Namun studi yang secara khusus meneliti dampak gaya hidup JOMO terhadap keputusan berkunjung pada destinasi wisata masih sangat terbatas, terutama dalam konteks daerah dengan potensi pariwisata yang unik seperti Kabupaten Lembata. Kekurangan literatur tersebut menunjukkan adanya gap penelitian yang perlu segera diisi, mengingat semakin berkembangnya tren JOMO di tengah masyarakat yang semakin sadar akan pentingnya keseimbangan antara kehidupan digital dan pengalaman nyata.

Selain itu, pemahaman yang mendalam mengenai pengaruh JOMO terhadap perilaku berwisata juga dapat memberikan kontribusi strategis bagi pengelola destinasi dan pemangku kepentingan di

sektor pariwisata Kabupaten Lembata. Dengan mengetahui preferensi dan motivasi wisatawan yang mengadopsi gaya hidup JOMO, strategi pemasaran dan pengembangan produk wisata dapat disesuaikan agar lebih relevan dengan kebutuhan serta harapan pasar sasaran. Hal ini tidak hanya berpotensi meningkatkan kunjungan wisata, tetapi juga mendukung pembangunan ekonomi lokal dan pelestarian nilai-nilai budaya serta lingkungan.

Hasil Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dinamika pengaruh nilai-nilai JOMO dalam proses pengambilan keputusan berwisata, serta menawarkan rekomendasi strategis bagi pengembangan dan promosi destinasi wisata di Kabupaten Lembata.

## Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh gaya hidup JOMO terhadap keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata. Responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 responden wisatawan domestik yang mengunjungi obyek wisata kabupaten Lembata. Teknik pengambilan sampel menggunakan kategori nonprobability sampling dengan melibatkan pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut mencakup, a.Responden yang sudah mengunjungi obyek wisata kabupaten Lembata yang di pengaruhi oleh gaya hidup JOMO b.Responden dengan usia di atas 17 tahun, karena pada usia ini diharapkan responden memiliki kemampuan untuk menilai dan memahami variabel penelitian. Teknik penentuan sampel menggunakan penda Hair et al. (2010), Penentuan dengan jumlah sampel yang representative adalah tergantung pada jumlah indicator (item Kuisioner) dikali 5 sampai 10. Jumlah sampel dalam penelitian ini ebanyak 100 responden. yang merupakan hasil perkalian jumlah item pertanyaan kuisioner sebanyak 10 di kali 10.

## Hasil Dan Pembahasan

### Hasil

Berdasarkan uji instrument terhadap 100 responden menunjukan hasil uji validitas dari seluruh item variabel dinyatakan valid dengan kriteria statistik yang telah di tetapkan yaitu nilai r hitung > 0,3. Sedangkan uji reliabilitas menunjukan seluruh item variabel penelitian di nyatakan reliable dengan kriteria statistik yang telah di tetapkan yaitu nilai r hitung > 0,60.

### Analisis Regresi Linier Berganda

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan program SPSS 16.0, diperoleh hasil koefisien regresi seperti pada tabel 1

**Tabel 1.** Analisis Regresi Linier Berganda

Coefficients <sup>a</sup>				
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t
	B	Std. Error	Beta	
1 (Constant)	9.773	1.406		6.949
X	.312	.072	.402	4.344

Dari table 1 maka terbentuk persamaan regresi sebagai berikut :  $Y = 9,773 (\alpha) + 0,312(X) + e$ . artinya variabel Gaya Hidup JOMO konstant atau tetap maka keputusan berwisata ke kabupaten Lembata sebesar 9,773 dan jik variabel Gaya Hidup JOMO meningkat satu (1) satuan, maka keputusan berwisata ke kabupaten Lembata akan mengalami peningkatan sebesar 0,312. Hal ini di artikan bahwa naik turunnya keputusan berkunjung pada obyek wiasata kabupaten Lembata dapat di prediksi melalui naik turunnya variabel Gaya Hidup JOMO Atau Gaya Hidup JOMO berpengaruh pada keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata.

### Koofisien Korelasi

Korelasi antar variabel digunakan untuk mengetahui sejauh mana keeratan hubungan dua variabel yang diuji korelasinya dengan dasar pengambilan keputusan pada pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi. Koefisien korelasi pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

**Tabel 2.** Koefisien Korelasi

Correlations		X	Y
X	Pearson Correlation	1	.402**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Y	Pearson Correlation	.402**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari hasil perhitungan diatas maka didapatkan nilai koefisien korelas sebesar 0,402 yang artinya hubungan antara variabel gaya hidup JOMO memiliki hubungan yang ssdang terhadap Keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata.

### Koefisien Determinasi

Pengujian Koefisin determinasi bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel independen dapat menjelaskan pengaruhnya terhadap variabel dependen, yang dinyatakan dalam bentuk persentase. Nilai *Adjusted R Square* memiliki rentang antara 0 hingga 1. Semakin tinggi nilainya, maka semakin besar pula kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi yang terjadi pada variabel dependen. Koefisien determinasi pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini :

### Model Summary

**Tabel 3.** Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.402 <sup>a</sup>	.611	.153	1.632

a. Predictors: (Constant), X

Hasil diatas, didapatkan nilai *Adjusted R Square* (koefiensi determinasi) sebesar 0,611 yang artinya pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) sebesar 61,1%. Sedangkan sisanya 38,9 % di pengaruhi variabel lain.

### Uji Hipotesis

Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah  $H_0$  = Di duga gaya hidup tidak berpengaruh terhadap keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata.  $H_a$  = Di duga gaya hidup berpengaruh terhadap keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata. Dapat membandingkan nilai alpha (0,05) dengan nilai signifikan (nilai P - value), Jika P - value > 0,05 maka  $H_0$  di terima dan  $H_a$  di tolak. Sebaliknya jika P-value < 0,05 maka  $H_a$  di terima dan  $H_0$  di tolak.

Berdasarkan perbandingan antara variabel bebas dan variabel terikat pada table coefficient, di peroleh nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel, selain itu nilai signifikan/P-Value yang di peroleh adalah 0,000 dan nilai alpha sebesar 0,05 maka disimpulkan bahwa nilai P-value lebih kecil dari alpha. Hal ini menunjukan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya terdapat pengaruh antara gaya hidup terhadap keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata.

Keterbatasan penelitian ini adalah hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasi secara luas karena subjek pada penelitian ini hanya terbatas pada wisatwan domestic baik laki- laki dan perempuan yang berusia di atas 17 tahun. Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah hanya satu variabel independen dan variabel dependen sehingga perlu di lakukan penelitian dengan menambah jumlah variabel

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan terdapat pengaruh positif pada variabel gaya hidup JOMO terhadap keputusan berwisata di kabupaten Lembata Hal ini dibuktikan dengan hasil hipotesis bahwa nilai t hitung lebih besar dari t tabel, serta nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi variabel gaya hidup JOMO memilki hubungan yang sedang dengan variabel keputusan berwisata di kabupaten Lembata, kondisi ini menunjukan bahwa keputusan

berkunjung di kabupaten tidak hanya di pengaruhi oleh gaya hidup JOMO tapi di pengaruhi oleh variabel lain tidak di teliti.

Meskipun beberapa penelitian sudah mengkaji tentang gaya hidup JOMO, diantaranya Seprianus Kiding dan Andik Matulesy yang mengkaji bagaimana penerapan gaya hidup JOMO dapat membantu individu, khususnya remaja, mengurangi kecenderungan Fear of Missing Out (FOMO) dan meningkatkan resiliensi terhadap ketergantungan digital. Dan penelitian lain yang di lakukan oleh Tifani Kusnayadi yang berfokus pada mahasiswa yang menghadapi perilaku konsumtif akibat konten promosi di TikTok. Hasilnya menunjukkan bahwa dengan menerapkan perilaku JOMO, seperti pengendalian diri, pembatasan penggunaan media sosial, dan manajemen uang yang efektif, mahasiswa dapat mengurangi perilaku konsumtif yang dipicu oleh konten di media sosial. Namun hasil penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya karena hasil penelitian ini secara khusus meneliti dampak gaya hidup JOMO pada keputusan berkunjung ke destinasi wisata masih sangat terbatas, terutama dalam konteks daerah dengan potensi pariwisata yang unik seperti Kabupaten Lembata.

Selain itu, pemahaman yang mendalam mengenai pengaruh JOMO terhadap perilaku berwisata juga dapat memberikan kontribusi strategis bagi pengelola destinasi dan pemangku kepentingan di sektor pariwisata Kabupaten Lembata. Dengan mengetahui preferensi dan motivasi wisatawan yang mengadopsi gaya hidup JOMO, strategi pemasaran dan pengembangan produk wisata dapat disesuaikan agar lebih relevan dengan kebutuhan serta harapan pasar sasaran. Hal ini tidak hanya berpotensi meningkatkan kunjungan wisata, tetapi juga mendukung pembangunan ekonomi lokal dan pelestarian nilai-nilai budaya serta lingkungan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi dunia pendidikan dan kontribusi praktis bagi pemangku kepentingan khususnya pemerintahan kabupaten Lembata dalam meningkatkan kunjungan wisatawan di kabupaten Lembata yang berfokus pada orientasi perilaku konsumen.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa : terdapat pengaruh yang kuat variabel gaya hidup JOMO terhadap variabel keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata. Meskipun terdapat korelasi hubungan yang sedang antar variabel gaya hidup JOMO dengan variabel keputusan berkunjung pada obyek wisata kabupaten Lembata

## Daftar Pustaka

- [1] Ajzen, Icek. 1991. "The Theory of Planned Behavior." *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2): 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- [2] Chen, Ching-Fu & Tsai, Dung-Chun. 2007. "How Destination Image and Evaluative Factors Affect Behavioral Intentions?" *Tourism Management*, 28(4): 1115–1122. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2006.07.007>
- [3] Gonsalves, Tonya Dalton. 2019. *The Joy of Missing Out: Live More by Doing Less*. Nashville: Thomas Nelson.
- [4] Hsu, Cathy H. C. & Huang, Songshan. 2012. "An Extension of the Theory of Planned Behavior Model for Tourists." *Journal of Hospitality & Tourism Research*, 36(3): 390–417. <https://doi.org/10.1177/1096348010390817>
- [5] Kotler, Philip & Keller, Kevin Lane. 2016. *Marketing Management* (Edisi ke-15). New Jersey: Pearson Education.
- [6] Kuss, Daria J. & Griffiths, Mark D. 2017. "Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned." *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3): 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- [7] Kumar, Janakiraman & Nayak, J. K. 2019. "Understanding the Formation of Tourist Loyalty: A Mediated Model." *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 40: 11–19. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2019.04.001>
- [8] Maier, Christian; Laumer, Sven & Weitzel, Tim. 2020. "Technostress and the Digital Detox: How to Manage IT-Induced Stress." *Communications of the ACM*, 63(1): 42–44. <https://doi.org/10.1145/3363574>
- [9] Oliver, Richard L. 1997. *Satisfaction: A Behavioral Perspective on the Consumer*. New York: McGraw-Hill.
- [10] Prentice, Catherine; Wang, Xiang & Loureiro, Sandra Maria Correia. 2020. "The Influence of

- [13] Brand Experience and Service Quality on Customer Engagement.” *Journal of Retailing and Consumer Services*, 57: 102292. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2020.102292>
- [14] Schiffman, Leon G. & Wisenblit, Joseph L. 2015. *Consumer Behavior* (Edisi ke-11). New Jersey: Pearson.
- [15] Syahrivar, Joshua & Prabandari, Ika. 2021. “JOMO (Joy of Missing Out) dan Implikasinya terhadap Pemasaran Pariwisata Anti-FOMO.” Dalam *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*, Vol. 478, hlm. 154–160. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.025>
- [16] Tuncer, İsmet; Arslan, Ayşe & Bayuk, Burcu. 2022. “Mindfulness Tourism: A New Form of Wellness Tourism.” *Tourism Management Perspectives*, 43: 100983. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2022.100983>