

ABSTRAK

FEAR OF MISSING OUT: HAMBATAN INTERAKSI SOSIAL DI DUNIA NYATA AKIBAT MEDIA SOSIAL (Studi Kasus Mahasiswa FISIP Universitas Lampung)

Oleh

MAYA MIRANTI

Penelitian ini mengkaji fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) pada media sosial di kalangan mahasiswa FISIP Universitas Lampung yang berdampak pada terhambatnya interaksi langsung di antara mereka. Masalah utama yang diteliti adalah bagaimana FoMO yang disebabkan oleh penggunaan media sosial memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk berinteraksi secara langsung. Penelitian ini bertujuan untuk memahami sejauh mana FoMO memengaruhi interaksi sosial dan mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi pada fenomena tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik analisis data fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Teknik keabsahan data dilakukan secara bertahap melalui teknik triangulasi untuk memastikan validitas hasil penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami FoMO cenderung lebih sering memeriksa media sosial, yang mengurangi waktu dan kemampuan mereka untuk berinteraksi langsung dengan orang lain. Faktor-faktor seperti realitas dunia maya yang lebih menarik, dukungan sosial dari media sosial, perasaan tidak aman, dan kemudahan komunikasi melalui media sosial menjadi penyebab utama hambatan interaksi sosial. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa FoMO dapat mengganggu interaksi sosial langsung dengan membuat individu terlalu terikat pada perangkat digital, yang menyebabkan gangguan konsentrasi, perbandingan sosial negatif, dan kecemasan sosial. FoMO di kalangan mahasiswa memiliki dampak positif dalam mempermudah komunikasi dan inovasi, namun dampak negatifnya lebih dominan, seperti kecanduan internet, penurunan produktivitas, dan gangguan kesehatan mental.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out*, Sosial Media, Mahasiswa

ABSTRACT

FEAR OF MISSING OUT: BARRIERS TO SOCIAL INTERACTION IN THE REAL WORLD CONSEQUENCES OF SOCIAL MEDIA (Case Study of Students of Faculty of Social Sciences, University of Lampung)

By

MAYA MIRANTI

This study about the phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) on social media among students of the Faculty of Social and Political Sciences (FISIP) at the University of Lampung, and its impact on hindering direct interaction among them. The main issue investigated is how FoMO caused by social media usage affects students' ability to interact directly. The study aims to understand the extent to which FoMO affects social interactions and to identify the factors contributing to this phenomenon. This research uses qualitative methods with phenomenological data analysis techniques. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation. Data validity was ensured through a step-by-step triangulation technique to confirm the validity and reliability of the research results. The findings show that students experiencing FoMO tend to check social media more frequently, which reduces their time and ability to interact directly with others. Factors such as more attractive virtual reality, social support from social media, feelings of insecurity, and the ease of communication via social media are the main causes of social interaction barriers. The conclusion of this study is that FoMO can disrupt direct social interaction by making individuals too attached to digital devices, leading to concentration problems, negative social comparison, and social anxiety. FoMO among students has positive impacts on facilitating communication and innovation, but its negative effects are more dominant, such as internet addiction, decreased productivity, and mental health issues.

Keywords : Fear of Missing Out, Media Social, Student