

Konseling Kelompok untuk Mengurangi Fenomena *Fear of Missing Out (FoMO)* Remaja Kota Tegal

Hanidar Astika K. ^{a,1,*}, Rahmad Agung Nugroho ^{b,2}, Sesya Dias Mumpuni ^{b,3}

^a Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

^b Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

^c Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

¹ hanidar.astika15@gmail.com; ² agungstedjoputro@gmail.com; ³ dias.mumpuni@upstegal.ac.id (7pt)

* Corresponding Author



Received 2022- 11- 20; accepted 2022- 12- 09; published 2022- 12- 30

ABSTRAK

Penelitian diambil karena banyaknya fenomena FoMO di Kota Tegal dimana para remaja mengalami perilaku FoMO pada idolanya yang berasal dari Korea dengan perilaku yang merasa cemas jika tertinggal informasi dari idol tersebut sehingga membuat remaja ingin selalu terhubung dengan idolnya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk : 1. Untuk menganalisis seberapa besar FoMO yang terjadi kepada para remaja *bias idol* di Kota Tegal. 2. Untuk mengetahui penyebab remaja menyukai *bias idol* 3. Menguji apakah konseling kelompok dapat membatasi perilaku *Fear Missing Out (FoMO)* pada remaja di Kota Tegal. Metode penelitian yang dipilih yaitu Pendekatan Kuantitatif. Hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini adalah: 1. Perilaku FoMO di Kota Tegal dikategorikan sangat tinggi 2. Penyebab remaja memiliki perilaku FoMO yaitu karena tidak ingin melewatkan informasi yang terbaru mengenai idola remaja tersebut sehingga menimbulkan rasa ingin selalu terhubung setiap hari dengan idolanya. 3. Konseling kelompok dapat membatasi perilaku beberapa remaja yang dipilih.

ABSTRACT

The study was taken because of the many FoMO phenomena in Tegal City where teenagers experience FoMO behavior on their idols who come from Korea with behavior that feels anxious if information is left behind from the idol so that it makes teenagers want to always connect with their idols. The purpose of this study is: 1. To find out how much FoMO occurs to adolescents with idol bias in Tegal City. 2. To find out the cause of teenagers liking idol bias 3. Testing whether group counseling can limit Fear Missing Out (FoMO) behavior in adolescents in Tegal City. The research method chosen is the Quantitative Approach. The results of the research and discussion in this study are as follows: 1. FoMO behavior in Tegal City is categorized as very high 2. The reason why teenagers have FoMO behavior is that they don't want to miss the latest information about the teen idol, which causes a sense of wanting to always be connected every day with their idol. 3. Group counseling can limit the behavior of some selected adolescents.

KEYWORDS

Bias Idol,
Kecemasan, Korea

Bias Idol, Anxiety,
Korea

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



1. Introduction

Setelah melewati masa anak-anak fase selanjutnya yaitu berada pada fase remaja. Fase remaja ini juga menuntut para remaja untuk dapat menyelesaikan sendiri permasalahan dalam kehidupannya, karena di masa ini permasalahan mulai bermunculan. Pada masa ini remaja harus lebih siap dalam menghadapi segala perubahan yang terjadi kepada dirinya. Perubahan yang dialami pada remaja meliputi perubahan yang dialami pada fisik, emosional dan juga pada tingkat perilakunya. Menurut (Magis-Weinberg et al., 2021) "Masa remaja ditandai dengan masa pubertas, perubahan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, dari masa remaja dan perubahan sosial. Dalam tradisi dan negara, perubahan ini terjadi lebih awal".

Remaja adalah masa perkembangan peluang, namun, ada kemungkinan masalah kesehatan perilaku, emosional, dan mental yang lebih tinggi. Penyebab utama gangguan mental pada remaja yang paling besar yaitu dari teknologi. Di zaman digital seperti sekarang, teknologi memang banyak digunakan, teknologi yang sering digunakan setiap harinya yaitu smartphone. Smartphone digunakan sebagai alat komunikasi yang fleksibel karena dapat dibawa kemana saja dan menjadi alat yang tepat untuk mendapatkan sebuah informasi yang sedang kita butuhkan.

Menurut (Ramos-Soler et al., 2021) "Smartphone telah menjadi sumber penting bagi pribadi, sosial remaja". Remaja kecanduan menggunakan teknologi smartphone untuk bersosial media, seperti mencari tahu informasi tentang seseorang yang ingin diketahui, atau ingin selalu terhubung satu sama lain. Hal tersebut tentunya sangat mengganggu aktivitas remaja seperti tidak dapat fokus kepada sekolah atau pekerjaan yang seharusnya dikerjakan dan aktivitas kesehariannya. Hal tersebut akan membuat dampak yang merugikan bagi remaja.

Fenomena remaja yang ingin selalu mengetahui tentang informasi terkini dan ingin selalu berinteraksi dengan berbagai sosial media disebut Fear of Missing Out (FoMO). Menurut (Alt & Boniel-Nissim, 2018) "FoMO diidentifikasi dari kecemasan di mana seseorang selalu khawatir bahwa mereka mungkin kehilangan kemungkinan untuk koneksi sosial, memenuhi pertemuan, investasi yang sukses, atau pengalaman memuaskan lainnya. Sejumlah penelitian telah mengevaluasi bagaimana FoMO memediasi hubungan antara defisit kebutuhan psikologis dan penggunaan media sosial yang berlebihan." Kecemasan dalam bermain media sosial bagi remaja, merupakan hal yang sering dirasakan. Remaja akan merasa cemas ketika tertinggal informasi, seperti tidak dapat berinteraksi dengan seseorang, Dalam kehidupan yang sering ditemukan, interaksi sosial remaja biasanya digunakan mencari informasi mengenai idolanya.

Idola yang banyak dikagumi oleh remaja yaitu Korean Pop. Genre musik Korea merupakan music yang sangat disukai oleh anak muda di berbagai negara terutama di Indonesia. K-Pop dimulai dari terbentuknya boyband dan girlband. Saat pertama kali muncul, kehadiran mereka dapat diterima oleh banyak orang terutama para remaja. Dari fenomena yang ditemui, para remaja Kota Tegal yang sangat mengidolakan para artis Korea dan karena paras para idol yang tampan.

Ketertarikan tersebut dapat membuat para remaja Kota Tegal sangat ingin mencari tahu tentang idola tersebut seperti, kesehariannya melalui akun media sosial, mempelajari budaya Korea, menghafalkan lagu-lagu dari boyband Korea, serta ada yang mengoleksi foto-foto idol kesukaannya. sampai mencari semua informasi tentang idolanya agar tidak tertinggal informasi, remaja setiap harinya idolanya selalu di posting di sosial media miliknya. Para remaja rela mengeluarkan uang lebih untuk sekedar melihat para idolanya tampil di panggung hiburan dan juga mengoleksi poster, aksesoris yang dikenakan oleh idol tersebut. Remaja yang mengidolakan salah satu anggota *boyband* dengan istilah bias. Berdasarkan fenomena yang dikemukakan, menjadi alasan kuat setelah mengangkat tema *Fear of Missing Out* dan mengambil fenomena dari Remaja yang tidak bisa lepas dari idolanya karena banyaknya remaja yang mengidolakan K-Pop.

2. Method

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif yang berguna menguji dan mengukur hasil yang sudah diperoleh tersebut menggunakan rumus statistik kemudian di jelaskan dari hasil statistik tersebut. Dalam sampel penelitian ini, peneliti memilih jumlah sampel dari salah satu media sosial yang ada di populasi. Media sosial yang peneliti ambil yaitu dari *Whatsapp*. Yang jumlahnya kisaran 84 anggota.

Menurut (Casteel & Bridier, 2021) "Sampel adalah himpunan unit yang dipilih untuk mewakili populasi yang diinginkan" atau dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan jumlah sebagian dari sebuah populasi yang diambil guna mempermudah penelitian dan dapat menghasilkan data yang validitasnya bisa

di pertanggungjawabkan oleh penulis. Teknik Pengumpulan data yang digunakan yaitu Kuesioner dan Teknik analisisnya menggunakan statistik deskriptif yang berguna untuk mengukur seberapa besar tingkatan perilaku FoMO di Kota Tegal.

Dalam analisis statistik ini, peneliti ingin mengetahui nilai median, modus, mean, validitas dan realibilitas dari data yang sudah dijawab oleh responden melalui kuesioner. Menurut (Varsha et al., 2017) "Statistik deskriptif yaitu jenis informasi yang disajikan hanya dalam beberapa kata untuk menggambarkan dasarnya wujud data dalam sebuah penelitian seperti mean, modus, median dan lain-lain" dan untuk menguji kuesioner valid atau tidak, penelitian ini juga menguji tes reliabilitas dan validitas.

3. Results and Discussion

3.1. Profil Penelitian

Penelitian dilakukan di Kota Tegal, dengan waktu kurang lebih 6 bulan, dari bulan Januari-Juli. Penelitian ini ditujukan kepada remaja-remaja yang berdomisili di Kota Tegal. Remaja yang menjadi responden dalam penelitian ini berjumlah 84 remaja dan jumlah tersebut menjadi sampel dalam penelitian ini untuk dibagikan sebuah kuesioner. Kriteria yang peneliti gunakan dalam yaitu remaja yang berasal dari Kota Tegal, memiliki bias idol Korea, ikut bergabung dalam group whatsapp idol, selalu membuat status mengenai idol Korea dan memiliki rasa ingin selalu terhubung dengan idola mereka. Alasan memilih responden ini karena responden ini terlihat memiliki perilaku FoMO pada kesehariannya lewat group chat.

Hasil responden tersebut, peneliti ingin mendapatkan seberapa tinggi perilaku FoMO dari responden tersebut dan apakah perilaku FoMO tersebut mengganggu keseharian dari responden. Kuesioner yang telah dibagikan berfungsi untuk mengukur seberapa tinggi dari perilaku FoMO. Dari 84 responden tersebut, kemudian di pilih remaja dengan total jawaban kuesioner yang paling tinggi untuk di lakukan Konseling Kelompok.

DA memiliki total nilai FoMO yang dikategorikan paling tinggi, dengan total 215, berasal dari Kota Tegal, karena responden tidak berkenan identitas tempat tinggalnya disebutkan, jadi peneliti hanya menuliskan asal kotanya saja. DA merasa ingin selalu terhubung dengan idola kesukaannya di media sosial, setiap harinya bahkan DA selalu mengecek media sosialnya agar selalu mengetahui informasi terbarunya.

AS memiliki total nilai FoMO sebanyak 203, terbanyak setelah DA, responden AS merasa dirinya ingin selalu membeli barang-barang yang baru yang dimiliki oleh temannya, DA mersa cemas jika melihat temannya lebih dulu membeli barang terbaru dibandingkan dirinya, lantas hal tersebut membuat AS merasa berkeinginan membeli barang terbaru itu.

ME memiliki total skor kuesioner sebanyak 189, ME terlihat pemalu dan belum bisa terbuka saat melakukan konseling kelompok, perilaku FoMO ME sama dengan AS dimana ME selalu update tentang idolanya setiap saat dan selalu membagikan setiap kegiatan dari idola kesukaannya di story whatsapp.

RD memiliki total skor kuesioner 189, RD juga berasal dari Kota Tegal, RD selalu aktif di group chat, namun ketika konseling RD merasa malu untuk mengutarakan pendapatnya, hal tersebut terlihat saat melakukan konseling kelompok dimana RD lebih pendiam dan memiliki perilaku yang sama dengan DA.

DL memiliki total skor kuesioner sebanyak 187, sama seperti yang lainnya, DL berasal dari Kota Tegal, DL merasa bahwa dirinya selalu cemas jika tidak menghadiri sebuah acara gathering yang diadakan teman-temannya. Namun ME merasa malu jika ingin bergabung.

3.2. Hasil Tes Validitas dan Reliabilitas

Dari hasil data validitas yang sudah dihitung, dapat dilihat bahwa hasil 50 butir yang sudah diuji cobakan terdapat 45 butir valid dan item yang tidak valid sebanyak 5 item meliputi : 4, 5, 6, 29, 48, dengan taraf signifikan 5 % > 0,254 dan taraf signifikansi 1% >0,345 menyatakan 9 item yang tidak valid yang meliputi : 4,5,6,7,8,18,30,34, dan 49 . Selanjutnya item yang valid akan digunakan sebagai alat ukur penelitian skripsi. Dan untuk item yang tidak valid yang berjumlah 9 item tidak digunakan lagi, jadi peneliti hanya menggunakan 41 item.

Perhitungan validitas menggunakan data tersebut dengan memasukkannya kedalam rumus Product moment, menurut (OKUR et al., 2022) *“In order to determine the strength of the association between the variable, which was measured on an interval scale, Pearson product moment correlation analysis was used”*.

Uji reliabilitas penelitian berfungsi untuk memperkirakan seberapa tinggi tingkat kesesuaian hasil penelitian terhadap kuesioner yang diajukan, terlepas dari apakah kuesioner tersebut konsisten atau tidak. Pengujian ini dilakukan menggunakan fitur reability analysis dalam aplikasi SPSS dengan menggunakan Internal Consistensi yang rumusnya menggunakan cronbach alpha dengan konsistensi angka 0,733 (Wu et al., 2022).

Hasil reliabilitas yang diperoleh dari SPSS yaitu 0,938 > 0,7 karena penggunaan rumus tersebut digunakan untuk mengukur skala bertingkat. Dari hasil data kuesioner yang telah dihitung reliabilitasnya, dengan nilai N= 60 maka hasil r tabelnya yaitu 0,254, memiliki r hitungnya 0,938. Jadi r hitung > tabel yaitu 0,938 > 0,254 instrument tersebut dikatakan reliabel.

3.3. Statistik Deskriptif

Berdasarkan perhitungan kuesioner Fear of Missing Out (FoMO) yang telah dibagikan kepada 85 responden, mendapatkan hasil nilai yang paling tinggi yaitu 215, dan nilai yang paling kecil yaitu 93, memiliki nilai **tenengah** 155, dan memiliki nilai rata-rata 155. Dari beberapa responden, yang mendapatkan nilai FoMO tertinggi yaitu DA dengan angka 215. Dan yang paling rendah yaitu JL dengan angka 93.

3.4. Pembahasan Perbandingan Teori

Menurut Teori dari (Christina et al., 2019) *“FoMO artinya suatu keinginan dari individu supaya selalu tersambung dengan aktivitas yang individu lain lakukan”*. Dan berhubungan dengan teori tersebut, dari hasil penelitian kuesioner dan konseling kelompok, yang hasilnya dapat di lihat bahwa perilaku FoMO pada remaja memiliki jumlah tinggi.

Fenomena tersebut disebabkan karena remaja tidak ingin ketinggalan informasi yang terkini, remaja juga senang sekali update tentang informasi terbaru yang menarik tersebut. Dan memiliki rasa tidak ini ketinggalan mengetahui informasi yang terbaru. Informasi yang ditemui di lapangan, para remaja mengakses informasi mengenai idol masing-masing. Setiap ada postingan baru, para remaja yang tidak ingin tertinggal informasi tersebut selalu mengabadikannya dan membagikannya lewat media sosial.

Faktor yang menjadi penyebab remaja mengalami perilaku FoMO tersebut yaitu karena usia, usia remaja yang masih muda menyebabkan remaja tertarik dengan hal-hal baru disekitarnya. Mayoritas yang masuk dalam grup tersebut adalah remaja SMA atau kuliah. Hasil tersebut berbanding sama dengan teori dari (Popovac & Hadlington, 2020) yang mengungkapkan bahwa perilaku FoMO sering terjadi pada usia remaja hingga dewasa.

Dalam konseling kelompok yang telah di laksanakan, memperlihatkan bahwa perilaku *fear of missing out* memiliki dampak negatif seperti kurang produktif, remaja yang peneliti amati selalu memegang ponsel nya dan selalu ingin selalu terhubung dengan idolanya, bahkan sampai melalaikan tugas sekolahnya, para remaja juga sering sekali mengakses media sosial lebih lama agar selalu terhubung dengan orang lain dibandingkan bersosialisasi di dunia nyata. Masukan tersebut sebanding dari teori dikemukakan (Rozgonjuk et al., 2020) yang berkata bahwa “orang yang mengalami lebih banyak FoMO mendapatkan dampak yang lebih besar dari media sosial pada aktivitas dan produktivitas kehidupan sehari-hari seseorang”. Dengan kata lain, seseorang dapat menemukan hubungan antara level FoMO, produktivitas yang lebih tinggi dan lebih rendah.

3.5. Tingkatan FoMO

Dari penelitian yang sudah dilakukan, yang bertujuan untuk mengetahui apakah tingkah FoMO dikategorikan tinggi, dan untuk mengukur seberapa tinggi FoMO yang dialami remaja, maka disajikan diagram batang dari hasil kuesioner FoMO.

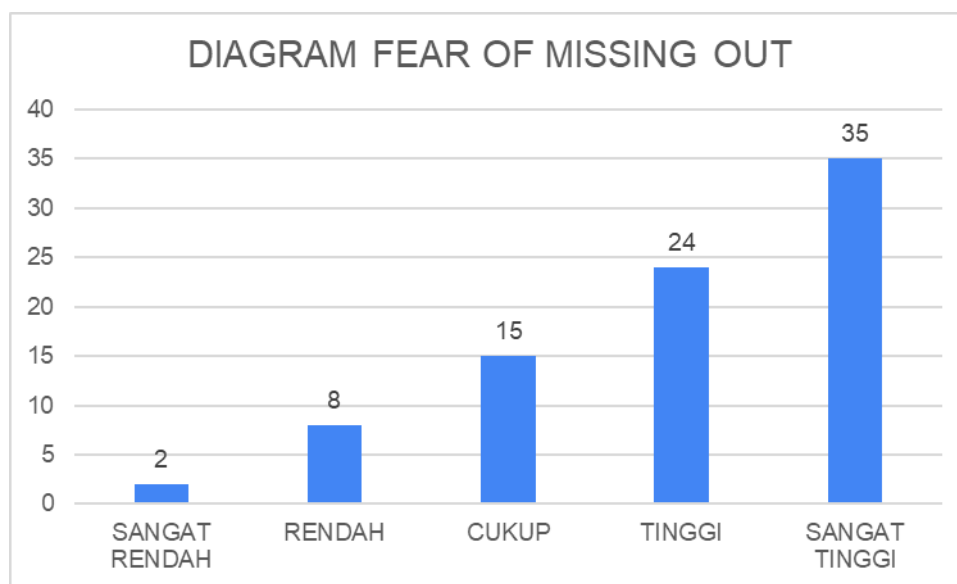


Fig. 1. Diagram Tingkatan FoMO

Dari hasil diagram batang tersebut dapat terlihat bahwa FoMO yang dialami oleh remaja sangat tinggi. Dapat dijelaskan bahwa hasil tersebut dihitung menggunakan frekuensi dari hasil kuesioner. Dapat diketahui hasil perolehan skor mengenai fenomena fear of missing out berada di kriteria sangat tinggi pada rentang 162-215 dengan ketercapaian angka sebesar 42% sebanyak 35 responden dengan ciri-ciri merasa ingin slalu terhubung dengan orang lain dan tidak ingin melewatkan informasi terbaru, selalu update di media sosial mengenai informasi terbaru dari idola kesukaannya seperti jadwal konser, selalu aktif di grup, selalu menghadiri acara gathering yang diselenggarakan, dan selalu mengoleksi berbagai aksesoris terbaru terkait idolanya.

Kriteria sangat tinggi pada rentang 145-161 dengan ketercapaian angka sebesar 29% sebanyak 24 responden dengan ciri-ciri aktif di grup, sering memposting idolanya namun jarang mengikuti gathering, Kriteria sedang berada pada rentang 128-144 dengan ketercapaian angka sebesar 18% sebanyak 15 reponden dengan ciri-ciri tidak selalu aktif di grup terkadang muncul dan tidak muncul, jarang menghadiri acara gathering dan jarang membagikan informasi terbaru tentang idolnya, jarang membeli aksesoris terkait idolanya

Kriteria rendah pada rentang 110-127 dengan ketercapaian angka sebesar 10% sebanyak 8 responden dengan ciri-ciri tidak terlalu mengikuti kegiatan idolanya, hanya menyukai lagunya saja, tidak minat menghadiri acara gathering. Kriteria sangat rendah berada pada rentang 93-109 dengan ketercapaian angka sebesar 2% sebanyak 2 responden dengan ciri-ciri tidak pernah aktif di group chat, tidak pernah membagikan kegiatan terbaru dari idolanya, tidak pernah mengikuti acara gathering tidak tertarik membeli barang-barang terkait idolanya.

3.6 Pelaksanaan Konseling Kelompok

Pelaksanaan treatment diberikan kepada konseli dalam penelitian yang berwujud konseling kelompok dengan tujuan agar membatasi perilaku *Fear of Missing Out* yang cukup tinggi. Karena layanan yang digunakan adalah konseling kelompok, dengan anggota 5 orang, peneliti mengambil beberapa orang yang memiliki nilai perilaku FoMO yang tinggi, pengambilan tersebut dilakukan kepada beberapa orang saja sesuai dengan ketentuan anggota dalam konseling kelompok. Pelaksanaan tersebut dilakukan di tempat yang dapat dijangkau dengan mudah. Dibawah ini proses layanan yang dilakukan peneliti laksanakan yaitu:

3.6.1 Layanan Konseling Kelompok ke-1

Pada pertemuan ini diawali dengan salam pembukaan, berdoa, perkenalan diri konselor dengan klien dan sebaliknya, selanjutnya konselor menjelaskan tujuan dan asas-asas dari layanan yang akan dilakukan, kemudian konselor menanyakan permasalahan anggotanya masing-masing, beberapa anggota dapat mengikuti dengan antusias, beberapa anak lainnya mengikuti layanan konseling kelompok dengan rasa yang masih terlihat malu-malu dalam mengutarakan permasalahannya yang sedang dialami.

Pada tahap ini anggota ada yang bersedia membahas permasalahannya, permasalahan yang dibahas yaitu dari anggota yang bernama amelda sabila, dimana amelda memiliki masalah tentang kesusahan dirinya yang tidak bisa menabung, uangnya selalu habis untuk membeli barang yang menurutnya sedang update dari idolanya, sementara itu anggota yang lain juga bertanya secara detail akar permasalahannya, setelah menanyakan, konselor memberikan pertanyaan untuk mengatasi masalah tersebut.

Setelah pemberian solusi, konselor mengambil inti dari penyelesaian permasalahannya tersebut. Bahwa perilaku dari AS dapat dibatasi dengan menahan diri dan lebih berfikir bahwa masih ada kebutuhan yang lebih penting dibandingkan keinginan memiliki barang yang sedang diminati di idolanya, setelah itu konselor bertanya apakah solusi dari teman-teman dan konselor dapat diterima atau dijalani. Setelah itu konselor menanyakan jadwal pertemuan berikutnya untuk melihat perkembangan dari amelda dan membahas masalah anggota lainnya dan ditutup oleh doa dan salam.

3.6.2. Layanan Konseling Kelompok ke-2

Pada pertemuan ke dua ini anggota sudah mulai nyaman dalam mengikuti namun terlihat beberapa anggota masih malu-malu ketika mengikuti kegiatan konseling kelompok, sedikit mengulang permasalahan yang telah dibahas di pertemuan sebelumnya dengan tujuan apakah ada sedikit perubahan perilaku yang dialami oleh anggota kelompok yang permasalahannya sudah dibahas, menurutnya hasil dari pembatasan perilaku tersebut susah namun bisa dijalani sedikit demi sedikit.

Lalu dipertemuan kedua membahas permasalahan dari anggota lain yang memiliki permasalahan tentang nilai yang turun dan sulit lepas dari media sosial, anggota tersebut mengatakan bahwa setiap harinya dia selalu *update* mengenai idol *k-pop*nya bahkan sering membuat status di media sosial dan beberapa teman pernah merasa terganggu tentang hal tersebut, jadi solusi untuk membatasi permasalahannya tersebut yaitu dengan membuatnya lebih produktif dan mencoba mengurangi media sosial, karena kehidupannya tidak selalu tentang media sosial, hal tersebut harus dilakukan untuk

membatasi perilakunya. Dan anggota tersebut bersedia mengurangi bermain media sosial dan rasa ingin slalu terhubung dengan idolanya.

3.6.3. Layanan Konseling Kelompok ke-3

Pada konseling ke tiga ini konselor menanyakan perubahan yang terjadi pada anggota yang permasalahannya telah dibahas di pertemuan kedua, menurutnya hal tersebut harus bisa diterapkan dan mulai lebih membuat dirinya produktif dan tidak meninggalkan tugasnya. Di pertemuan ke tiga ini juga membahas permasalahan dari anggota lain, dimana anggota tersebut memiliki permasalahan yang merasa iri karena tidak diajak ke acara gathering oleh teman-temannya, dapat terlihat seperti anggota tersebut merasa tidak ingin melewatkan kejadian apapun tanpa dirinya, namun anggota tersebut merasa malu jika harus bergabung sendirian tanpa diajak.

Hasil dari pertemuan ke 3 tersebut untuk membatasi rasa irinya, maka anggota tersebut tidak boleh merasa malu untuk datang ke acara tentang idolnya tersebut dan jika masih malu dan merasa iri lebih baik tidak perlu dilihat apa yang menurutnya menimbulkan rasa iri tersebut.

3.6.4. Layanan Konseling Kelompok ke-4

Layanan Konseling kelompok di pertemuan ke empat ini membahas tentang evaluasi pertemuan-pertemuan sebelumnya, apakah solusi dalam konseling kelompok ini dapat membatasi perilakunya tersebut atau merasa kurang, namun respon dari para anggota yang telah menceritakan masalahnya terlihat menerima solusi tersebut. Banyak anggota yang menceritakan bahwa anggota tersebut dapat bersikap seperti itu karena tidak ingin terlewatkan sesuatu hal tentang idolanya. awalnya mereka hanya mengikuti teman-temannya dan setelah terbiasa tidak bisa melepaskan hal tersebut dikesehariannya.

4. Conclusion

Kesimpulan dari remaja yang mengidolakan dengan sangat massif yang disebut Fear of Missing Out memperlihatkan remaja yang tidak bisa lepas dari idolanya. Remaja yang mengidolakan K-Pop terbawa dan mengikuti apa yang teman-temannya lakukan. Diumur remaja yang masih labil remaja lebih suka dengan sesuatu hal-hal yang menarik. Remaja ingin sama seperti yang lainnya yang selalu mengetahui tentang informasi-informasi terkini. Berdasarkan data perhitungan hasil kuesioner yang telah diujikan diatas, dapat diketahui hasil perolehan skor mengenai fenomena FoMO berada pada kriteria sangat tinggi. Hasil paling rendah yaitu sekitar 2 orang dengan rentang nilai 93-109, dengan, dengan kategori rendah terdapat 8 orang, sebanyak 15 orang memiliki kategori yang cukup atau sedang, jadi responden tersebut bisa dikatakan netral, selanjutnya di kategori yang tinggi ada 24 orang atau responden yang memiliki FoMO tinggi. Sementara 35 orang memiliki FoMO yang terbilang sangat tinggi dengan rentang kisaran 162-215. Setelah Konseling Kelompok, responden dapat lebih mengetahui pembatasan perilaku FoMO yang telah di selesaikan secara berkelompok dalam 4 kali pertemuan.

References

- Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018). Links between Adolescents' Deep and Surface Learning Approaches, Problematic Internet Use, and Fear of Missing Out (FoMO). *Internet Interventions*, 13(May), 30–39. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.05.002>
- Bednarz, S. (2000). Geography Education Research in the Journal of Geography 1988-1997. *International Research in Geographical and Environmental Education*, 9(2), 128–140. <https://doi.org/10.1080/10382040008667641>
- Casteel, A., & Bridier, N. L. (2021). Describing Populations and Samples in Doctoral. *International Journal of Doctoral Studies*, 16, 339–362.

- Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan Tingkat Neurotisme dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105–117. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.8024>
- Liu, S., & Zhu, X. (2008). Designing a Structured and Interactive Learning Environment Based on GIS for Secondary Geography Education. *Journal of Geography*, 107(1), 12–19. <https://doi.org/10.1080/00221340801944425>
- Magis-Weinberg, L., Ballonoff Suleiman, A., & Dahl, R. E. (2021). Context, Development, and Digital Media: Implications for Very Young Adolescents in LMICs. *Frontiers in Psychology*, 12(April), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.632713>
- Morgan, J. (2002). “Teaching Geography for a Better World”? The Postmodern Challenge and Geography Education. *International Research in Geographical and Environmental Education*, 11(1), 15–29. <https://doi.org/10.1080/10382040208667460>
- OKUR, S., ACAR BULUT, Ö., & ERDEN ÇINAR, S. (2022). The Mediating Role of Social Media Usage Habits in the Relationship Between FoMO and Nomophobia. *Kuramsal Eğitimbilim*, 15(1), 126–145. <https://doi.org/10.30831/akuveg.929847>
- Patterson, T. C. (2007). Google Earth as a (not just) geography education tool. *Journal of Geography*, 106(4), 145–152.
- Ramos-Soler, I., López-Sánchez, C., & Quiles-Soler, C. (2021). Nomophobia in teenagers: Digital lifestyle, social networking and smartphone abuse. *Communication and Society*, 34(4), 17–32. <https://doi.org/10.15581/003.34.4.17-32>
- Trigwell, K. (2006). Phenomenography: An Approach to Research into Geography Education. *Journal of Geography in Higher Education*, 30(2), 367–372. <https://doi.org/10.1080/03098260600717489>
- Varsha, A. V., George, G., & Sahajanandan, R. (2017). Lutembacher syndrome: Dilemma of doing a tricuspid annuloplasty. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 20(4), 456–458. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_36_17
- Wu, Z., Liu, Z., Jiang, Z., Fu, X., Deng, Q., Palaniyappan, L., Xiang, Z., Huang, D., & Long, Y. (2022). Overprotection and overcontrol in childhood: An evaluation on reliability and validity of 33-item expanded Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33), Chinese version. *Asian Journal of Psychiatry*, 68, 102962. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102962>