
Fenomena FoMO pada Mahasiswa Berorganisasi di Yogyakarta

Rizqi Yuliana Mahadewi¹, Agasyita Kandhi Asmara², Rizma Kurniasari³, Widya Juwita Sari⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

E-mail: rizqiyuliana.2022@student.uny.ac.id

Artikel diterima : 05-07-2023, direvisi : 21-12-2023, disetujui : 21-12-2023

Abstract: *Students are required to be active not only in the classroom, but also outside the classroom and organization is one of the activities outside the classroom that students target to add experience and expand relationships. This is also one of the factors causing the FoMO phenomenon among students. This study aims to determine the picture of FoMO in students organizing at Yogyakarta. The research design used in this study was to use descriptive quantitative methods. This research was conducted on Yogyakarta students. Samples were taken using random sampling using the Slovin formula so that 86 samples were obtained. Researchers collect data using questionnaires (self reports) distributed through google forms. Based on research that has been conducted from 86 respondents, the results of the FoMO level in the medium category.*

Key Words: FoMO; Student Organization; College

How to cite: Mahadewi, R.Y., Asmara, A.,K, Kurniasari, R., Sari, W.J. (2023). Fenomena FoMo pada Mahasiswa Berorganisasi di Yogyakarta. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*. 7 (2), 77-86. <http://doi.org/10.20961/jpk.v7i2.76021>

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangannya zaman yang pada saat ini sudah menjadi era *society 5.0* tentunya membawa pengaruh banyak di dalam berbagai aspek, diantaranya di bidang teknologi, kesehatan, budaya, dan aspek aspek lain dalam kehidupan. Aspek-aspek tersebut mengalami perubahan dalam setiap bidangnya tidak terkecuali dalam aspek sosial. *Society 5.0* mempermudah manusia dalam pertukaran informasi serta membawa fenomena-fenomena baru dalam kehidupan sosial tak terkecuali kehidupan sosial mahasiswa.

Mahasiswa dalam kehidupan sosialnya dituntut untuk dapat aktif tidak hanya di dalam kelas, tetapi juga di luar kelas salah satunya yang kini menjadi tujuan utama mahasiswa adalah mengikuti organisasi baik internal maupun eksternal. Kini organisasi menjadi salah satu kegiatan di luar kelas yang menjadi sasaran mahasiswa untuk menambah pengalaman dan memperluas relasi (Puspa Sari, Fadilah Hasibuan, Putri Azzahra, Putra Dinata Saragih, & Sahputra, n.d.). Hal itu juga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya fenomena FoMO di kalangan mahasiswa, contohnya ketika



seorang mahasiswa sedang bersantai dengan keluarga menikmati masa liburannya, seketika mengingat kegiatan yang dilakukan oleh temannya dan memunculkan perasaan khawatir serta gelisah, karena berfikir akan tertinggal dengan temannya dalam mendapatkan pengalaman sedangkan dirinya sedang bersantai-santai. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan organisasi profesi psikologi Australia (*Australian Psychological Society*) yang menyatakan bahwa usia remaja mengalami FoMO lebih besar sebesar 50% daripada usia dewasa sebesar 25% (Rahardjo & Soetjningsih, 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh (Komala, Rafiyah, & Keperawatan, 2022) dengan judul Gambaran FoMO pada mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Padjajaran menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami FoMo level sedang dengan persentase (67,8%). sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Anggraeni, Meiyuntariningsih, & Aristawati, n.d.) dengan judul Hubungan antara *Subjective Well-Being dan Fear of Missing Out (FoMO)* pada *Emerging Adulthood* menyatakan bahwa FoMO merupakan perilaku yang mengindikasikan adanya perilaku dan emosi negatif.

FoMO akan berdampak pada psikologis individu diantaranya kecemasan atau ketakutan berlebih terhadap kehilangan sesuatu yang menyenangkan. FoMO juga bisa mengakibatkan mahasiswa menjadi terlalu ambisius tanpa mementingkan kekurangan dan kelebihan yang dia punya sehingga melupakan tujuan daripada individu masing masing. Perasaan FoMO bisa mempengaruhi psikologis karena kita mungkin merasa tergoda untuk mengikuti apa yang orang lain lakukan dan mengabaikan tujuan dan kebutuhan pribadi kita (Christina, Yuniardi, & Prabowo, 2019)

Fear of Missing Out (FoMO) adalah kekhawatiran yang muncul ketika orang lain memiliki pengalaman superior, menurut Przybylski, Murayama, Deehan, dan Gladwell (Sianipar, Veronika, & Kaloeti, 2019) dan dicirikan sebagai dorongan untuk berhubungan dengan orang lain. Menurut Przybylski yang mengacu pada *Self-Determination Theory (SDT)* bahwa, *Fear of Missing Out* terjadi karena kurangnya pemenuhan kebutuhan psikologis seperti kompetensi (keinginan untuk melakukan sesuatu secara efektif), otonomi (inisiatif untuk membuat pilihan terbaik), dan keterkaitan (kedekatan atau hubungan dengan orang lain). Sebuah studi yang dilakukan oleh J. Walter Thompson Intelligence (JWT) menemukan bahwa orang yang berusia antara 18 dan 34 tahun lebih rentan terhadap FoMO dan lebih sering mengalaminya dibandingkan dengan mereka yang berusia antara 13 dan 17 tahun, juga dikenal sebagai pemuda milenial (Sianipar et al., 2019)

FoMO dikembangkan sebagai hasil dari kebutuhan psikologis dasar yang tidak terpenuhi tentang *competence, autonomy, dan relatedness* (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013). *Fear of Missing Out (FoMO)* adalah rasa takut ketinggalan berita, dan berkembang bersamaan dengan kecanduan internet (Carolina & Mahestu, 2020). *Fear of Missing Out (FoMO)*

secara umum didefinisikan sebagai keinginan yang tidak terkendali untuk tetap terhubung dengan aktivitas orang lain (Siddik, Mafaza, & Sembiring, 2020)

Saat menggunakan media sosial, seseorang yang mengalami FoMO akan merasa khawatir, emosional, dan inferior atau superior (JWT *Intelligence*, 2012). Keadaan ini juga diperkuat oleh Wang, Lee, dan Hua (Sianipar et al., 2019) yang menyatakan bahwa perasaan tidak aman kemudian pengendalian diri tidak baik maka akan berdampak negatif, yaitu berupa perilaku ketergantungan dengan penggunaan media sosial yang dimiliki. Hal ini karena percaya bahwa orang lain memiliki pengalaman yang lebih baik dan lebih menyenangkan dan dapat menyebabkan perasaan tidak berharga serta tidak puas dengan kehidupannya saat ini.

Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (2013), aspek FoMO (*Fear of Missing Out*) akan rendahnya kebutuhan psikologis dasar yang berkaitan dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) disebabkan oleh cara pandang yang menganggap *Fear of Missing Out* (FoMO) sebagai keadaan situasional ketika kebutuhan psikologis pada *self* dan *relatedness* tidak terpenuhi, maka aspek-aspek FoMO, yaitu (1) Kebutuhan psikologis akan *relatedness* tidak terpenuhi. Kebutuhan seseorang untuk merasakan rasa memiliki, keterhubungan, dan kebersamaan dengan orang lain disebut sebagai *relatedness*. Upaya memuaskan kebutuhan akan hubungan yang kuat membutuhkan kondisi yang hangat dan penuh perhatian di mana individu menginginkan interaksi dengan orang-orang yang menurutnya penting dan keinginan untuk terus mengembangkan kemampuan sosial mereka. Jika kebutuhan psikologis *relatedness*-nya tidak terpenuhi, individu akan menjadi cemas dan berusaha mencari informasi tentang apa yang dilakukan orang lain melalui internet. (2) Kebutuhan psikologis akan *self* tidak terpenuhi. Kebutuhan psikologis seseorang akan *self*-nya berhubungan dengan *competence* dan *autonomy* (Anggraeni et al., n.d.). Menurut Reeve & Sickenius, *competence* merupakan keinginan individu untuk dapat merasa efektif ketika melakukan interaksi dengan lingkungannya untuk melatih kemampuannya dan dalam upaya pencarian tantangan secara optimal (Anggraeni et al., n.d.). Kebutuhan akan *competence* berhubungan dengan keyakinan individu dalam melakukan tindakan maupun perilaku secara efektif dan efisien. Individu dapat mengalami frustrasi dan putus asa apabila merasa kepuasan akan *competence*-nya rendah. Sedangkan *autonomy* berarti individu dengan bebas mengintegrasikan tindakannya tanpa adanya perasaan keterikatan dengan orang lain maupun mendapat kontrol orang lain. Individu yang kebutuhan psikologis akan *self*-nya tidak terpenuhi, mereka akan menyalurkannya dengan internet untuk dapat informasi mengenai orang lain. Hal ini membuat individu akan terus berusaha mencari tahu segala hal atau informasi mengenai orang lain lewat internet (Przybylski et al., 2013). Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan tingkat *Fear of Missing Out* mahasiswa berorganisasi FIPP UNY, menjelaskan ada atau tidaknya perbedaan tingkat *Fear of Missing Out* pada mahasiswa berorganisasi FIPP UNY.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Variabel dalam penelitian ini adalah FoMO (*Fear of Missing Out*). Fomo merupakan suatu fenomena ketakutan atas kehilangan momen dan adalah kekhawatiran ketika orang lain memiliki pengalaman superior, menurut Przybylski, Murayama, Deehan, dan Gladwell (Sianipar et al., 2019). Subjek dari penelitian ini merupakan mahasiswa aktif yang menjadi pengurus BEM FIPP dan HIMA pada setiap jurusan di FIPP UNY.

Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa berorganisasi FIPP UNY angkatan 2021-2022. Jumlah minimal sampel yang diambil diputuskan dengan menggunakan rumus Slovin sehingga didapatkan 86 sampel. Pengambilan sampel dilakukan dengan random sampling dari populasi semua mahasiswa yang mengikuti organisasi di FIPP UNY. Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan kuesioner (*self-report*) yang akan disebar melalui google formulir. Google formulir digunakan karena salah satu media yang sangat mudah untuk responden dalam menginput jawaban.

Instrumen penelitian dikutip dari (Anggraeni et al., n.d.). Peneliti menggunakan alat ukur *Fear of Missing Out* (FoMOS) yang diciptakan oleh (Przybylski et al., 2013) skala ini mempunyai sepuluh item yang bersifat unidimensional. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala likert yang mempunyai rentang 1 sampai 5 dengan 1 untuk sangat tidak sesuai dan 5 untuk sangat sesuai. Namun, peneliti memodifikasinya dengan menggunakan rentang 1-4 pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Hal ini guna mempertegas hasil yang akan diperoleh peneliti dan mempertegas jawaban responden atas jawabannya, karena dengan menghilangkan “netral” maka tidak ada keragu-raguan bagi responden dalam menjawab. Dengan 4 pilihan jawaban yang tersedia juga menghindari akan memunculkan hasil yang cenderung bias. Alat ukur ini juga sudah dalam kategori reliabilitas tinggi dengan *cronbach's alpha* sebesar 0,90. Alasan menggunakan alat ukur ini karena mempunyai validitas dan reabilitas yang tinggi untuk dicobakan kepada mahasiswa yang mengikuti organisasi HIMA di setiap jurusan FIPP UNY dan BEM FIPP UNY.

HASIL

Penelitian ini mempunyai responden mahasiswa aktif yang tergabung dalam organisasi kemahasiswaan. Data karakteristik responden tersaji pada tabel 1. Pada tabel 1 diatas memberikan gambaran akan karakteristik responden pada penelitian ini yang meliputi organisasi, angkatan, jenis kelamin, usia, dan lama berorganisasi. Sesuai dengan gambaran dari tabel 1 diatas, terdapat 9 organisasi yang menjadi subjek penelitian dengan keseluruhan 86 responden. Tahun angkatan responden berada pada tahun 2021 dan 2022, dapat diketahui bahwa responden yang mendominasi berada di tahun 2022 dengan responden sebanyak 66 responden. Jenis kelamin responden laki-laki

dan perempuan, dapat diketahui dalam tabel bahwa responden yang mendominasi merupakan perempuan dengan total 74 responden. Usia responden berada dalam rentang usia 18-21 dengan dominasi responden berasal dari usia 19 tahun sebanyak 46 responden. Lamanya masa responden berorganisasi berada pada rentang kurang dari 1 tahun sampai lebih dari 1 tahun, yang didominasi oleh responden yang lama berorganisasinya 1 tahun dengan sebanyak 44 responden.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Organisasi		
BEM FIPP	7	8,1
HIMA PPB	13	15,1
HIMA PLS	5	5,8
HIMA PLB	6	7
HIMA PGPAUD	7	8,1
HIMA PGSD	7	8,1
HIMA Administrasi Pendidikan	6	7
HIMA Psikologi	27	31,4
HIMA Kebijakan Pendidikan	8	9,3
Angkatan		
2021	20	23,3
2022	66	76,7
Jenis Kelamin		
Laki laki	12	14
Perempuan	74	86
Usia		
18	6	7
19	46	53,5
20	30	34,9
21	4	4,6
Lama Berorganisasi		
< 1 tahun	31	36
1 tahun	44	51,2
>1 tahun	11	12,8

Pada tabel 2 disajikan gambaran Fear of Missing Out pada Mahasiswa berorganisasi FIPP. Pada tabel 2 menjabarkan hasil kategorisasi level FoMO yang dikategorikan menjadi level rendah, sedang dan tinggi. Berdasarkan tabel data diatas didapatkan hasil secara keseluruhan bahwa level FoMO mahasiswa berorganisasi FIPP UNY sebagian besar mengalami level FoMO sedang dengan 57 responden, selanjutnya level rendah sebanyak 10 responden dan level tinggi sebanyak 19 responden.

Tabel 2. Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) Pada Mahasiswa Berorganisasi FIPP

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Level FoMO		
Rendah	10	12
Sedang	57	66
Tinggi	19	22
Total	86	100

Tabel 3 menggambarkan hasil dari penelitian berdasarkan kategorisasi yang kemudian dilakukan tabulasi silang dengan karakteristik responden penelitian. Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa karakteristik responden pada mahasiswa berorganisasi dengan frekuensi dan level FoMO terbanyak berada pada mahasiswa organisasi Hima Psikologi dengan tingkat FoMO level sedang yaitu 15 responden, lalu diikuti pada level tinggi 8 responden, dan level rendah dengan 4 responden. Kemudian pada Hima PPB berada pada level FoMO sedang dan tinggi, untuk level sedang sebanyak 8 responden dan tinggi 5 responden. Kemudian Hima PLS berada pada kategori sedang semua dengan 5 responden. Hima KP berada pada level FoMO sedang kemudian tinggi, dan rendah, level sedang dengan 5 responden, tinggi 2 responden, dan rendah 1 responden. Berikutnya Hima AP yang berada pada level FoMO sedang semua dengan 6 responden. Setelah itu Hima PLB yang berada pada kategori level FoMO sedang, rendah, lalu tinggi, level sedang dengan 3 responden, rendah 2 responden, dan tinggi 1 responden. Hima PGPAUD berada pada kategori level FoMO sedang dan rendah, level sedang 5 responden, lalu rendah 2 responden. Hima PGSD berada pada kategori level FoMO sedang dan tinggi yang sejajar lalu setelahnya berada pada level rendah, level sedang dan tinggi sama 3 responden, dan rendah 1 responden. BEM FIPP berada pada kategori level sedang semua dengan 7 responden. Berikutnya berdasarkan angkatan, pada angkatan 2021 level FoMO tertinggi berada pada kategori sedang dengan 12 responden kemudian untuk kategori rendah dan tinggi terdapat kesamaan responden yaitu 4, sedangkan pada angkatan 2022 level FoMO tertinggi berada pada kategori sedang dengan 45 responden disusul kategori tinggi dengan 15 responden.

Level FoMO dengan berdasarkan jenis kelamin laki-laki tertinggi pada kategori sedang dengan 8 responden sedangkan jenis kelamin perempuan level FoMO tertinggi pada kategori sedang dengan 49 responden dan disusul kategori tinggi dengan 17 responden. Selanjutnya berdasarkan usia, pada usia 18 tahun memiliki level FoMO tertinggi pada kategori sedang dengan 6 responden. Pada usia 19 tahun, level FoMO tertinggi berada di kategori sedang dengan 22 responden disusul dengan kategori tinggi dengan 15 responden. Pada usia 20 dan 21 tahun, level FoMO tertinggi dengan kategori sedang. Berdasarkan masa aktif berorganisasi, level FoMO tertinggi pada kategori sedang dengan masa organisasi lebih dari 1 tahun dengan 57 responden kemudian disusul pada masa aktif kurang dari sama dengan 1 tahun dengan responden yang sama yaitu, 25. Akan tetapi, level FoMO pada kategori tinggi terbanyak pada masa aktif kurang dari 1 tahun dengan 19 responden.

Tabel 3. Gambaran Fear of Missing Out Pada Mahasiswa Berorganisasi UNY

Karakteristik	Kategori					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Organisasi						
HIMA PPB	0	0	8	62	5	38
HIMA PLS	0	0	5	100	0	0
HIMA KP	1	12	5	63	2	25
HIMA PSIKOLOGI	4	15	15	55	8	30
HIMA AP	0	0	6	100	0	0
HIMA PLB	2	33	3	50	1	17
HIMA PGPAUD	2	29	5	71	0	0
HIMA PGSD	1	14	3	43	3	43
BEM FIPP	0	0	7	100	0	0
Angkatan						
2021	4	20	12	60	4	20
2022	6	9	45	68	15	23
Jenis kelamin						
Laki-Laki	2	16	8	67	2	17
Perempuan	8	11	49	66	17	23
Usia						
18	0	0	6	100	0	0
19	2	5	25	59	15	36
20	5	17	22	76	2	7
21	1	25	2	50	1	25
Masa Berorganisasi						
<1 tahun	0	0	25	57	19	43
1 tahun	5	12	25	61	11	27
>1 tahun	10	15	57	85	0	0

PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari 86 responden mahasiswa berorganisasi di FIPP UNY maka didapatkan hasil level FoMO pada mahasiswa berorganisasi di FIPP UNY sebagian besar pada kategori sedang sebanyak 57 orang dengan persentase 66%, sebagian kecil pada kategori tinggi sebanyak 19 orang dengan persentase 22% dan kategori rendah sebanyak 10 dengan persentase 12%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa berorganisasi merasa cukup khawatir adanya ketertinggalan moment atau kegiatan-kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa lain. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Komala et al., 2022) mengenai gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa fakultas keperawatan yang menyebutkan bahwa level FoMO mahasiswa berada pada kategori sedang kemudian kategori rendah.

Berdasarkan hasil di atas juga memperlihatkan bahwa seseorang merasa kurang terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness*. Artinya seseorang cenderung merasa takut ketika orang lain bercerita tentang pengalaman yang lebih berharga darinya dan merasa cemas ketika tidak tahu apa yang sedang dilakukan oleh teman-temannya. Kemudian juga kurang terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self*-nya juga. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Akbar, dkk. yang menyatakan bahwa adanya perasaan kurang nyaman terhadap diri sendiri dan individu merasa

bosan karena tidak mempunyai pekerjaan (Akbar, Aulya, Apsari, & Sofia, 2018). Dengan tidak terpenuhinya aspek tersebut dapat disimpulkan bahwa seseorang akan cenderung mengalami FoMO dan mudah terbawa arus pada kegiatan yang diikuti oleh teman-temannya.

Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh organisasi profesi psikologi Australia (Australian Psychological Society) bahwa tingkat FoMO pada usia remaja memiliki kecenderungan FoMO yang lebih besar jika dibandingkan usia dewasa, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa hasil tingkat FoMO yang dialami mahasiswa berusia remaja (18-19 tahun) cenderung berada pada tingkat level FoMO sedang ke tinggi. Dengan demikian, mahasiswa yang berada pada usia dewasa awal (20-21 tahun) berada pada tingkat level FoMO sedang ke rendah.

Dari penelitian di atas, FoMO dapat diketahui sebagai krisis dalam meregulasi diri sebagai dampak dari tidak terpenuhinya ketiga kebutuhan dasar. Kebutuhan dasar tersebut menjadi faktor dari penyebab individu mengalami FoMO, yaitu: 1) tidak terpenuhinya kebutuhan akan kompetensi, 2) tidak terpenuhinya kebutuhan akan otonomi, dan 3) tidak terpenuhinya kebutuhan akan keterhubungan (Christina et al., 2019). Gejala terjadinya FoMO dapat diatasi dengan berbagai pemulihan (Sultan & Tirtayasa, n.d.), antara lain: Fokus pada kelebihan diri sendiri. Sadar bahwa manusia mempunyai ketidakmampuan untuk selalu mengikuti perkembangan yang ada terutama dengan mengikuti semua kegiatan yang dilakukan oleh lingkungan sekitar. Tidak perlu membandingkan diri dengan orang lain, karena tiap orang mempunyai kemampuan dan kapasitasnya sehingga fokuslah pada kemampuan dan kelebihan yang dimiliki untuk meningkatkan kualitas diri; Hargai diri sendiri. Dalam hidup banyak hal yang harus dikerjakan sehingga fokuslah pada apa yang sedang dikerjakan tanpa harus melihat dan membandingkan pekerjaan yang dilakukan orang lain. Bentuk penghargaan diri adalah fokus dengan apa yang sedang dikerjakan; Ubah pemikiran dari mengikuti kegiatan yang dilakukan orang lain mengakibatkan banyak ketertinggalan menjadi percaya bahwa setiap individu memiliki pengalaman dan waktunya masing-masing.

Dari hasil juga didapat bahwa mahasiswa yang masih di usia remaja memiliki kecenderungan FoMO yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berada di usia dewasa. Mahasiswa berada pada level FoMO sedang ke tinggi dikarenakan kurang terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self*. Dalam aspek *relatedness* banyak mahasiswa cenderung merasa takut ketika orang lain bercerita tentang pengalaman yang lebih berharga darinya dan merasa cemas ketika tidak tahu apa yang sedang dilakukan oleh teman-temannya. Dalam aspek *self*, mahasiswa memunculkan perasaan kurang nyaman terhadap diri sendiri dan merasa bosan karena tidak mempunyai pekerjaan.

FoMO pada mahasiswa dapat disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan dasar mahasiswa, seperti merasa tidak terpenuhi rasa berkompetensinya, kebutuhan otonomi, kebutuhan akan terhubung dengan yang lain. Gejala FoMO yang terjadi dapat diatasi dengan berfokus pada kelebihan diri sendiri, harga diri sendiri, dan ubah persepsi akan takut tertinggal dengan yang lain.

SIMPULAN

Hasil penelitian memberikan kesimpulan bahwa tingkat Fenomena *Fear of Missing Out* Mahasiswa berorganisasi FIPP UNY berada dalam kategori sedang. Kemudian setelah dilakukan proses analisis data berdasarkan jenis organisasi, angkatan, jenis kelamin, usia, dan masa berorganisasi didapati hasil bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat *Fear of Missing Out*. Penelitian yang dilakukan dengan 86 responden ini sebanyak 57 orang berada pada tingkatan FoMO sedang, 19 orang berada pada tingkatan FoMO tinggi, dan 10 orang berada pada tingkatan FoMO rendah. Dari hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa berorganisasi di FIPP UNY mengalami kecenderungan merasa khawatir akan tertinggal oleh moment-moment yang mahasiswa lain ikuti.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, R. D., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (n.d.). *Hubungan antara Subjective Well-Being dan Fear Of Missing Out (Fomo) pada Emerging Adulthood*.
- Carolina. (2020). Prilaku Komunikasi Remaja dengan Kecenderungan FoMO. *Jurnal Riset Komunikasi*, 69-92.
- Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan Tingkat Neurotisme dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105–117. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.8024>
- Komala, K., Rafiyah, I., & Keperawatan, W. F. (2022). *Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan* (Vol. 5).
- 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>
- Puspa Sari, A., Fadilah Hasibuan, P., Putri Azzahra, S., Putra Dinata Saragih, M., & Sahputra, D. (n.d.). *Ketertarikan Mahasiswa BPI terhadap Organisasi Kampus Universitas Islam Negeri Sumatera Utara*. 4.
- Rahardjo, L. K. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 460–465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>
- Rizki setiawan akbar, A. A. (2018). Ketakutan akan Kehilangan Momen (Fomo) . *Jurnal Psikologi*, 38-47.
- Sianipar, N. A., Veronika, D., & Kaloeti, S. (2019). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Fear Of Missing Out (Fomo) pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. In *Jurnal Empati* (Vol. 8).
-

Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Peran Harga Diri terhadap Fear of Missing Out pada Remaja Pengguna Situs Jejaring Sosial. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(2), 127. <https://doi.org/10.26740/jptt.v10n2.p127-138>

Sultan, U., & Tirtayasa, A. (n.d.). *Mengantisipasi Gejala Fear Of Missing Out (FoMO) Terhadap Dampak Social Global 4.0 dan 5.0 Melalui Subjective Weel-Being dan Joy of Missing Out (JoMO) Taswiyah*. Retrieved from <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JAWARA/index>