

FENOMENA FEAR OF MISSING OUT PADA REMAJA

Afni Pertiwi¹, Yopina Galih Pertiwi²

^{1,2}Program Magister Psikologi, Fakultas Psikologi UGM

e-mail: 1afnipertiwi28@gmail.com, 2yopina_psy@ugm.ac.id

Abstract. This study aimed to explore the subjective meaning of Indonesian adolescents regarding their experiences of fear of missing out (FoMO). This study used a qualitative research design with a phenomenological approach. The participants in this study four adolescents who had high score in FoMO scale. Findings of this study showed that adolescents reflected on the meaning of FoMO in various ways. In addition, the researchers found that experiences of being rejected in the environment and things related to individual interests would motivate adolescents to engage more in social media. Based on this research, it can be concluded adolescents with high experience of fear of missing out, were motivated to relationships with others, maintain friendships and wanted to show other people about their hobbies and updates to avoid missing the latest information and moments.

Keywords: *Fear of Missing Out, Youth, Meaning of FoMO Experience*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pemaknaan subjektif remaja Indonesia mengenai pengalaman *fear of missing out* (FoMO) pada dirinya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan dalam penelitian ini adalah empat remaja yang memiliki skor tinggi pada skala FoMO. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja memaknai pengalaman FoMO berbeda-beda satu sama lain. Selain itu, peneliti menemukan bahwa pengalaman ditolak dilingkungan dan hal-hal yang berkaitan dengan minat individu akan memotivasi remaja untuk menambah durasi penggunaan media sosial. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa remaja dengan pengalaman takut ketinggalan yang tinggi, termotivasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain, menjaga pertemanan dan ingin menunjukkan kepada orang lain tentang hobi dan update mereka agar tidak ketinggalan informasi dan momen terbaru.

Kata kunci: *Fear of Missing Out, Remaja, Makna Pengalaman FoMO*