

## INTISARI

**Latar Belakang:** *Fear of Missing Out* merupakan rasa cemas dan takut kehilangan suatu momen berharga orang lain maupun trend terkini yang menyebabkan seseorang mengikuti apa yang dilihat dari orang lain dan muncul keinginan untuk selalu terhubung dengan media sosial. Belakangan ini *fear of missing out* sering ditemukan pada mahasiswa. FOMO dapat membuat seseorang mengalami ketakutan akan tertinggal sesuatu yang sedang trend dan menyebabkan seseorang mengikuti orang lain, maka dapat mengurangi kepercayaan diri atau *self-confidence* seseorang.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan *Fear of Missing Out* (FOMO) terhadap *Self Confidence* pada mahasiswa kesehatan pengguna instagram di Universitas Gadjah Mada.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada 27 Mei – 2 Juni 2024 di Fakultas Kedokteran Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Fakultas Kedokteran Gigi, dan Fakultas Farmasi Universitas Gadjah Mada dengan melibatkan 58 mahasiswa angkatan 2020 menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Fear of Missing Out* dari Przybylski dan Skala *Self Confidence* dari Lauster. Data dianalisis dengan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

**Hasil:** Mayoritas responden (91,38%) memiliki tingkat FOMO rendah (nilai mean  $31,33 \pm 4,875$  kurang dari nilai mean teoritis 37,5) dan tingkat kepercayaan diri tinggi (nilai mean  $68,10 \pm 5,476$  lebih dari nilai mean teoritis 55). *Fear of Missing Out* berkorelasi negatif dengan *Self Confidence* dengan koefisien korelasi yaitu -0,379 ( $p=0,003$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang negatif dengan kekuatan korelasi lemah antara *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan *Self Confidence* pada mahasiswa kesehatan pengguna instagram di Universitas Gadjah Mada.

**Kata Kunci:** *Fear of Missing Out*, Instagram, Mahasiswa, Mahasiswa Kesehatan, Self Confidence

## ABSTRACT

**Background:** Fear of Missing Out is a sense of anxiety and fear of missing out on other people's precious moments and the latest trends that cause a person to follow what is seen from others and the desire to always be connected to social media. Recently, fear of missing out is often found in college students. FOMO can make someone experience the fear of being left behind something that is trending and causes someone to follow others, it can reduce one's self-confidence.

**Objective:** This study aimed to measure the relationship between Fear of Missing Out (FOMO) and Self Confidence in health students who use instagram at Gadjah Mada University.

**Methods:** This study was a quantitative correlation analytic study with a cross sectional design. This research was conducted from May 27 to June 2, 2024 at the Faculty of Public Health Medicine and Nursing, Faculty of Dentistry, and Faculty of Pharmacy, Universitas Gadjah Mada involving 58 students of class 2020 using purposive sampling technique. The research instruments used Przybylski's Fear of Missing Out questionnaire and Lauster's Self Confidence Scale. Data were analyzed with the Pearson Product Moment correlation test.

**Results:** The majority of respondents (91,38%) had a low level of FOMO (mean value  $31.33 \pm 4.875$  less than the theoritical mean value 37.5) and a high level of self-confidence (mean value  $68.10 \pm 5.476$  more than the theoritical mean value 55). Fear of Missing Out was negatively correlated with Self Confidence with a correlation coefficient of -0.379 ( $p=0.003$ ).

**Conslusion:** There is a negative relationship with a weak correlation strength between Fear of Missing Out (FOMO) and Self Confidence in health students who use instagram at Gadjah Mada University.

**Keywords:** Fear of Missing Out, Instagram, College Students, Health Students, Self Confidence