

**PENERAPAN TERAPI AKTIFITAS KELOMPOK DALAM MENGATASI *FEAR OF MISSING OUT*  
(FoMO) PADA MAHASISWA TINGKAT 1 PRODI KEPERAWATAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**ROCKY IMANSYAH NOOR  
10121099**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

**PENERAPAN TERAPI AKTIFITAS KELOMPOK DALAM MENGATASI *FEAR OFF MISING OUT*  
(FoMO) PADA MAHASISWA TINGKAT 1 PRODI KEPERAWATAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Keperawatan**



**ROCKY IMANSYAH NOOR  
10121099**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

## ABSTRAK

Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Dalam Mengatasi *FearOf Missing Out*  
(FoMO) Pada Mahasiswa Tingkat 1 Program Studi D III Keperawatan

Rocky Iman Syah Noor

Program Studi D III Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada

**Latar belakang :** Perkembangan teknologi informasi dalam satu dekade terakhir, terutama akses internet melalui perangkat *smartphone* dan aplikasi media sosial, telah mempengaruhi kehidupan remaja secara signifikan. Fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) menjadi perhatian khusus, terutama di kalangan remaja. Survei di Amerika menunjukkan prevalensi FoMO mencapai 50% di kalangan remaja dan 25% di kalangan orang dewasa, dengan platform seperti YouTube, Instagram, dan Snapchat menjadi yang paling sering digunakan. **Tujuan ;** Menggambarkan bagaimana penerapan terapi aktivitas kelompok dalam mengatasi FoMO pada mahasiswa tingkat 1 Program Studi D III Keperawatan **Metode Penelitian :** Deskriptif kualitatif. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan perubahan signifikan pada tingkat FoMO setelah intervensi TAK. Sebelum TAK, 4 subjek mengalami FoMO berat dan 4 subjek mengalami FoMO sedang. Setelah TAK, tingkat FoMO pada semua subjek berkurang, dengan sebagian besar subjek menunjukkan respon positif terhadap intervensi. TAK membantu meningkatkan keterampilan sosial, dukungan emosional, kesadaran diri, dan identitas positif, serta mengurangi ketergantungan pada media sosial. **Kesimpulan:** setelah dilakukan TAK selama 3x Pertemuan Tingkat FoMO menurun 6 Subjek Mengalami FoMO sedang dan 2 Subjek Mengalami FoMO ringan.

**Kata Kunci : *Fear Of Missing Out*, Terapi Aktivitas Kelompok**

## **ABSTRACT**

### ***Implementation of Group Activity Therapy to Address Fear of Missing Out (FoMO) Among First-Year Students of the D III Nursing Program***

**Rocky Iman Syah Noor**

***DIII nursing study program, Bakti Tunas Husada University***

**Background:** The rapid development of information technology over the past decade, particularly internet access via smartphones and social media applications, has significantly impacted the lives of teenagers. The phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) has become a particular concern, especially among teenagers. A survey in the United States shows that the prevalence of FoMO reaches 50% among teenagers and 25% among adults, with platforms such as YouTube, Instagram, and Snapchat being the most frequently used. **Objective:** To describe how group activity therapy is applied to address FoMO among first-year students of the D III Nursing Study Program. **Research Method:** Qualitative descriptive. **Results:** The research results indicate a significant change in the level of FoMO after the implementation of group activity therapy. Before the therapy, 4 subjects experienced severe FoMO, and 4 subjects experienced moderate FoMO. After the therapy, the level of FoMO in all subjects decreased, with most subjects showing a positive response to the intervention. Group activity therapy helped improve social skills, emotional support, self-awareness, and positive identity, as well as reduce dependence on social media. **Conclusion:** After three sessions of group activity therapy, the level of FoMO decreased; 6 subjects experienced moderate FoMO, and 2 subjects experienced mild FoMO.

**Keyword :** *Fear Of Missing Out, Group Activity Therapy*

