

ABSTRAK

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA PENGGUNA TIKTOK DI DUSUN MENUNGGAL DESA MENUNGGAL KECAMATAN KEDAMEAN

OLEH : OKTAVIA TRI SETYA NINGRUM

Perkembangan media sosial, khususnya TikTok, telah meningkatkan intensitas interaksi digital pada remaja. Penggunaan media sosial yang tinggi dapat memunculkan *Fear of Missing Out*, yaitu perasaan khawatir tertinggal informasi atau pengalaman yang dialami orang lain. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan tingkat stres pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Fear of Missing Out* dengan tingkat stres pada remaja pengguna TikTok di Dusun Menunggal Desa Menunggal Kecamatan Kedamean. Penelitian ini menggunakan desain analitik *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 371 remaja, dengan sampel sebanyak 60 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner ON-FOMO untuk mengukur tingkat *Fear of Missing Out* dan *Perceived Stress Scale* (PSS-10) untuk mengukur tingkat stres. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *Fear of Missing Out* kategori tinggi sebanyak 39 responden (65,0%), sedangkan tingkat stres sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 41 responden (68,3%). Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r) = 0,498, yang menunjukkan terdapat hubungan positif dengan kekuatan korelasi sedang antara *Fear of Missing Out* dan tingkat stres. Semakin tinggi tingkat *Fear of Missing Out* yang dialami remaja, semakin tinggi pula tingkat stres yang dirasakan. Remaja diharapkan mampu mengelola penggunaan media sosial secara lebih bijaksana untuk menurunkan risiko *Fear of Missing Out* dan mengurangi tingkat stres.

Kata kunci: *Fear of Missing Out*, tingkat stres, remaja, TikTok, media sosial.

ABSTRAC

THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT AND STRESS LEVELS AMONG ADOLESCENT TIKTOK USERS IN MENUNGGAL HAMLET, MENUNGGAL VILLAGE, KEDAMEAN DISTRICT

BY : OKTAVIA TRI SETYA NINGRUM

The rapid growth of social media, particularly TikTok, has increased the intensity of digital interactions among adolescents. Extensive use of social media may lead to Fear of Missing Out, which refers to feelings of anxiety about missing information or experiences that others are having. This condition has the potential to increase stress levels among adolescents. This study aimed to examine the relationship between Fear of Missing Out and stress levels among adolescent TikTok users in Menunggal Hamlet, Menunggal Village, Kedamean District. This study employed an analytical correlational design with a cross sectional approach. The study population consisted of 371 adolescents, with a sample of 60 respondents selected using a purposive sampling technique. Data were collected using the Online Fear of Missing Out (ON-FoMO) questionnaire to assess Fear of Missing Out and the Perceived Stress Scale (PSS-10) to measure stress levels. Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The findings revealed that most respondents experienced a high level of Fear of Missing Out, accounting for 39 respondents (65.0%), while the majority reported a moderate level of stress, accounting for 41 respondents (68.3%). The Spearman Rank correlation test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient (r) of 0.498, indicating a statistically significant positive relationship with a moderate correlation between Fear of Missing Out and stress levels. Higher levels of Fear of Missing Out were associated with higher levels of stress among adolescents. Adolescents are encouraged to manage their social media use more wisely to reduce the risk of Fear of Missing Out and minimize stress levels.

Keywords: Fear of Missing Out, stress levels, adolescents, TikTok, social media.