

**KORELASI *FENOMENA FEAR OF MISSING OUT* PADA KEPERCAYAAN
DIRI MAHASISWA PENDIDIKAN IPS IPI GARUT**

JURNAL

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Ilmu Pengetahuan Sosial

Oleh;

SAIDAH

NIM. 21813017



PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU SOSIAL, BAHASA, & SASTRA

INSTITUT PENDIDIKAN INDONESIA

GARUT

2025

**KORELASI *FENOMENA FEAR OF MISSING OUT* PADA KEPERCAYAAN
DIRI MAHASISWA PENDIDIKAN IPS IPI GARUT**

SAIDAH

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Institut Pendidikan Indonesia Garut, Jl.
Terusan Pahlawan No. 83, Sukagalih, Tarogong Kidul, Kabupaten Garut, Jawa Barat 44151,
Indonesia

Email: saidahnw20@gmail.com

Abstrak

Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) semakin marak di kalangan mahasiswa, khususnya pada era digital yang sarat dengan akses informasi cepat dan interaksi sosial instan melalui media sosial. FoMO, yang didefinisikan sebagai ketakutan individu untuk tertinggal dari pengalaman atau informasi yang dirasakan orang lain, ternyata memiliki implikasi serius terhadap aspek psikologis, salah satunya adalah tingkat kepercayaan diri. Penelitian ini mengkaji korelasi antara FoMO dengan kepercayaan diri mahasiswa Pendidikan IPS di IPI Garut menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, dengan pengumpulan data melalui angket dan analisis statistik Pearson menggunakan *SPSS versi 26*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang dalam hal FoMO (48,1%) maupun kepercayaan diri (54,6%). Uji statistik mengungkapkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan koefisien korelasi $-0,467$, yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara tingkat FoMO dan kepercayaan diri. Artinya, semakin tinggi tingkat FoMO yang dialami mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan serta tekanan untuk selalu terlibat dalam aktivitas sosial dapat menurunkan persepsi positif individu terhadap dirinya, sehingga berdampak negatif pada kepercayaan diri mahasiswa. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk meningkatkan literasi digital dan kesehatan mental guna membantu mahasiswa mengelola FoMO secara lebih sehat.

Kata Kunci: FoMO, Kepercayaan Diri, Mahasiswa, Media Sosial,

***CORRELATION OF THE PHENOMENON OF FEAR OF MISSING OUT ON THE
SELF-CONFIDENCE OF IPS IPI GARUT EDUCATION STUDENTS***

By

SAIDAH

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Institut Pendidikan Indonesia Garut, Jl.

Terusan Pahlawan No. 83, Sukagalih, Tarogong Kidul, Kabupaten Garut, Jawa Barat 44151,

Indonesia

Email: saidahnw20@gmail.com

Abstract

The Fear of Missing Out (FoMO) phenomenon is increasingly common among students, especially in the digital era which allows instant access to information and social interaction. FoMO is defined as a person's fear of being left behind by experiences or information experienced by other people, which can have an impact on psychological conditions, including the individual's level of self-confidence. This research aims to analyze the correlation between the FoMO phenomenon and the level of self-confidence of Social Sciences Education students at IPI Garut. The research method used is quantitative with a correlational approach. Data was collected through a questionnaire distributed to social studies students and analyzed using SPSS Version 26 with the Pearson correlation statistical test. The research population was PIPS IPI Garut students. Samples were taken using the Proportional Stratified Random Sampling technique. Based on the research results, it shows that the percentage of students in the "medium" category is 48.1%, then the percentage of student self-confidence is in the "medium" category with a percentage of 54.6%. Based on the significance value, it can be seen that FoMO has Confidence of $0.000 < 0.05$. Based on the calculated r value (Pearson Correlations), the relationship between FoMO and self-confidence is -0.467 , so there is a significant negative correlation between the FoMO variable and self-confidence in social studies students at IPI Garut. The research results show that there is a significant relationship between the level of FoMO and student self-confidence. The higher the level of FoMO experienced by students, the lower their level of self-confidence. These findings indicate that excessive use of social media and feeling left out of social activities can have a negative impact on students' self-confidence.

Keywords: FoMO, Self-Confidence, Students, Social Media

1. Pendahuluan

Di era globalisasi saat ini teknologi memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Perkembangan teknologi yang sangat pesat memberikan berbagai perubahan dan dampak dalam kehidupan manusia. Di era yang serba digital ini, teknologi bagaikan denyut nadi yang menggerakkan kehidupan manusia. Hampir setiap aspek kehidupan terhubung erat dengan teknologi. Danuri (2019, hlm. 119) menyatakan bahwa teknologi digital adalah sebuah teknologi informasi yang lebih mengutamakan pelaksanaan kegiatan secara komputer atau digital dibandingkan dengan penggunaan tenaga manusia. Dengan begitu kemajuan teknologi digital ini menjadi alat ukur utama kemajuan dan penunjang fundamental di berbagai bidang dalam kehidupan Masyarakat.

Menurut laporan yang diambil dari Hootsuite 1 Oktober 2024 menyorot tren menarik di balik tingginya aktivitas berinternet di Indonesia. Berdasarkan laporan tersebut menyimpulkan adanya peningkatan yang signifikan pada jumlah pengguna internet. Dengan total populasi 276,4 juta jiwa, jumlah perangkat mobile yang terhubung di Indonesia justru mencapai 353,8 juta unit. Fenomena ini menunjukkan bahwa kepemilikan perangkat mobile per individu rata-rata lebih dari satu. Peningkatan akses internet di Indonesia sangat signifikan. Saat ini, 77% populasi atau sekitar 212,9 juta orang telah menjadi pengguna internet, sementara jumlah pengguna media sosial aktif mencapai 167 juta orang atau 60,4% dari total populasi. Penggunaan gawai yang tinggi, seperti yang terungkap dalam penelitian Saniyah, Setiawan, dan Ismaya (2021) bahwa tingkat penggunaan *gawai* cukup tinggi, mencapai 3-6 jam dalam sehari. Hal ini menunjukkan bahwa *gawai* telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Masyarakat Indonesia sangat aktif dalam berbagai platform media sosial mulai dari *Tiktok*, *Instagram*, *WhatsApp*, *Facebook*, *YouTube* dan lain sebagainya. Adanya media sosial telah menjadi wadah bagi penggunaannya untuk mengekspresikan diri dan berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024, penggunaan internet di Indonesia mengalami pertumbuhan yang sangat pesat, presentasi internet di Indonesia mencapai 79,5%, dengan jumlah pengguna mencapai 221,56 juta jiwa dari total populasi 278,69 juta jiwa (Prasetyo dkk., 2024). Berdasarkan survei tersebut penggunaan internet di Indonesia didominasi oleh kalangan muda (generasi milenial).

Mahasiswa memanfaatkan platform yang ada dalam media sosial bukan hanya untuk berkomunikasi, melainkan untuk mencari tugas dan informasi. Kebutuhan mahasiswa pada media sosial ini menjadikan mahasiswa tidak bisa terlepas dari media sosial. Menurut Rabathy (2018), mahasiswa tidak bisa jauh dari *handphone* tersebut cenderung lebih konsumtif, karena dirinya berusaha untuk memenuhi kebutuhan akan gaya hidup yang selalu terhubung di media sosial tersebut. Karena kelebihan yang ditawarkan dalam penggunaan internet, banyak individu yang mengalami kecanduan internet tanpa disadari (Kalisna & Wahyumiani, 2021). Dimana hal tersebut berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik mereka. Tingginya tingkat ketergantungan mahasiswa pada media sosial telah menjadi masalah yang serius, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Citko (2020), menunjukkan bahwa sekitar 92% responden mengalami gejala dalam kecanduan telepon pintar. Seiring berkembangnya pemahaman mengenai gangguan penggunaan internet, muncul gejala baru yang dinamakan dengan FoMO. Istilah ini sering disebut dengan gejala *Fear of Missing Out* (FoMO). Munculnya rasa khawatir, gelisan yang berlebihan dan tidak percaya diri serta takut tertinggal berita dan tren-tren *up date*, ini merupakan gejala yang ada pada seseorang yang terkena gejala FoMO. Studi yang dilakukan oleh Universitas Indonesia (2022) menunjukkan bahwa 56% remaja di Indonesia mengalami FOMO, dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Dorongan kuat untuk selalu terhubung dengan dunia digital dan keinginan untuk tidak ketinggalan tren terkini telah menciptakan semacam

kompetisi tak terlihat di antara mereka. Media sosial, dengan algoritma yang dirancang untuk memicu keterlibatan, semakin memperkuat perasaan FoMO ini. Setiap unggahan yang menampilkan kesenangan atau kesuksesan teman sebaya dapat memicu kecemburuan dan perasaan tidak cukup baik.

Selain keinginan untuk selalu terhubung ke sosial media, adanya dorongan ingin merasa diterima dan diakui secara sosial membuat generasi muda ini rela mengeluarkan biaya yang tidak sedikit, bahkan jika kondisi keuangan mereka terbatas. Hasil penelitian sebelumnya diketahui FoMO saat ini cenderung tinggi terjadi dikalangan mahasiswa, hal ini dikarenakan media sosial yang mempermudah penggunaannya saat mengakses berbagai informasi terkait dengan aktivitas, kegiatan, dan berita yang terjadi, melalui percakapan di media sosial yang membuat penggunaannya mengalami FoMO (Putri, dkk 2019). Tingginya intensitas mahasiswa dalam mengakses media sosial dan banyaknya jenis konten yang dikonsumsi yang berkaitan dengan gaya hidup, perjalanan, ataupun pencapaian orang lain dimana setiap konten yang mereka lihat dijadikan sebuah ukuran ataupun standar dalam hidup mereka, hal ini yang akan memicu rasa kurang percaya diri karena adanya perasaan selalu membandingkan pencapaian diri mereka dengan orang lain. Kecenderungan terhadap FoMO yang membuat seseorang selalu ingin mengikuti individu lain, yang mana hal ini menyebabkan individu yang mengalami kecenderungan FoMO ini memiliki rasa percaya diri yang rendah (Kalisna & Wahyumiani, 2021). Selain itu konsekuensi dari FoMO sangatlah beragam mulai dari Kesehatan mental sampai dampak negative pada hubungan sosial dan prestasi akademik.

Kepercayaan diri seseorang terbentuk dari pengalaman berinteraksi dengan lingkungannya. Jadi lingkungan memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk dan mengembangkan kepercayaan diri seseorang. Kepercayaan diri adalah salah satu komponen penting pada seseorang, dengan kepercayaan diri yang baik menjadi penunjang dalam kehidupan sehari-hari,

namun bila kepercayaan diri yang dimiliki cenderung rendah maka hal tersebut akan berpengaruh pada aktivitas sehari-hari (Syahputra & Rifandi, 2021). Menurut Atina (2021)

Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri akan merasakan dampak positif dalam diri mereka. Keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki mendorong perkembangan diri dan memungkinkan mereka memberikan kontribusi positif dalam berbagai aspek kehidupan. Dengan kepercayaan diri, mahasiswa dapat lebih menerima dan berdamai dengan kekurangan mereka, serta menyadari kemampuan yang ada dalam diri mereka. Hal ini mendorong mereka untuk mengembangkan potensi positif secara optimal. Selain itu, mahasiswa dengan kepercayaan diri juga lebih berani menyampaikan pendapat dan bahkan menyanggah pendapat yang mereka anggap kurang tepat. Melalui kemampuan ini, mereka merasa pantas mendapatkan perlakuan baik dan penghargaan atas usaha serta keterampilan yang telah mereka tunjukkan. Kepercayaan diri yang kuat juga membuat mahasiswa lebih terbuka terhadap kritik dan pembelajaran baru. Mereka tidak mudah merasa terancam oleh kegagalan, melainkan melihatnya sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh. Hal ini menciptakan ketahanan mental yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial dengan sikap optimis.

Dengan adanya sikap optimis dan percaya diri pada mahasiswa menjadikannya lebih mudah untuk beradaptasi, membangun relasi yang positif dengan orang lain, dan meningkatkan keterampilan interpersonal yang berharga. Namun, kepercayaan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai keadaan dan mungkin berkurang akibat faktor-faktor tertentu (Opsiviantoto dkk., 2023). Penelitian oleh Annisa dkk., (2020) menunjukkan bahwa kepercayaan diri juga berhubungan dengan frekuensi penggunaan internet; penggunaan internet yang berlebihan dapat mengurangi rasa percaya diri seseorang.

Mahasiswa saat ini sebagian besar merupakan bagian dari generasi Z, dimana mereka memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perkembangan teknologi. Mahasiswa memiliki tingkat kreativitas dan keberanian yang tinggi dan keinginan yang kuat untuk ikut secara aktif dalam memberikan perubahan (Alexandria, 2015). Generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang begitu akrab dengan teknologi. Mereka lahir dan besar di era di mana internet, smartphome, dan berbagai perangkat digital lainnya menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat berdampak pada kepercayaan diri mereka dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk akademik, sosial, dan personal.

Sejalan dengan itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Anwar, dkk., di tahun 2019 yang berjudul “The Fear of Missing Out and Usage Intensity of Social Media” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan intensitas penggunaan media sosial. Hasil penelitian tersebut menunjukkan pengaruh FoMO terhadap intensitas penggunaan media sosial dengan nilai yang signifikan. Hasil penelitian selanjutnya, dilakukan oleh Mirna Dewi Kalisna dan Nur Wahyumiani (2021) dengan judul “Hubungan Antra Sindrom Fomo (*Fear Of Missing Out*) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Pada Siswa Kelas VII Di SMP Muhammadiyah 2 Godean Sleman Tahun Ajaran 2019/2020”. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara sindrom fomo dengan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Godean tahun ajaran 2019/2020 dengan diketahui nilai r sebesar $-0,472$ dengan $p = 0,000$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ (taraf signifikansi 5 %). Dengan demikian semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah sindrom fomo yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin kurang kepercayaan diri yang dimiliki siswa maka semakin tinggi sindrom fomo yang dimiliki siswa. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti Kartika Dewi, dkk (2022) dengan judul “Analisis Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Social *Environment* Terhadap Prilaku *Fear of Missing Out* (FoMO)”. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa

terdapat pengaruh yang simultan dan signifikan antara intensitas penggunaan medsos dan social envirotmet dengan perilaku FoMO.

2. Kajian Teori

a. Fenomena FoMO

Istilah Fear of Missing Out atau FoMO atau takut ketinggalan/kehilangan pertama kali diperkenalkan oleh Patrick McGinnis, seorang penulis asal Amerika Serikat dan alumni magister dari kampus Harvard Business School (HBS), Amerika Serikat. Ketika beliau menempuh studi di HBS pada tahun 2003, Patrick beranggapan bahwa tahun itu merupakan era di mana manusia berada di dalam dotcom bubble yaitu sebuah keadaan di mana teknologi dan internet sedang berkembang pesat. Istilah FoMo mulai menyebar secara formal ketika Patrick mensosialisasikan istilah ini dalam artikel opininya yang berjudul “Social Theory at HBS: McGinnis’ Two FOs” yang dimuat pada The Harbus(surat kabar kampus HBS) pada Mei 2004 (McGinnis, 2023).

Fear Of Missing Out (FoMO) yaitu kondisi kecemasan yang muncul sebagai akibat dari adanya teknologi yang berkembang seperti informasi, serta social media yang terus menerus meningkat. Terciptanya social media memberikan kemudahan untuk seseorang agar tetap terhubung dengan lingkungan social di sekitarnya tanpa memerlukan kontak fisik secara langsung (Abel dkk., 2016). Przybylski dkk., (2013) mendefinisikan FoMO yaitu seseorang yang merasa khawatir bahwa individu lain dianggap melakukan kegiatan dan memiliki pengalaman yang lebih menarik. FoMO memiliki ciri-ciri yaitu dorongan atau keinginan untuk selalu berhubungan dan mengetahui yang sedang individu lain lakukan serta yang sedang terjadi di internet atau media social.

b. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dalam bahasa Inggris disebut juga self confidence. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, percaya diri merupakan percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri (Depdikbud, 2008). Hakim (dalam Kartini, 2019) berpendapat kepercayaan diri merupakan segala sesuatu

untuk mencapai tujuan hidupnya disertai dengan keyakinan positif tentang kelebihan yang dimilikinya. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan nilai yang ada pada dirinya. Menurut Taiylor (2013) rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Ini merupakan perasaan positif tentang diri sendiri yang memungkinkan untuk seseorang bisa menghadapi tantangan, mengambil resiko dan mencapai tujuan dalam hidupnya.

Menurut Hakim (2002) percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya. Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada pada dirinya dan diwujudkan dalam tingkah lakunya sehari-hari (Hakim,2002). Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya (Amri, 2018).

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya (Lengkana, Tangkudung, & Asmawi, 2018). Percaya diri adalah sikap seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapi Lina dan Klara (dalam Pranoto 2016).

c. Pendidikan IPS

Pendidikan IPS merupakan pembelajaran yang bertujuan untuk membentuk karakter individu untuk menjadi warga negara yang baik, yang mampu hidup berdampingan secara damai dan memiliki pandangan positif dalam kehidupan. Menurut Yusnaldi, E., dkk. (2023, hlm. 32176) “essensi dari Ilmu Pengetahuan Sosial (Social Sciences) adalah “bidang studi yang mengeksplorasi manusia, masyarakat, dan interaksi sosial mereka. Dengan Pendidikan IPS ini membantu kita

memahami dan mengenal siapa diri kita, nilai-nilai yang kita anut dan bagaimana bersosialisasi atau berhubungan dengan orang lain.

Mata pelajaran IPS merupakan bagian integral dari sistem pendidikan Indonesia, diajarkan di semua jenjang pendidikan, mulai dari SD hingga perguruan tinggi. Di tingkat perguruan tinggi, bidang studi IPS dikenal sebagai Pendidikan Ilmu Sosial atau *Social Science Education*. IPS atau Studi Sosial ini merupakan integrasi dari berbagai disiplin ilmu sosial. Perlu diperhatikan bahwa Studi Sosial memiliki perbedaan mendasar dengan ilmu-ilmu sosial murni. Pendidikan IPS di perguruan tinggi merupakan investasi yang sangat berharga bagi masa depan. Dengan mempelajari IPS, mahasiswa tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang masyarakat dan budaya, tetapi juga mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan untuk menjadi pemimpin yang bertanggung jawab dan mampu membawa perubahan positif bagi masyarakat.

Menurut Mulyana, E., dkk. (2023, hlm. 2) pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) merupakan:

“salah satu mata pelajaran penting yang menekankan pada keterampilan peserta didik dan nilai-nilai moral peserta didik, dengan tujuan membimbing mereka menjadi warga negara yang berperan aktif, kreatif, dan peduli. Pembelajaran IPS tidak hanya menitik beratkan pada aspek kognitif, melainkan juga pada dimensi afektif dan psikomotorik”.

3. Metode Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan ilmiah yang sistematis dalam mengumpulkan dan menganalisis data numerik untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan penelitian. Menurut Efrilyati, Rahmani, & Syafina. (2024, hlm. 40) penelitian yang menggunakan angka sebagai sumber data disebut penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017), metode kuantitatif melibatkan pengumpulan data dari sampel yang representatif dari populasi yang lebih besar. Tujuan utama dari penelitian kuantitatif adalah untuk menguji teori yang ada atau mengembangkan teori baru berdasarkan data empiris. Pendekatan ini didasarkan pada filsafat positivisme, yang menekankan pada objektivitas, pengukuran, dan generalisasi. Dalam penelitian ini mengadopsi

pendekatan positivisme dengan menganalisis hubungan antar variabel, yang diukur melalui metode korelasi.

Metode korelasional adalah penelitian dengan menggunakan suatu metode statistik yang mengukur pengaruh antara dua variabel atau lebih Creswell, 2014 (dalam Zulpani, T. D dkk. 2023 hlm.11). Data dari kedua variable tersebut akan disajikan dalam bentuk angka untuk selanjutnya diolah dan dianalisis untuk melihat apakah terdapat hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui sejauh mana korelasi (hubungan) antara dua variabel pada judul “Korelasi fenomena FoMO Pada Kepercayaan Diri Mahasiswa PIPS IPI Garut”. Pemilihan metode Pendekatan dan jenis penelitian ini sangat relevan untuk menjawab permasalahan penelitian yang sedang peneliti lakukan.

Mengacu pada tabel Krejcie dan Morgan, jika populasi mahasiswa sebanyak 150 orang, maka jumlah sampel yang ideal adalah sekitar 108 responden. Dengan begitu peneliti memutuskan untuk menggunakan 108 sampel dalam penelitian ini. Adapun untuk memperoleh sampel yang lebih representatif dari populasi mahasiswa, teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportional Stratified Random Sampling*. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir bias dan memastikan bahwa setiap mahasiswa dalam suatu strata memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Teknik ini sangat efektif digunakan untuk melihat populasi mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial IPI Garut yang telah terbagi dalam beberapa Kelas dalam semua Tingkat.

4. Hasil dan Pembahasan

A. Fenomena FoMO

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa tingkat FoMO (Fear of Missing Out) pada mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS IPI Garut tergolong dalam kategori tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana tingkat fenomena FoMO di kalangan mahasiswa tersebut. Temuan penelitian diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori sesuai dengan interval skor yang telah ditetapkan. Berikut ini

merupakan uraian lengkap mengenai hasil penelitian terkait fenomena FoMO pada mahasiswa.

1. Kategori Skor FoMO

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan oleh peneliti dan merujuk pada pedoman rumus yang dikemukakan oleh Ridwan (dalam Arifin, 2023, hlm. 86), diperoleh klasifikasi hasil sebagai berikut: persentase 83%–100% termasuk dalam kategori Sangat Tinggi, 63%–82% dalam kategori Tinggi, 44%–62% dikategorikan sebagai Rendah, dan 25%–43% berada pada kategori Sangat Rendah. Setiap skor yang telah dikonversi ke dalam bentuk persentase kemudian dapat diklasifikasikan sesuai dengan tingkat kategori yang telah ditentukan.

Tabel 4.1 Kategori Skor Fenomena FoMO

No	Indicator	Presentase (%)	Kategori
1	Keterbukaan informasi media sosial	60%	Kategori Tinggi
2	Tingkat Usia	64%	Kategori Tinggi
3	<i>Social one upmanship</i> (Kesatuan Sosial)	64%	Kategori Tinggi
4	Topik yang disebar melalui hastag(tanda khusus)	65%	Kategori Tinggi
5	<i>Kondisi deprivasi relative</i> (membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain.)	81%	Kategori Tinggi
6	Banyaknya stimulus untuk mengetahui informasi	66%	Kategori Tinggi
Rata-rata Indikator		67%	Kategori Tinggi

Data Olahan Peneliti (2024)

B. Kepercayaan diri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) di IPI Garut tergolong dalam kategori rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis tingkat kepercayaan diri mahasiswa secara komprehensif. Hasil temuan diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori berdasarkan interval skor yang telah ditentukan. Berikut disajikan uraian secara terperinci mengenai tingkat kepercayaan diri mahasiswa yang menjadi objek penelitian.

1. Kategori skor kepercayaan diri

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan oleh peneliti dan mengacu pada pedoman rumus menurut Ridwan (dalam Arifin, 2023, hlm. 86), diperoleh hasil kategori sebagai berikut: persentase 81%–100% termasuk dalam kategori Sangat Tinggi, 63%–82% termasuk kategori Tinggi, 44%–62% berada pada kategori Rendah, dan 25%–43% masuk dalam kategori Sangat Rendah. Setiap skor yang telah dikonversi ke dalam bentuk persentase selanjutnya dapat diklasifikasikan ke dalam tingkat kriteria yang relevan.

Tabel 4.1 Kategori Skor Kepercayaan Diri

No	Indikator	Persentase(%)	Kategori
1	Percaya pada kemampuan sendiri	56%	Kategori Rendah
2	Bertindak mandiri dalam mengambil sebuah Keputusan	45%	Kategori Rendah
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	40%	Kategori Sangat Rendah
4	Berani mengungkapkan pendapat	39%	Kategori Sangat Rendah
Rata-rata Indikator		45%	Kategori Rendah

Sumber: Data Olahan Peneliti (2024)

Tabel 1.1 menyajikan data persentase rata-rata tingkat perilaku kepercayaan diri mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS IPI Garut berdasarkan empat indikator utama, yaitu: Percaya pada kemampuan sendiri 56% yang dimana termasuk dalam Kategori Rendah, Bertindak mandiri dalam mengambil sebuah Keputusan 45% yang dimana termasuk dalam Kategori Rendah, Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri 40% yang dimana termasuk dalam Kategori Sangat Rendah, Berani mengungkapkan pendapat 39% yang dimana termasuk dalam Kategori Sangat Rendah. Secara keseluruhan, rata-rata persentase dari keempat indikator tersebut adalah 45%, yang diklasifikasikan ke dalam kategori Rendah.

C. Korelasi Fenomena FoMO dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Pendidikan IPS IPI Garut

Berdasarkan hasil uji korelasi produk moment antara FoMO dengan kepercayaan diri pada mahasiswa PIPS IPI Garut diperoleh nilai -0,468 dengan signifikansi 0,000. Dari Analisis ini diperoleh hasil korelasi negatif yang menunjukkan adanya hubungan berlawanan arah antara kedua

variabel. Dapat disimpulkan dari analisis tersebut apabila adanya peningkatan pada satu variabel cenderung diikuti oleh penurunan pada variabel lainnya, artinya semakin tinggi tingkat FoMO, maka semakin rendah Tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa PIPS IPI Garut.

Berikut ini disajikan tabel hasil pengujian korelasi yang telah dilakukan oleh peneliti. Table 3.1 Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Correlations

		FoMO	Kepercayaan Diri
FoMO	Pearson Correlation	1	-.468
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	108	108
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	-.468	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	108	108

Sumber: Data Olahan Peneliti, SPSS Statistic 26 For Windows (2024)

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa PIPS IPI Garut tentang “*Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kepercayaan diri Mahasiswa PIPS IPI Garut*” maka dapat diambil Kesimpulan diantaranya:

1. Hasil analisis data dan perhitungan statistik menunjukkan bahwa Tingkat *Fear of Missing Out (FoMO)* Mahasiswa PIPS IPI Garut berada pada kategori “tinggi” yang disebabkan oleh kondisi *deprivasi relative* (membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain).
2. Hasil analisis data dan perhitungan statistik menunjukkan bahwa Tingkat kepercayaan diri mahasiswa PIPS IPI Garut sudah dibahas secara detail. Dari hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa termasuk kedalam kategorikan “rendah” rendahnya keberanian dalam mengungkapkan pendapat.
3. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara FoMO dengan kepercayaan diri. Hubungan antara dua variabel tersebut adalah 0.000 yang artinya <0.05 maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut

berkorelasi atau terdapat hubungan. Nilai koefisien *correlation pearsons* yang diperoleh dari penelitian ini adalah -0.468. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan secara negatif antara variabel FoMO dengan kepercayaan diri yang artinya hubungan kedua variabel tersebut berbanding terbalik dimana semakin tinggi tingkat FoMO maka semakin rendah Tingkat kepercayaan diri begitu juga sebaliknya.

6. Referensi

- Kalisna, M. D., & Wahyumiani, N. (2021). Hubungan Antara Sindrom Fomo (Fear of Missing Out) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Pada Siswa Kelas Vii Di Smp Muhammadiyah 2 Godean Sleman Tahun Ajaran 2019/2020. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 282-285.
- Opsiviantoto, M. B., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2023). Kepercayaan diri pada remaja : Menguji perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh peranan Pendahuluan. *Journal of Psychological Research* E-ISSN: 2776-1991, 3(1), 107–116. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/download/861/603>
- Syahputra, A. & Rifandi, D. (2021). Hubungan intensitas media sosial dan kepercayaan diri pada remaja awal. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* Vol. 7 No. 2 Universitas Ubudiyah Indonesia e-ISSN: 2615-109X.
- Citko, A., & Owsieniuk, I. (2020). Epidemiology and the consequences of fear of missing out . (FOMO). The role of general practitioners in early diagnosis, treatment and prevention of FOMO in teenagers and young adults. *Pediatrics i Medycyna Rodzinna*, 16(1), 70–76. <https://doi.org/10.15557/PiMR.2020.0012>
- Kalisna, M. D., & Wahyumiani, N. (2021). Hubungan Antara Sindrom Fomo (Fear of Missing Out) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Pada Siswa Kelas Vii Di Smp Muhammadiyah 2 Godean Sleman Tahun Ajaran 2019/2020. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 282-285.
- Rabathy, Q. (2018). (FoMO). Nomophobia sebagai Gaya Hidup Mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 11–20. *Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(1).
- Prasetyo, R. H., Asbari, M., & Putri, S. A. (2024). Mendidik generasi z: Tantangan dan strategi

- di era digital. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(1), 10-13.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Efrilyati, W., Rahmani, N. A. B., & Syafina, L. (2024). Pengaruh Bagi Hasil, Kurs, Dan Inflasi Terhadap Pertumbuhan Pendapatan Bagi Hasil Nasabah Deposito Mudharabah: Studi Kasus Bank Muamalat Indonesia. *Maslahah: Jurnal Manajemen dan Ekonomi Syariah*, 2(1), 35-48.
- Mulyana, E., dkk. (2023). Efektifitas media pembelajaran powtoon untuk meningkatkan hasil belajar IPS. *JIPSINDO (Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Indonesia)*, 10(1). <https://doi.org/10.>
- Yusnaldi, E., Panjaitan, D. A. F., Pasaribu, F., Sabina, L., Mustika, N., & Adelia, R. W. (2023). Hakikat Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 32175-32181. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.12258>
- Taylor, R. (2013). *Kiat-Kiat Pede Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: PuspaSwara.
- Abel, J., Buff, C., & Burr, S. (2016). Social Media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment. *Journal of Business & Economics Research (JBER)*, 14(1), 33, 33-44. doi:10.19030/jber.v14i1.955
- Przybylski, K. Andrew., dkk (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior* 29 (2013) 1841–1848 0747-5632/© 2013 Elsevier
- McGinnis, P., (2023) *The FoMO Sapiens Handbook*. Dikutip melalui <https://patrickmcginnis.com/fomosapiens-handbook>