

# **GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DI ERA PANDEMI COVID-19**

**Almadea Chista Ratna Devi, Endah Kumala Dewi**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro

Jalan Prof. Soedarto, SH., Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

[almadeachista.ac@gmail.com](mailto:almadeachista.ac@gmail.com)

## **Abstrak**

Adanya pandemi COVID-19 menyebabkan setiap individu perlu menerapkan pembatasan interaksi, yang mengakibatkan kebutuhan psikologis manusia akan keterhubungan secara sosial menjadi tidak terpenuhi. Hal ini menyebabkan terjadinya *Fear of Missing Out* (FoMO). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran FoMO pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi di era pandemi COVID-19. Desain penelitian ini menggunakan studi deskriptif. Populasi penelitian sebanyak 160 mahasiswa, sedangkan sampel penelitian sebanyak 110 mahasiswa yang didapatkan melalui teknik *simple random sampling*. Alat ukur penelitian menggunakan Skala FoMO (12 aitem,  $\alpha = 0,892$ ). Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden penelitian memiliki tingkat FoMO pada kategori tinggi yaitu sebanyak 45 mahasiswa (40,90%). Uji beda dilakukan sebanyak dua kali yaitu uji beda kategori jenis kelamin ( $p = 0,062$ ,  $p > 0,05$ ) dan uji beda kategori jumlah media sosial ( $p = 0,055$ ,  $p > 0,05$ ). Kesimpulan dari beberapa hasil yang didapatkan adalah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro mengalami fenomena FoMO di era pandemi COVID-19. Selain itu, tidak terdapat perbedaan pada variabel FoMO berdasarkan kategori jenis kelamin maupun berdasarkan kategori jumlah media sosial yang digunakan. FoMO dapat diatasi dengan kesadaran individu yang tinggi terhadap penggunaan media sosial serta penerimaan individu terkait kecemasan yang dimilikinya. Peneliti selanjutnya, diharapkan bisa melengkapi serta memperbaiki berbagai hal yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** *Fear of Missing Out* (FoMO), mahasiswa, deskriptif.

# AN OVERVIEW OF FEAR OF MISSING OUT IN FINAL YEAR PSYCHOLOGY STUDENTS DURING COVID-19 PANDEMIC ERA

**Almadea Chista Ratna Devi, Endah Kumala Dewi**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro

Jalan Prof. Soedarto, SH., Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

[almadeachista.ac@gmail.com](mailto:almadeachista.ac@gmail.com)

## **Abstract**

The existence of the COVID-19 pandemic causes every individual to need to apply interaction restrictions, which results in the human psychological need for social connectedness being unfulfilled. This causes the Fear of Missing Out (FoMO). This study aims to determine the description of FoMO in final year students of the Faculty of Psychology during the COVID-19 pandemic era. This research design uses a descriptive study. The population of this study was 160 students, while a sample of 110 students through simple random sampling. The research measuring instrument used the FoMO Scale (12 items,  $\alpha = 0.892$ ). The results showed that the majority of research respondents had FoMO levels in the high category, namely 45 students (40.90%). The different test was carried out twice, namely the gender category difference test ( $p = 0.062$ ,  $p > 0.05$ ) and the social media category difference test ( $p = 0.055$ ,  $p > 0.05$ ). The conclusion from some of results obtained that a final year students of the Faculty of Psychology, Diponegoro University experienced the FoMO phenomenon during the COVID-19 pandemic era. In addition, there is no difference in the FoMO variable based on gender category or category of the number of social media used. FoMO can be overcome with high individual awareness of the use of social media and individual acceptance for their anxiety. Future researchers are expected to be able to complement and improve various things that are limitations in this research.

**Keywords:** *Fear of Missing Out* (FoMO), psychology students, descriptive.