

ABSTRAK

PERBEDAAN PERILAKU *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA DEWASA AWAL DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

Karina Eninta Br Ginting
Universitas Sanata Dharma
2025

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian komparatif. Adapun tujuan penelitian ini antara lain: 1) Mengetahui apakah ada perbedaan perilaku FoMO pada dewasa awal ditinjau berdasarkan jenis kelamin; (2) Mengetahui seberapa tinggi Perilaku FoMO pada laki-laki dewasa awal; (3) Mengetahui seberapa tinggi perilaku FoMO pada perempuan dewasa awal; (4) Mengetahui butir item perilaku FoMO yang tinggi untuk diusulkan sebagai layanan topik pelatihan.

Penelitian ini ditujukan kepada dewasa awal dengan kriteria usia 18-25 tahun. Subjek penelitian sebanyak 152 dewasa awal yang terdiri dari 75 responden laki-laki dan 77 responden perempuan. Penelitian ini menggunakan skala FoMO yang terdiri dari 50 item terpakai dengan 4 aspek yakni: 1) Kebutuhan Sosial; 2) Mencari Persetujuan; 3) Emosional; 4) Sosial Media. Skala ini memiliki reabilitas yang baik dengan indeks *Alpha Cronbach* sebesar 0,929. Pengujian asumsi menghasilkan data yang berdistribusi tidak normal dan bersifat tidak homogen. Karena uji asumsi tidak terpenuhi, digunakan uji beda non parametik *Mann Whitney*.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa 1) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku FoMO laki-laki dan perempuan; 2) Kategori FoMO pada individu laki-laki dewasa awal cenderung sedang (45%); 3) Kategori FoMO pada individu perempuan dewasa awal cenderung rendah (45%); 4) Ada 4 usulan topik pelatihan berdasarkan item yang dikategori tinggi yaitu "membangun koneksi sosial sehat di era digital", mengandalkan diri di tengah dunia yang berisik, "Seni mengendalikan diri", dan "Pilih kebutuhan atau ketergantungan?".

Kata Kunci: Perilaku FoMO, Dewasa Awal, Perempuan, Laki-laki

ABSTRACT

DIFFERENCES IN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) BEHAVIOR IN EARLY ADULTHOOD IN BASED OF GENDER

Karina Eninta Br Ginting

Sanata Dharma University

2025

This research uses quantitative method with comparative research design. The objectives of this study include: 1) Knowing whether there are differences in FoMO behavior in early adulthood based on gender; (2) Knowing how high FoMO behavior is in early adult males; (3) Knowing how high FoMO behavior is in early adult females; (4) Knowing high FoMO behavior items to be proposed as training topic services.

This research is aimed at early adults with the age criteria of 18-25 years. The research subjects were 152 early adults consisting of 75 male respondents and 77 female respondents. This study uses the FoMO scale which consists of 50 used items with 4 aspects, namely: 1) Social Needs; 2) Seeking Approval; 3) Emotional; 4) Social Media. This scale has good reliability with a Cronbach's Alpha index of 0.929. Assumption testing produces data that is not normally distributed and is not homogeneous. Because the assumption test was not met, the Mann Whitney non-parametric t-test was used.

The results of the study showed that 1) There is no significant difference between male and female FoMO behavior; 2) The FoMO category in early adult male individuals tends to be moderate (45%); 3) The FoMO category in early adult female individuals tends to be low (45%); 4) There are 4 proposed training topics based on items that are categorized high, namely "building healthy social connections in the digital era", relying on yourself in the midst of a noisy world, "The art of self-control", and "Choose need or dependence?".

Keywords: *FoMO Behavior, Early Adult, Female, Male*