**Hubungan *Fear Of Missing Out*  dengan *Cyberslacking***

**pada Mahasiswa di Yogyakarta**

**The Relationship between Fear of Missing Out with Cyberslacking**

**for Student in Yogyakarta**

***Siti Fadillah M. Amama1, Martaria Rizky Rinaldi2***

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Jl. Wates Km.10,Yogyakarta

1[*Dilaamama0104@gmail.com*](mailto:Dilaamama0104@gmail.com)*,2* [*martariarizky@mercubuana-yogya.ac.id*](mailto:martariarizky@mercubuana-yogya.ac.id)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *fear of missing out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 227 orang dengan karakteristik mahasiswa aktif yang berada di Yogyakarta dan berusia 18 sampai 25 tahun. Data yang dikumpulkan menggunakan Skala *Fear of Missing Out* dan Skala *Cyberslacking*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji normalitas dengan menggunakan analisis kolmogrov-smirnov, uji linearitas dan uji hipotesis dengan menggunakan analisis non-parametrik yaitu dengan menggunakan *spearman rho*. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai korelasi sebesar 0.685 dengan p = 0.000 (p,0.005). Hasil tersebut menunjukan adanya hubungan yang positif antara *fear of missing out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R2) sebesar 0.454 yang berarti cyberslacking memiliki kontribusi 45.4% terhadap *fear of missing out* dan sisanya 54.6% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti persepsi dan sikap, karakteristik individu meliputi rasa malu, kesepian, isolasi, pengendalian diri, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet, faktor demografis, keinginan untuk terlibat norma sosial dan kode etik personal.

***Kata kunci:*** *cyberslacking, fear of missing out,* mahasiswa

***Abstract.*** This study aims to determine the relationship between fear of missing out with cyberslacking to students in Yogyakarta. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between fear of missing out with cyberslacking to students in Yogyakarta. The subjects in this study were 227 people with the characteristics of active students residing in Yogyakarta and aged 18 to 25 years. Data collected using Scale Fear of Missing Out and Scale Cyberslacking. The data analysis techniques used are normality testing using Kolmogrov-Smirnov analysis, linearity testing and hypothesis testing using non-parametric analysis, namely using spearman rho. Based on the analysis results, a correlation value was obtained of 0.685 with p = 0.000 (p= 0.005). These results show that there is a positive relationship between fear of missing out with cyberslacking to students in Yogyakarta. Acceptance of the hypothesis in this study shows the coefficient of determination (R2) of 0.454 which means cyberslacking has a contribution of 45.4% to fear of missing out and the remaining 54.6% is influenced by other factors such as perceptions and attitudes, individual characteristics include shyness, loneliness, isolation, self-control, self-esteem and locus of control, internet habits and addiction, demographic factors, desire to engage social norms and personal codes of ethics.

**Key words:** cyberslacking, fear of missing out, students

**Pendahuluan**

Salah satu provinsi yang menjadi tempat menempuh pendidikan ialah Yogyakarta. Yogyakarta dikenal sebagai kota pendidikan oleh khalayak umum, hal ini karena banyaknya sekolah terutama jumlah dan ragamnya perguruan tinggi di Yogyakarta (Subanar, 2020). Dilansir dari news.idntimes.com yang diakses Juli 2023 menjelaskan bahwa Yogyakarta disebut sebagai miniatur Indonesia yang menyediakan berbagai pendidikan di setiap jenjang pendidikan, oleh karena itu banyak mahasiswa dan pelajar dari seluruh daerah di Indonesia datang ke kota Yogyakarta untuk melanjutkan studinya. Menurut data yang diperoleh dari situs BAPPEDA (Badan Perencanaan Pembangunan Daerah) Yogyakarta bahwa jumlah mahasiswa pada tahun 2023 berjumlah 640.658 orang yang tersebar di 128 perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Data Kominfo tahun 2022 melakukan pengukuran Indeks Literasi Digital Indonesia menjelaskan bahwa Daerah Istimewa Yogyakarta masih menjadi provinsi dengan Indeks Literasi Digital tertinggi selama dua tahun berturut-turut, dengan skor indeks sebesar 3,64. Secara umum terlihat adanya perubahan kebiasaan dalam penggunaan internet, dimana salah satu faktor yang diduga turut berkontribusi terhadap kondisi tersebut adalah peningkatan pada penggunaan aplikasi digital berbasis video. Perangkat yang banyak digunakan dalam mengakses internet yang paling banyak ialah menggunakan handphone dan Personal Computer dengan penggunanya didominasi oleh usia Gen Z (dibawah 24 tahun) dengan lebih banyak mengakses komunikasi online, hiburan (game online). Alasan penggunaan media sosial bagi responden yaitumembantu komunikasi dan interaksi sehari-hari, dikarenakan mayoritas teman/orang yang dikenal menggunakan media sosial tersebut serta mengikuti dan mengetahui keadaan aktivitas berita dari teman atau orang lain.

Hasil survei APJJI tahun 2021 – 2022 menjelaskan bahwa penggunaan internet di Indonesia mencapai 215,63 juta orang. Hal ini mengalami peningkatan sebesar 2,67% dibandingkan dengan periode tahun sebelumnya yang sebanyak 210,03 juta pengguna dimana penggunaan internet lebih banyak dikuasai pada rentang usia 19 – 34 tahun. Hasil penelitian Sugiharto (2016) juga menambahkan bahwa melalui dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa profesi mahasiswa yang paling banyak menggunakan internet dibandingkan dengan profesi lain. Kebebasan mahasiswa dalam mengakses internet menjadikan mahasiswa lebih kreatif dan semangat dalam mengikuti proses belajar, namun di balik kebebasan ini juga membuat suatu permasalahan baru ketika menggunakan internet di luar dari kebutuhan proses belajar. Hal ini merupakan dampak negatif dari kemajuan teknologi dibidang pendidikan (Bela, 2020). Aktivitas dalam penggunaan internet dilakukan mahasiswa pada saat proses kuliah di dalam kelas misalnya saat dosen di depan kelas sedang menjelaskan materi perkuliahan atau saat teman kelompok lain sedang melakukan presentasi di depan kelas, dalam hal ini merupakan kesempatan yang dilakukan mahasiswa dalam menggunakan gadget atau laptop untuk melakukan aktivitas di luar kepentingan perkuliahan (Ragan, Jennings, Massey & Doolittle, 2014).

Menurut Kalayc (dalam Gökçearslan dkk, 2018) kemajuan teknologi dan kebebasan dalam mengakses internet ini menjadikan suatu dampak bagi mahasiswa dimana mahasiswa menggunakan internet selama proses perkuliahan berlangsung dengan maksud kepentingan pribadi atau yang disebut disebut dengan *cyberslacking***.** Perilaku *cyberslacking* ini seperti mengakses media sosial seperti instagram, *game online*, *youtube,* aplikasi belanja *online* dan lain-lain. Hasil penelitian Meier, Reinecke, dan Meltzer (2016) menjelaskan bahwa perilaku *cyberlacking* dapat merusak hasil akademik dan kesejahteraan mahasiswa, namun meskipun demikian kehidupan mahasiswa dengan perilaku *cyberlacking* tidak dapat dipisahkan. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian oleh Gökçearslan dkk. (2018) yang menemukan fakta bahwa *cyberlacking* dapat menurunkan prestasi akademik mahasiswa.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 7 mei 2023 kepada 10 mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta sebagian subjek mengatakan bahwa subjek wawancara pernah melakukan aktivitas *cyberslacking* ketika proses pembelajaran berlangsung di kelas. Melalui wawancara tersebut diperoleh hasil bahwa 8 dari 10 mahasiswa pernah memainkan mengakses internet ketika mengikuti perkuliahan dengan melakukan aktivitas chating, membuka sosial media, membuka situs perbelanjaan online dan bermain game. Hal tersebut membuktikan bahwa fenomena *cyberslacking* terjadi pada subjek tersebut

Faktor yang mempengaruhi *cyberslacking* biasanya dipengaruhi oleh individu sendiri. Ozlar dan Polat (2012) menjelaskan bahwa terdapat faktor internal (individu) seperti persepsi, regulasi diri, kontrol diri, sikap, trait kepribadian, kebiasaan, kecanduan internet dan niat. Luasnya jaringan internet dan adanya rasa keingintahuan akan hal baru, menyebabkan hadirnya kecemasan jika terlambat mengetahui informasi terbaru menyebabkan individu betah berlama-lama menggunakan internet**.** Adanya kebutuhan intrinsik untuk menjadi bagian dari kelompok sosial lain. Hal ini menunjukkan bahwa orang ingin menjadi bagian dari struktur sosial lainnya, seperti keluarga atau sekelompok teman. Isolasi sosial menciptakan kebalikannya, dan orang berusaha menghindarinya (Baumeister & Leary, 1995).

Menurut Eliana dan Silalahi (2020) *Fear out Missing Out* (FoMO) dapat menjadi penentu *cyberslacking* karena beberapa alasan berikut : pertama, mahasiswa yang mengalami *Fear of Missing Out* akan merasa ketakutan ketika orang lain memperoleh pengalaman yang menyenangkan terlebih dahulu dan mahasiswa tersebut tidak terlibat secara langsung. Hal ini melibatkan mahasiswa berusaha untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain melalui media sosial *online*, kedua, *Fear of Missing Out* yang menjadi pemicu dari indikasi keadaan sosial emosi negatif seperti rasa bosan dan kesepian yang berkaitan dengan penggunaan internet dan media sosial (Burke, Marlow, & Lento, 2010; Kross dkk., 2013).Selain itu dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dan hasil penelitian yang sudah ada sebelumnya, hal ini memberikan motivasi bagi peneliti untuk melakukan penelitian terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta, karena peneliti sejauh ini belum menemukan adanya penelitian yang menjelaskan tentang perilaku *cyberslacking* dan faktor penyebabnya sehingga peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian ini dan sepengetahuan peneliti, penelitian mengenai *cyberslacking* di Yogyakarta masih jarang ditemukan padahal perilaku *cyberslacking* membawa pengaruh besar bagi mahasiswa ketika mengakses internet

**Metode**

Metode analisis data Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis parametrik dengan uji korelasi Product Moment. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan *purposive sampling*. Dengan kriteria subjek yaitu mahasiswa yang denganusia 18 - 25 tahun tergolong ke dalam tahap perkembangan, tujuan perkembangan pada usia mahasiswa ini adalah untuk memantapkan stabilitas kehidupan, tahap ini dapat dikatakan sebagai tahap perkembangan remaja akhir hingga dewasa awal (Yusuf, 2012). Data penelitian ini dikumpulkan pada alat ukur yang menggunakan skala. Pengumpulan data mengenai *cyberslacking* menggunakan skala yang telah diadopsi dari penelitian Simanjuntak, Fajrianthi, Purwono dan Ardi (2019) yang sebelumnya dikembangkan oleh Akbulut, Dursun, Donmez dan Sahin (2016). Nilai reliabilitas yang didapat dalam skala ini adalah 0,871 artinya tingkat reliabilitas dalam skala ini adalah sangat reliabel (Azwar, 2015). Skala yang digunakan merupakan skala likert dengan kategori sebagai berikut: TP (Tidak Pernah) yang diberi bobot 1, J (Jarang) yang diberi bobot 2, KK (Kadang-Kadang) yang diberi bobot 3, dan S (Sering) yang diberi bobot 4, dan S (Selalu) yang diberi bobot 5 untuk item *favorable*.

Sementara Skala *Fear of Missing Out* menggunakan skala adopsi dari penelitian Kaloeti, Kurnia dan Tahamata (2021). *.* Hasil cronbach’s alpha pada skala ini yaitu 0.90. Skala disusun berdasarkan model skala Likert dalam lima alternatif jawaban: Sangat Sesuai (Skor 5), Sesuai (Skor 4), Cukup Sesuai (Skor 3), Tidak Sesuai (Skor 2), sangat tidak sesuai (Skor 1).

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa dengan usia 18-25 tahun. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan non-probability sampling. Prosedur pengumpulan data menggunakan *google form*. Analisis data menggunakan perhitungan statistik software SPSS *(Statistical Product Service Solutions)* versi 26.0 for *Windows*.

**Hasil**

**Tabel 1.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tabel demografi** | **N** | **%** |
| **Jenis Kelamin** |  |  |
| Laki-laki | 88 | 39% |
| Perempuan | 139 | 61% |
| **Usia** | **227** | **100%** |
| **18** | 15 | 10% |
| **19** | 30 | 11% |
| **20** | 53 | 12% |
| **21** | 54 | 12% |
| **22** | 42 | 13% |
| **23** | 18 | 13% |
| **24** | 7 | 14% |
| **25** | 8 | 15% |
| **Total** | **227** | **100%** |
| **Semester** | **Jumlah** | **%** |
| Semester 1 - 5 | 130 | 57% |
| Semester 6 - 10 | 83 | 37% |
| Semester 11 - 15 | 14 | 6% |
| **Total** | **227** | **100%** |

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek dalam penelitian ini berjumlah 227 mahasiswa.Terdiri dari 88 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 139 subjek berjenis kelamin perempuan. Dengan kategori usia, dimana usia 18 tahun 15 subjek, 19 tahun 30 subjek, 20 tahu 53 subjek, 21 tahun 54 subjek, 22 tahun 42 subjek, 23 tahun 18 subjek, 24 tahun 7 subjek dan 25 tahun 8 subjek. Dengan kategori semester 1-5 ada 130 subjek, semester 6-10 terdiri 83 subjek dan semester 11-15 terdiri 14 subjek.

**Tabel 2.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Data Hipotetik** | | | | | **Data Empirik** | | | | |
| **N** | **Min** | **Max** | **Mean** | **SD** | | **Min** | **Max** | **Mean** | **SD** |
| *Fear Of Missing Out* | 227 | 12 | 60 | 36 | 8 | | 17 | 58 | 38,35 | 11,771 |
| *Cyberslacking* | 227 | 24 | 120 | 72 | 16 | | 35 | 118 | 90,25 | 16,771 |

Hasil data empirik variabel *Fear of Missing Out* diperoleh skor minimum 17 dan maksimum 58. Rata -rata empirik yaitu 38,35 dengan standar deviasi 11,771. Sementara hasil data empirik variabel *cyberslacking* diperoleh skor minimum 35 dan maksimum 118, dengan rata-rata (Mean) empirik yaitu 90,25 dengan standar deviasi 16,771.

**Tabel 3.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ANOVA Table** | | | | | | | |
|  | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| CYBERSLACKING \* FOMO | Between Groups | (Combined) | 36029,035 | 41 | 878,757 | 5,904 | ,000 |
| Linearity | 28867,748 | 1 | 28867,748 | 193,936 | ,000 |
| Deviation from Linearity | 7161,287 | 40 | 179,032 | 1,203 | ,208 |
| Within Groups | | 27537,652 | 185 | 148,852 |  |  |
| Total | | 63566,687 | 226 |  |  |  |

Hasil uji linieritas *Fear Of Missing Out* (FoMo) dengan *Cyberslacking* diperoleh F = 193,936 dan p = 0.000 yang artinya ada hubungan linier antara *Fear Of Missing Out* dan *cyberslacking*.

**Tabel 4.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Correlations** | | | | |
|  | | | FoMo | Cyberslacking |
| **Spearman's rho** | FoMo | Correlation Coefficient | 1,000 | .685\*\* |
| Sig. (2-tailed) |  | ,000 |
| N | 227 | 227 |
| Cyberslacking | Correlation Coefficient | .685\*\* | 1,000 |
| Sig. (2-tailed) | ,000 |  |
| N | 227 | 227 |
| \*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed). | | | | |
|  | | | | |

Hasil uji hipotesis pada data sebanyak 227 untuk *variabel Fear Of Missing Out* dengan *cyberslacking* dengan *cyberslacking* dengan teknik *spearman rho*, diperoleh korelasi dengan signifikan menggunakan 2-tailed perhitungan, dengan p sebesar 0,000 yang berarti hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa dengan *Correlation Coefficient* (koefisien korelasi) sebesar 0,685 menunjukkan hubungan positif yang kuat *antara Fear of Missing Out* dengan *Cyberslacking*.

Berdasarkan hasil dari kategorisasi *data Fear Of Missing Out* menunjukkan bahwa subjek pada kategori rendah 79 subjek (21%), kategori sedang 100 subjek (44%) dan kategori tinggi 48 subjek (35%). Hal tersebut menunjukkan bahwa *Fear Of Missing Out* pada penelitian ini berada dalam kategori sedang. Hasil dari kategorisasi data *cyberslacking* menunjukkan bahwa subjek berada pada kategori tinggi 132 subjek (58%), kategori sedang 92 subjek (41%), dan kategori rendah 3 subjek (1%). Hal tersebut menunjukkan bahwa *cyberslacking* pada subjek untuk penelitian ini berada dalam kategori tinggi.

*Fear of Missing Out* merupakan salah satu variabel yang memiliki sumbangan positif terhadap *cyberslacking*. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penelitian Gullu dan Serin (2020) yang melakukan penelitian pada 702 guru sekolah menengah negeri di Istanbul yang menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tinggi *Fear of Missing Out* dengan *cyberslacking*. Hasil penelitian dari Silalahi dan Eliana (2020) juga menjelaskan bahwa melalui 300 mahasiswa tingkat sarjana di Sumatera Utara diperoleh bahwa *Fear of Missing Out* memiliki peranan yang signifikan terhadap *cyberslacking*. Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (2013) menemukan beberapa fakta bahwa *Fear of Missing Out* merupakan kekuatan pendorong dalam penggunaan internet dan media sosial, dimana tingkat *Fear of Missing Out* tinggi itu dialami oleh remaja, rendahnya kepuasan dalam mendorong *Fear of Missing Out* yang tinggi dan *Fear of Missing Out* yang tinggi disebabkan karena sering mengakses internet ketika menjalani aktivitas, artinya hal tersebut memberikan kesempatan dan memunculkan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa. Hal ini juga dibuktikan dengan hasil penelitianGurburz, Bayrakli dan Gezgin (2023) yang melakukan penelitian kepada 338 mahasiswa diperoleh bahwa terdapat korelasi positif antara FoMO dan kecanduan *smartphone,* serta ada hubungan yang positif antara *cyberslacking* danFoMO*.*

*Fear of Missing Out* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *cyberslacking* hal ini berawal dari individu yang mengalami kecanduan internet. Ketika pengguna tidak mampu mengatur dirinya dalam situasi ini pada akhirnya remaja akan menggunakan situs jejaring sosial atau internet secara berlebihan, jatuh pada kondisi psikologis yang disebut *Fear of Missing Out* (Umam & Rengganis, 2021). Kondisi psikologis yang tidak terpenuhi dimana keinginan atau kedekatan hubungan dengan orang lain (*relatedness*) merupakan suatu kebutuhan untuk merasakan dan terkoneksi dengan orang lain. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Swar dan Hameed (2017) yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami *Fear of Missing Out* disebabkan oleh kurang terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis pada dirinya. Penelitian Rahardjo dan Soetjiningsih (2022) menjelaskan bahwa tingginya *Fear of Missing Out* juga akan mempengaruhi kecenderungan kecanduan media sosial dimana semakin tinggi *Fear of Missing Out* maka akan semakin tinggi juga kecanduan media sosial seseorang*.*

Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (2013) yang menjelaskan beberapa fakta bahwa *Fear of Missing Out* merupakan kekuatan pendorong dibalik penggunaan internet dan media sosial, dimana tingkat *Fear of Missing Out* tinggi itu dialami oleh remaja dan dewasa awal *(emerging adulthood)* yang dimulai dari usia 18-25 tahun*,* rendahnya kepuasan dalam mendorong *Fear of Missing Out* yang tinggi dan *Fear of Missing Out* yang tinggi disebabkan karena sering mengakses internet ketika menjalani aktivitas yang membutuhkan konsentrasi yang tinggi seperti mengemudi maupun sedang belajar di dalam kelas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *cyberslacking*. Hal ini menunjukkan bahwa dengan kemajuan akan jaringan internet dan adanya rasa keingintahuan akan hal baru akan menyebabkan hadirnya perasaan cemas jika terlambat dalam mengetahui informasi, hal tersebut yang menyebabkan individu betah dalam menggunakan internet. Kebutuhan intrinsik untuk menjadi bagian suatu kelompok sosial lain hal ini juga mengartikan bahwa orang lain ingin menjadi bagian dari struktur sosial, seperti teman kelompok.

Seperti pada penelitian sebelumnya, penelitian ini tidaklah sempurna. Beberapa kelemahan pada penelitian ini ialah pertama, penelitian ini hanya melibatkan mahasiswa di Yogyakarta, yang pola perilakunya dapat berbeda dengan mahasiswa-mahasiswi di tempat lain. Oleh karena itu, replikasi penelitian ini perlu melibatkan partisipan dari tempat lain. Kedua, penelitian ini hanya menganalisis *cyberslacking* dengan *fear of missing out* sebagai prediktor tunggal. Oleh karena itu, sejauh apa sebetulnya *fear of missing out* benar-benar memprediksikan *cyberslacking* apabila dibandingkan dengan variabel-variabel lainnya masih perlu ditelaah di penelitian-penelitian selanjutnya. Meskipun masih banyak kekurangan di dalam penelitian ini, peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi pengetahuan yang bermanfaat bagi masyarakat.

**Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *fear of missing out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil koefisien korelasi (rxy) hipotesis = 0.685 dengan p = 0,000 (p < 0,05) yang berarti ada hubungan positif antara *fear of missing out* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Artinya semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi *cyberslacking*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out* maka semakin rendah *cyberslacking* pada mahasiswa di Yogyakarta. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R2) yang memperoleh sumbangan efektif 0.454 atau 45.4% dari *fear of missing out* untuk *cyberslacking* dan sisanya 54.6% dipengaruhi oleh variabel lainnya. Menurut Ozler dan Polat (2012) variabel lainnya yang dapat mempengaruhi *cyberslacking* adalah seperti persepsi dansikap, karakteristik individu meliputi rasa malu,kesepian, isolasi, pengendalian diri, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet, faktor demografis, keinginan untuk terlibat norma sosial dan kode etik personal.

**Daftar Pustaka**

Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. (2016). In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*, *55*, 616–625. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002>

Bela, K. (2020). Hubungan antara kepribadian extraversion dengan *cyberslacking* pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro. *Faculty of Psychology Department of Psychology*, *53*(9), 1689–1699. <http://eprints.undip.ac.id/80074/>.

Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010, April). Social network activity and social well-being. *In* *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* (pp. 1909-1912).

Gökçearslan, Ş., Uluyol, Ç., & Şahin, S. (2018). Smartphone addiction, cyberloafing, stress and social support among university students: a path analysis. *Children and Youth Services Review*, *91*, 47–54. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.05.036>.

Gullu, B. F., & Serin, H. (2020). The Relationship Between Fear of Missing Out (FoMO) Levels and Cyberloafing Behaviour of Teachers. *Journal of Education and Learning,* 9(5), 205-214.

Gürbüz, F. , Bayraklı, M. & Gezgin, D. M. (2023). The effect of cyberloafing behaviors on smartphone addiction in university students: The mediating role of Fear of Missing Out . *Journal of Educational Technology and Online Learning* , 6 (1) , 234-248 . DOI: 10.31681/jetol.1089882.

Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). “Facebocrastination”? predictors of using facebook for procrastination and its effects on students‟ *well-being. Computers in Human Behavior, 64*, 65-76.

Ozler, D. R., dan Polat, G. (2012). Cyberloafing phenomenon in organizations: determinants and impacts*. International Journal of EBusiness and e-Government Studies, 4(2)*, 1–15.

Silalahi, D. F. S., & Eliana, R. (2021). Fear of missing out and cyberloafing among college students. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, *15*(2), 39–40. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i2.4893>

Simanjuntak, E., Purwono, U., & Ardi, R. (2019). *Skala Cyberlacking pada mahasiswa* (Vol. 18, Issue 1).

Subanar, G. B. (2020). Bayang-bayang sejarah kota pendidikan Yogyakarta: *Komunitas Learning Society*. Sanata Dharma University Press.

Sugiharto, B. A. (2016). Pengguna internet di Indonesia didominasi anak muda.

Swar, B., & Hameed, T. (2017, February). Fear of missing out, social media engagement, smartphone addiction and distraction: Moderating role of self-help mobile apps-based interventions in the youth. *In* *International Conference on Health Informatics* (Vol. 6, pp. 139-146).

Umam, N., & Rengganis, D. R. P. (2021). Harga Diri, Neurotisme & Kecanduan Internet Sebagai Prediktor Fear of Missing Out Pada Mahasiswa. Mempersiapkan Generasi Digital Yang Berwatak Sociopreneur: Kreatif, Inisiatif, dan Peduli di Era Society 5.0.