

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, 17 Januari 2026
Yuga Setyawan
011221134

Hubungan *Fear of Missing Out* (FOMO) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswa di SMAN 1 Salatiga.

ABSTRAK

Latar Belakang: Media sosial sebagai wadah untuk menyebarkan informasi bisa menimbulkan dampak yang negatif. Dampak negatif berawal dari tidak adanya batas sehingga menimbulkan ketakutan tertinggal informasi. Media sosial memudahkan pengguna internet dalam berkomunikasi yang tidak terbatas oleh waktu dan tempat. Berlebihan dalam penggunaan media sosial dapat timbul dampak negatif yaitu *Fear of Missing Out* (FoMO). FoMO pada siswa akan berdampak pada kondisi psikologis terutama pada *fear of missing out* (FoMO) siswa

Tujuan: Mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap Tingkat kecemasan pada siswa di SMA Negeri 1 Salatiga.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional dan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi berjumlah 1.296 siswa, dengan sampel 93 siswa yang dipilih menggunakan proportional random sampling. Instrumen yang digunakan adalah *Fear of Missing Out Scale* (FOMOS) ($\alpha = 0,87$) dan *Social Media Anxiety Scale* (SMAS) ($\alpha = 0,94$). Analisis data menggunakan statistik deskriptif dan uji bivariat Kendall's Tau.

Hasil: Sebagian besar responden mengalami FoMO tingkat sedang (65,6%) dan kecemasan tingkat sedang (68,8%). Uji Kendall's Tau menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* (FoMO) ($p = 0,000$; $p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $\tau = 0,429$ yang menunjukkan kekuatan hubungan sedang.

Kesimpulan: Terdapat hubungan positif berkekuatan sedang antara *fear of missing out* (FoMO) dan terdapat tingkat kecemasan pada siswa. Semakin tinggi tingkat FoMO, semakin tinggi dengan kecemasan yang dialami siswa.

Saran: Siswa diharapkan lebih bijak dalam penggunaan media sosial guna menekan tingkat *fear of missing out* (FoMO) dan kecemasan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, Kecemasan, Siswa SMA.

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing Program
Thesis, 17 January 2025
Yuga Setyawan
011221134

**The Relationship Between *Fear of Missing Out* (FOMO) and Anxiety Levels
Among Students at SMAN 1 Salatiga**

ABSTRACT

Background: Social media as a platform for information sharing can generate negative impacts. The absence of boundaries may lead to a fear of missing out on information. Social media enables users to communicate without limitations of time and place. However, excessive use can result in negative consequences, particularly *Fear of Missing Out* (FoMO). Among students, *Fear of Missing Out* (FoMO) may affect psychological well-being, especially increasing anxiety levels.

Objective: To examine the relationship between *Fear of Missing Out* (FoMO) and anxiety among students at SMA Negeri 1 Salatiga.

Methods: This quantitative study employed a cross-sectional design with a descriptive correlational approach. The population consisted of 1,296 students, with 93 participants selected using proportional random sampling. Data were collected using the Fear of Missing Out Scale (FOMOS) ($\alpha = 0.87$) and the Social Media Anxiety Scale (SMAS) ($\alpha = 0.94$). Data analysis included descriptive statistics and Kendall's Tau bivariate test.

Results: Most respondents experienced moderate levels of *Fear of Missing Out* (FoMO). (65.6%) and moderate anxiety (68.8%). Kendall's Tau analysis indicated a significant positive relationship between FoMO and anxiety levels ($p = 0.000$; $p < 0.05$) with a correlation coefficient of $\tau = 0.429$, indicating a moderate strength of association.

Conclusion: There is a positive and moderately strong relationship between FoMO and anxiety among students. Higher levels of FoMO are associated with higher levels of anxiety.

Recommendation: Students are encouraged to use social media more wisely to reduce FoMO and anxiety sustainably.

Keywords: *Fear of Missing Out, Anxiety, High School Students.*