

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA PERILAKU FOMO DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA YANG BEKERJA *PART TIME*

Clarita Mahang

Bimbingan dan Konseling

Universitas Sanata Dharma

2026

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan tingkat perilaku Fear of Missing Out (FoMO) pada mahasiswa yang bekerja *part time*; (2) mendeskripsikan tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa yang bekerja *part time*; serta (3) mengukur ada tidaknya hubungan yang signifikan antara perilaku FoMO dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang bekerja *part time*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek penelitian adalah 61 mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang bekerja paruh waktu, yang diperoleh melalui teknik *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian meliputi Skala FoMO (22 item valid;  $\alpha = 0,756$ ) yang disusun berdasarkan teori Przybylski et al., (2013) Przybylski dengan aspek kompetensi, otonomi, dan keterhubungan, serta Skala Kepercayaan Diri (28 item valid;  $\alpha = 0,889$ ) yang disusun berdasarkan teori Lauster (2003) dengan aspek keyakinan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta rasional dan realistis. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif kategori dan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) sebagian besar mahasiswa berada pada kategori FoMO tinggi, yaitu sebanyak 39 mahasiswa (63,93%); (2) hampir separuh mahasiswa berada pada kategori kepercayaan diri rendah, yaitu sebanyak 29 mahasiswa (47,54%); serta (3) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku FoMO dengan kepercayaan diri ( $r = -0,698$ ;  $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat FoMO yang dialami mahasiswa yang bekerja *part time*, semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimilikinya.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out* (FoMO), Kepercayaan Diri, Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

**ABSTRACT**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FoMO) BEHAVIOR AND SELF-CONFIDENCE AMONG PART-TIME WORKING STUDENTS***

Clarita Mahang

*Guidance and Counseling*

*Sanata Dharma University*

2026

*This study aimed to: (1) to describe the level of Fear of Missing Out (FoMO) behavior among part-time working students; (2) to describe the level of self-confidence among part-time working students; and (3) measure whether a significant relationship exists between FoMO behavior and self-confidence among part-time working students. This study employed a quantitative method with a correlational approach. The research subjects consisted of 61 active students of the Guidance and Counseling Study Program at Sanata Dharma University Yogyakarta who were simultaneously engaged in part-time work, selected through purposive sampling. The instruments used were the FoMO Scale (22 valid items;  $\alpha = 0.756$ ), constructed based on the theory of Przybylski et al. (2013) with aspects of competence, autonomy, and relatedness, and the Self-Confidence Scale (28 valid items;  $\alpha = 0.889$ ), constructed based on Lauster's theory (2003) with aspects of self-belief, optimism, objectivity, responsibility, and rational-realistic thinking. Data were analyzed using categorical descriptive statistics and the Pearson Product Moment correlation test. The results revealed that: (1) the majority of part-time working students fell into the high FoMO category, comprising 39 students (63.93%); (2) nearly half fell into the low self-confidence category, comprising 29 students (47.54%); and (3) there was a significant negative relationship between FoMO behavior and self-confidence ( $r = -0.698$ ;  $p < 0.05$ ). These findings indicate that the higher the level of FoMO experienced by part-time working students, the lower their level of self-confidence.*

*Keywords: Fear of Missing Out (FoMO), Self-Confidence, Part-Time Working Students, Guidance and Counseling*