

LAPORAN

PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM) INTERNASIONAL



FOMO (*Fear of Missing Out*) Dan Lifestyle Remaja

Oleh :

**Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.
Dr. Ir. Suciana Wijirahayu, M.Pd.
Dr. Eko Digdoyo, M.Hum.**

**NIDN 0317116502 (FISIP/Ketua)
NIDN 0331036603 (PBI/Anggota)
NIDN 0011077701 (FISIP/Anggota)**

**Nadya Syifa Khairunnisa
Putri Rahmaniah
Shafa Fajriandini Cahyadi**

**NIM 2206015114 (Anggota)
NIM 2206015220 (Anggota)
NIM 2301015067 (Anggota)**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMUPOLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**

2024

Halaman Pengesahan Proposal Pengabdian kepada Masyarakat UHAMKA

Ringkasan Skema Pengabdian kepada Masyarakat	
Judul	FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) Dan Lifestyle Remaja
Dana LPPM UHAMKA	
Informasi Ketua Tim Pengusul	
Nama ketua tim pengusul	Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.
NIDN	0317116502
Bidang Ilmu	Ilmu Komunikasi
Program Studi/Fakultas	Ilmu Komunikasi / FISIP
Telepon genggam (<i>WhatsApp</i>)	081314327417
Surel	novi.ap@uhamka.ac.id
Informasi Anggota Pengusul	
Nama Anggota 1 / Bidang Ilmu / UHAMKA	Dr. Ir. Suciana Wijirahayu, M.Pd / PBI / UHAMKA
Nama Anggota 2 / Bidang Ilmu / UHAMKA	Dr. Eko Digdoyo, M.Hum / FISIP / UHAMKA
Nama Anggota Mahasiswa 1 / NIM	Nadya Syifa Khairunnisa NIM 2206015114
	Putri Rahmaniah NIM 2206015220
Nama Anggota Mahasiswa 3 / NIM	Shafa Fajriandini Cahyadi NIM 2301015067
Informasi Mitra	
Nama Mitra	InHEIC & ATL
Alamat Mitra	Bali, Kalimantan, Malaysia
Jarak PT dengan Mitra (km)	3510,5 km
Dana Mitra (Cash)	-
Dana Mitra (<i>in kind</i>)	-

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Farida hariyati, S.IP. M.I.Kom,
NIDN. 0329097601

Dekan FISIP

Menyetujui,
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



Dra. Tellys Corliana, M.Hum
NIDN.0329096403

Jakarta, 30 Mei 2024

Ketua Tim Pengusul



Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si
NIDN. 0317116502

Ketua LPPM



Dr. Gufon Amirullah, M.Pd

NIDN. 0319057402



**SURAT PERJANJIAN/KONTRAK KERJA
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT INTERNAL
BATCH 2 2023/2024**

Nomor : 0202/H.04.02/2024
Tanggal : 4 Maret 2024

Bismillahirrahmanirrahim,

Pada hari ini **Senin**, tanggal **Empat**, bulan **Maret**, tahun **Dua Ribu Dua Puluh Empat** (4-03-2024), kami yang bertandatangan di bawah ini:

1. **Dr. Gufron Amirullah, M.Pd.** bertindak untuk dan atas nama Ketua Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**.
2. **Dr. Novi Andayani Praptiningsih M.Si.** bertindak untuk dan atas nama Pengusul dan Ketua Pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat yang selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA**, secara bersama-sama sepakat untuk melakukan perjanjian pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat dengan ketentuan dan syarat-syarat dalam pasal-pasal sebagai berikut:

Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada **PIHAK KEDUA**, dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut untuk melaksanakan Pengabdian kepada Masyarakat yang berjudul **FOMO (Fear Of Missing Out) Dan Lifestyle Remaja** dengan luaran wajib dan luaran tambahan sesuai data usulan pengabdian Batch 2 2023/2024.

Pasal 2

PIHAK KEDUA wajib melaksanakan kegiatan tersebut pada Pasal 1 dalam kurun waktu 3 (Tiga) bulan terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani dan menyampaikan laporan, luaran wajib, dan luaran tambahan paling lambat tanggal 30 Juni 2024.

Pasal 3

PIHAK PERTAMA memberi bantuan dana sebesar Rp 3.000.000 (*Tiga Juta*) kepada **PIHAK KEDUA** untuk melaksanakan kegiatan tersebut pada Pasal 1. Bantuan dana yang diterima dikenakan Pajak Penghasilan (PPh) sebesar 5% (lima persen) pada komponen Honorarium (30%).

Pasal 4

Pembayaran bantuan dana tersebut pada Pasal 3, dilakukan 2 (dua) tahap, yaitu:

1. Tahap I sebesar 70% dari jumlah dana pada Pasal 3, yaitu Rp 2.100.000 (*Dua Juta Seratus Ribu Rupiah*) setelah surat perjanjian ini ditandatangani oleh dua belah pihak.
2. Tahap II sebesar 30% dari jumlah dana pada Pasal 3, yaitu Rp 900.000 (*Sembilan Ratus Ribu Rupiah*) setelah **PIHAK KEDUA** menyerahkan laporan akhir Pengabdian kepada Masyarakat beserta luarannya kepada **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 5

1. **PIHAK KEDUA** diwajibkan melaksanakan kegiatan tersebut pada Pasal 1 dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa tanggung jawab serta menjunjung tinggi/menjaga wibawa dan citra positif Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
2. **PIHAK PERTAMA** akan melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan tersebut pada Pasal 1.
3. Bila **PIHAK KEDUA** tidak mengikuti monitoring dan evaluasi sesuai dengan jadwal yang ditentukan, maka harus mengikuti monitoring dan evaluasi pada batch berikutnya dan tidak diperbolehkan mengajukan usulan baru.
4. **PIHAK KEDUA** wajib melampirkan bukti progress luaran wajib dan luaran tambahan yang dijanjikan dalam Pasal 1 pada saat monitoring dan evaluasi.
5. **PIHAK KEDUA** wajib mencantumkan ucapan terima kasih kepada **PIHAK PERTAMA** dan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA dalam setiap luaran wajib maupun luaran tambahan.
6. **PIHAK PERTAMA** akan memberikan sanksi berupa denda sebesar 1% (satu persen) setiap hari keterlambatan penyerahan laporan akhir, maksimal 20% (dua puluh persen) dari jumlah dana pada Pasal 3.
7. Jika **PIHAK KEDUA** tidak bisa melaksanakan kegiatan tersebut pada Pasal 1, maka **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan seluruh bantuan dana yang telah diberikan oleh **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 6

Hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

PIHAK PERTAMA

Dr. Gufron Amirullah, M.Pd


Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.

Mengetahui,
Wakil Rektor II,

Dr. Desvian Bandarsyah, M.Pd

ABSTRAK

FoMO adalah situasi saat adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui dunia maya. Istilah-istilah gaul di kalangan millennial beragam. Selain FoMO, juga ada JOMO, FOBO, dan YOLO. Istilah kekinian tersebut terkait dengan gaya hidup. *FoMO* atau *Fear of missing out* dicirikan oleh adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan informasi tentang apa yang sedang dilakukan oleh orang lain di dunia maya. Selain mendorong rasa ketergantungan pada media sosial, FoMO berdampak pada pola perilaku kaum millennial saat mengakses media sosial. Mitra pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat ini adalah ATL & panitia 4th InHEIC 2024. Solusi yang ditawarkan pada kegiatan PKM ini adalah : 1) Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep FOMO. 2) Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang sikap dan perilaku FOMO terkait gaya hidup remaja. Metode yang digunakan adalah presentasi, FGD, *role play* (simulasi), diskusi, dan tanya jawab. Sebelum kegiatan dilakukan pretest terlebih dahulu, dan post test di akhir kegiatan. Luaran berupa artikel publikasi ilmiah di jurnal nasional terakreditasi SINTA, video kegiatan yang diupload di youtube, serta berita di media massa online. Program Kemitraan Masyarakat ini berjalan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti serangkaian kegiatan dengan konsisten tidak meninggalkan *zoom* saat pertemuan daring sebelum waktu berakhir.

Kata kunci: FoMO, lifestyle, remaja

PRAKATA

Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah Swt atas karunia yang dilimpahkan sehingga pelaksanaan kegiatan Program Kemitraan Pengabdian Masyarakat yang berjudul “FOMO (*Fear Of Missing Out*) Dan Lifestyle Remaja” dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Pelaksanaan ini terselenggara berkat kerja sama dan dukungan berbagai pihak, terutama ATL & Panitia 4th InHEIC 2024. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan sebanyak tiga kali, yakni pada 25 April, 4 Mei, dan 9 Mei 2024 secara daring via *zoom meeting*.

Ucapan terima kasih tim pengabdian haturkan kepada LPPM UHAMKA yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini, tak lupa apresiasi tak terhingga atas dukungan Ketua LPPM dan tim yang memberikan support yang luar biasa. Selain itu juga terima kasih kami sampaikan pada FISIP UHAMKA yang telah memberikan kesempatan terselenggaranya kegiatan ini. Ucapan terima kasih tim sampaikan pula pada kepala Ketua ATL dan Panitia 4th InHEIC 2024 yang telah memberikan keleluasaan yang luar biasa atas terselenggaranya program kemitraan masyarakat ini. Juga kepada semua pihak yang tak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu pelaksanaan kegiatan ini. Semoga Allah Swt berkenan melimpahkan pahala sesuai dengan kontribusi yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa Laporan Pengabdian Masyarakat ini belum sempurna. Akan tetapi terlepas dari segala kekurangan yang ada, kami berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Jakarta, 30 Mei 2024

Tim Pengabdian Masyarakat

Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.

Dr. Ir. Suciana Wijirahayu, M.Pd.

Dr. Eko Digdoyo, M.Hum.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	2
SPK.....	3
ABSTRAK	5
PRAKATA	6
DAFTAR ISI	7
BAB 1. PENDAHULUAN	8
1.1. Analisis Situasi	8
1.2. Permasalahan Mitra	9
BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN.....	11
BAB 3. METODE PELAKSANAAN	12
BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (<i>OUTPUT</i>).....	13
BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT	15
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN.....	17
DAFTAR PUSTAKA	18
DAFTAR LAMPIRAN	
Lampiran 1. Realisasi Anggaran Kegiatan dan Bukti Kuitansi.....	21
Lampiran 2. Instrumen/Makalah/Materi Kegiatan.....	25
Lampiran 3. Personalia Tenaga Pelaksana dan Kualifikasinya	27
Lampiran 4. Luaran Artikel Ilmiah.....	28
Lampiran 5. Luaran Publikasi di Media Daring.....	38
Lampiran 6. Luaran Video Kegiatan di Youtube.....	39
Lampiran 7. Foto Dokumentasi Kegiatan.....	39
Lampiran 8. Surat Mitra	45

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

Mayoritas remaja terkini lebih suka melakukan komunikasi melalui media sosial, dibandingkan berkomunikasi secara langsung dengan tatap muka. Hasilnya, remaja berusia 18 hingga 24 tahun diketahui jarang berbicara dengan tetangganya. Menurut survei, 44,5% anak muda berusia 18 - 24 tahun mengatakan mereka merasa lebih nyaman berkomunikasi melalui media sosial. Selain itu, sekitar 27,7% responden survei mengatakan mereka tidak pernah berbicara dengan orang asing yang pernah menggunakan transportasi umum (Syamsiyah, 2018). Seiring berkembangnya zaman maka teknologi juga mengalami kemajuan yang sangat pesat (Cahyono, 2016). *Fear of Missing Out* (FoMO) dapat didefinisikan sebagai ketakutan akan kehilangan momen. Menurut Hetz (dalam Akbar et al, 2019), takut kehilangan momen adalah konstruksi sosial yang memeriksa apakah individu khawatir kehilangan pengalaman yang dimiliki orang lain dan kami memeriksa hubungan ini dengan kekhawatiran mereka akan kehilangan aktivitas dalam budaya mereka. Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (dalam Akbar et al, 2019) menyatakan bahwa orang yang mengalami FoMO pada jejaring sosial sebenarnya mengalami pemenuhan kebutuhan, suasana hati, dan kepuasan yang lebih rendah dalam kehidupan nyata. Seperti yang dinyatakan oleh Abel (dalam Aisafitri & Yusruyah, 2020). *FoMO* dikarakteristikan sebagai keinginan untuk secara terus menerus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain, khususnya dengan berhubungan melalui teknologi media sosial (Risdyanti et al., 2019).

Sejumlah perilaku gaya hidup *JoMO* ternyata memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan subjek untuk resilien dari kecenderungan *FoMO* (Kiding & Matulesy, 2017). Pengurangan penelusuran informasi yang pasif dan non-komunikatif akan kondusif bagi pengentasan sifat-FoMO oleh ASMU (Mao & Zhang, 2023). FoMO terkait dampak negatif dari gaming disorder (GD) di kalangan minoritas kecil individu memberikan wawasan untuk direkomendasikan ke dalam program pencegahan kesehatan untuk membantu mengatur emosi, mengendalikan impulsif, dan mengurangi GD (Li et al, 2020). Kesejahteraan dan keberhasilan akademis dibahas dan penerapan praktis untuk institusi pendidikan tinggi seperti

pembelajaran berbasis tim dan program pengembangan profesional yang lebih holistik juga disajikan (Harrigan et al, 2021).

Remaja putri memiliki bentuk adiksi media sosial seperti kecenderungan untuk selalu *update* dirinya di sosial media, ingin selalu terhubung dengan orang lain. Intensitas penggunaan sosial media yang mengharuskan dirinya untuk selalu membuka sosial media walau tanpa kepentingan (Jannah & Rosyidiani, 2022). Meningkatnya penggunaan media sosial Instagram di kalangan remaja tentunya akan mempengaruhi perilaku seperti ingin tetap up to date dan tidak ingin ketinggalan yang diakibatkan dari kecanduan mereka menggunakan media sosial (Komariah & Utamidewi, 2022). Ketakutan akan kehilangan momen pada remaja akibat perilaku FoMO muncul karena tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self*, yaitu individu yang tidak memiliki kedekatan dengan orang lain dan merasa kurang nyaman atau tidak dapat memenuhi keinginan dirinya sendiri (Akbar et al, 2018). FoMO berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis terutama pada pengguna media sosial di usia *emerging adulthood* (Savitri, 2019). Keaktifan, pengaruh, dan hubungan antar manusia melalui subyektifitas FoMO di dunia pertunjukan tertanam dalam budaya digital (Nolan, 2021). Penelitian untuk melihat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan (puasa di media sosial Instagram) terhadap FoMO pada remaja, menggunakan sampel berjumlah 86 siswa. Temuan menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan mempunyai pengaruh dalam menurunkan gejala FoMO yang dialami remaja pengguna media sosial (Wahyu et al, 2023).

1.2. Permasalahan Mitra

Seseorang yang mengalami *fear of missing out* akan cenderung mengalihkan rasa cemasnya dengan memantau kehidupan orang lain melalui media sosialnya (Franchina et al, 2018). Bila perilaku tersebut dilakukan secara terus-menerus, hal ini juga akan cenderung memunculkan perasaan semakin tertinggal dari setiap kejadian-kejadian berharga yang telah dilalui oleh orang lain berdasarkan akun media sosial yang dilihat (Buglass dkk, 2017; Elhai, Dvorak, Levine & Hall, 2018; Fuster, Chamarro & Oberst, 2017; Oberst dkk, 2017; Scott & Woods, 2018; Wegmann dkk, 2017). FoMO dipengaruhi oleh tipe kelekatan hubungan, *subjective well-being*, *self-esteem*, tipe kepribadian, kecemasan serta depresi (Andreassen dkk, 2016; Barker, 2009;

Ehrenberg, Juckes, White & Walsh, 2008; Elhai dkk, 2016; Kim, Seo & David, 2015; Kircaburun, Jonason & Griffiths, 2018; Odacı & Çıkrıkçı, 2014).

Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) sangat mempengaruhi gaya hidup kaum milenial dalam menggunakan media sosial. Beberapa temuan kunci dari wawancara tersebut adalah: Pertama, Motif Penggunaan Media Sosial, terdiri dari 2 hal, yakni : informan menggunakan media sosial karena ingin eksis dan penasaran dengan aktivitas teman-teman. Beberapa informan memiliki second account untuk menyembunyikan aspek identitas atau membagikan konten yang lebih personal. Kedua, aktivitas FoMO muncul akibat melihat postingan tentang gaya hidup, fashion (OOTD), kuliner, dan liburan. Beberapa informan mengalami FoMO hingga menyebabkan perasaan galau, namun ada juga yang merasa biasa saja dan bisa mengatasi dengan cara menghapus konten yang mengganggu. Ketiga, intensitas penggunaan media sosial sangat berkaitan dengan intensitas penggunaan individu dalam berkomunikasi secara virtual. Ketergantungan pada media sosial dapat menimbulkan kecemasan jika seseorang tidak dapat mengaksesnya. Keempat, konten yang sering dibagikan melibatkan hobi, pengetahuan, dunia K-pop, kegiatan sehari-hari, dan konten yang mendukung eksistensi. Kelima, peran media sosial dianggap sangat bermanfaat untuk mencari pengetahuan, mengekspresikan diri, mengikuti tren, dan menjaga hubungan dengan teman-teman. Eksistensi media sosial memberikan tempat untuk mengekspresikan diri, mencari informasi, dan menjalin hubungan, namun juga menimbulkan risiko ketergantungan dan perasaan tertinggal.

Identifikasi permasalahan mitra tim lakukan melalui observasi dan wawancara, terkait fenomena FOMO yang marak di kalangan kaum millennial. Berdasarkan hal tersebut, tim mengidentifikasi permasalahan menjadi tiga, yakni :

- 1) Kurangnya informasi tentang bentuk sikap dan perilaku FOMO.
- 2) Kurangnya edukasi tentang dampak sikap dan perilaku FOMO.
- 3) Kurangnya pemahaman terhadap sikap masyarakat yang cenderung permisif dengan mendiamkan atau membiarkan adanya korban sikap dan perilaku FOMO.

BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN

Berdasarkan permasalahan mitra tersebut, tim bersama mitra, tim menentukan langkah-langkah sebagai prioritas untuk dicarikan solusinya yang akan ditangani selama 3 (tiga) tahun , yakni :

1. Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep FOMO
2. Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang sikap dan perilaku FOMO terkait gaya hidup remaja

Program disampaikan melalui metode yang tepat dan praktis dengan menggunakan digital media, dapat mengantisipasi bahaya FOMO. Untuk mewujudkan solusi yang ditawarkan di atas, maka pendekatan yang digunakan adalah dengan melibatkan para pengurus IPM Cileungsi sebagai partisipan aktif selama kegiatan berlangsung. Keterlibatan mitra yang diutamakan melalui partisipasi dalam bentuk diskusi, praktek mengedukasi, serta menjadi agen yang dapat mempersuasi kesadaran pentingnya mengetahui dan memahami dampak dan pencegahan terpuruknya kesehatan mental, sebagai berikut :

1. Melakukan orientasi dan diskusi mengenai pentingnya pemahaman tentang FOMO.
2. Melakukan diskusi dan role play atau simulasi dalam rangka mengedukasi kesadaran tentang sikap dan perilaku FOMO terkait gaya hidup remaja

Berdasarkan permasalahan mitra dan solusi yang ditawarkan sebagaimana diuraikan di atas, maka dapat ditentukan target luaran dari kegiatan ini diharapkan dapat membantu secara langsung serta memberikan pembelajaran pada masyarakat tentang berbagai informasi mengenai antisipasi FOMO terkait gaya hidup remaja.

BAB 3. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara daring bagi peserta ATL & InHEIC 2024 yang harus memperoleh banyak informasi dan pendidikan tentang hak-azasi sebagai pribadi pentingnya antisipasi FoMODan mengedapankan menjaga kesehatan kesehatan mental, dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Suvei
- b. Pendekatan pada para peserta
- c. Meminta izin untuk diberikan keleluasaan memberikan pemahaman tentang pentingnya memahami sikap dan perilaku FOMO terkait lifestyle remaja
- d. Melakukan pre test, presentasi & pemaparan, *role playing* (simulasi), games, FGD, diskusi & tanya jawab, post test

Evaluasi dan Keberlanjutan

Evaluasi pasca kegiatan rencananya akan dilaksanakan setiap bulan selama 4 minggu berturut-turut melalui *zoom meeting*. Yang menjadi indikator pencapaian tujuan dari kegiatan ini adalah :

- a. Secara Kuantitatif berkurangnya angka stress & depresi di kalangan pelajar/remaja akibat FOMO
- b. Secara Kualitatif meningkatnya pemahaman dan kesadaran peserta tentang pentingnya kesadaran FOMO terhadap gaya hidup remaja pengguna media sosial.

BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (*OUTPUT*)

4.1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Sebelum melakukan kegiatan ini, tim pengabdian UHAMKA mengadakan survei terlebih dahulu dengan melakukan pendekatan pada peserta ATL & InHEIC. Pada kesempatan itu, tim juga meminta izin untuk diberikan keleluasaan memberikan pemahaman, mencakup : 1) Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep *FoMO*. 2) Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya antisipasi *FoMO* bagi kesehatan mental remaja.

Kegiatan diawali dengan pengisian pre test. Berdasarkan hasil test dan wawancara, maka tim melakukan rapat dan menentukan strategi terbaik dan efektif agar peserta mudah menyerap materi , sehingga dapat diantisipasi dan dieliminir dari sisi kualitas serta kuantitas, sehingga pendampingan dan deklarasi duta anti seks pranikah dapat dilakukan maksimal dengan diskusi melau *zoom meeting*.

Pada sesi kedua, tim melakukan pemaparan materi yang dipresentasikan oleh narasumber yang memahami jenis, dampak, serta antisipasi FoMO. Kemudian dilakukan diskusi dan tanya jawab dimana banyak sekali pertanyaan yang ditujukan kepada tim sehingga terjadi diskusi interaktif. Beberapa peserta sudah tak segan dan tak malu-malu lagi bertanya dan memberikan pendapat atau argumentasi.

Sesi ketiga, tim melakukan simulasi, games, FGD, dan *role play*. Peserta senang dan sangat menikmati momen ini karena mereka merasakan keseruan dari kegiatan ini. Kegiatan ini diharapkan dapat berguna bagi berbagai pihak, adapun pihak-pihak terkait yang diharapkan dapat berperan serta memperoleh manfaat dari program ini/

4.2. Evaluasi dan Indikator Pelaksanaan

Hasil pelaksanaan kegiatan ini telah menunjukkan perubahan positif dimana peserta telah memahami dan tak segan berdiskusi. Tim memberikan manfaat dengan melakukan pendampingan berupa konsultasi yang dapat memberikan penyadaran tentang efek FoMO. Bagi peserta produktif yang selalu ingin berkarya, dapat mengalihkan pada kegiatan positif yang lebih bermanfaat seperti olahraga dan aktivitas hobby lain.

Adapun luaran kegiatan ini berupa publikasi artikel ilmiah di jurnal, publikasi di media online, dan video kegiatan di youtube, seperti yang tercantum di bawah ini :

No	Jenis Luaran	Status target capaian	Keterangan (<i>url dan nama jurnal</i>)
1	Publikasi artikel ilmiah di Jurnal	<i>draft</i>	Jurnal Pengabdian BSI https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/abdimas
2	Publikasi di media massa/ <i>online</i>	<i>Sudah terbit</i>	https://www.ghirahbelajar.com/2024/05/uhamka-dorong-antisipasi-fomo-dalam-komunikasi-interpersonal.html
3	Video kegiatan	<i>Sudah tayang</i>	Luaran Video Youtube Channel: https://youtu.be/xT9MzzDkBFi

BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan dan hasil kegiatan dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam melaksanakan program pengabdian pada masyarakat ini. Secara garis besar faktor pendukung dan penghambat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Faktor Pendukung

- a. Tersedia tenaga ahli yang memadai dalam identifikasi dan kategorisasi edukasi antisipasi *FoMO*.
- b. Antusiasme para pesertaguru sebagai dosen/guru sebagai *agent of change* yang dapat memberikan aplikasi solutif terkait pentingnya antisipasi *FoMO*.
- c. Dukungan penyelenggara ATL & InHEIC yang telah mengkoordinir serta menyambut baik pelaksanaan kegiatan ini dan sangat membantu tim pengabdian UHAMKA dalam mengorganisasikan waktu pelaksanaan kegiatan yang dilakukan secara daring.
- d. Ketersediaan dana pendukung dari LPPM UHAMKA guna penyelenggaraan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini.

2. Faktor Penghambat

- a. Keterbatasan waktu untuk pelaksanaan program pengabdian yang hanya dilaksanakan sebanyak 3 kali, sehingga beberapa materi tidak dapat disampaikan secara detail.
- b. Daya tangkap para peserta yang bervariasi, ada yang cepat namun juga ada yang lambat sehingga waktu yang digunakan kurang maksimal
- c. Beberapa peserta merasa malu untuk bertanya karena merasa tidak percaya diri.

3. Tindak Lanjut

Evaluasi pasca kegiatan rencananya akan dilaksanakan setiap bulan selama 4 minggu berturut-turut dengan jadwal sebagai berikut melalui diskusi *zoom meeting*. Yang menjadi indikator pencapaian tujuan dari kegiatan ini adalah :

- a. Secara Kuantitatif berkurangnya perilaku FoMO di kalangan remaja.
- b. Secara Kualitatif meningkatnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya edukasi antisipasi *FoMO* demi menjaga kesehatan mental.

BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Hasil pelaksanaan kegiatan ini telah menunjukkan perubahan positif dimana para peserta mampu berdiskusi dengan terbuka terkait perilaku FoMO.

6.2. Saran

Perlu kegiatan berkelanjutan terkait edukasi antisipasi *FoMO*, karena sebagian besar peserta meminta untuk diberikan pelatihan yang relevan, yakni : tips jitu berkarya dan berprestasi beserta praktek terapi agar terhindar dari perilaku FoMO. Kampus sebagai salah satu institusi pendidikan hendaknya lebih giat memberikan pengabdian kepada masyarakat luas mengenai pentingnya melakukan edukasi antisipasi *FoMO* demi menjaga kesehatan mental melalui komunikasi persuasif saat berinteraksi. Harapan ke depan masyarakat tidak lagi permisif menanggapi perilaku FoMo yang dapat merusak persahabatan antar remaja, sehingga tercipta suasana kondusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, J. P., Buff, C. L. and Burr, S. A. 2016. Social media and the fear of missing out: scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1), 33.
- Akbar, Rizki Setiawan; Audry Aulya; Adra Apsari & Lisda Sofia. 2018. Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FOMO) Pada Remaja di Samarinda. *Jurnal Psikologi* 7(2), 38-47.
- Aisafitri, L. & Yusrulah, K. 2020. Sindrom Fear of Missing Out Sebagai Gaya Hidup Generasi Milenial Di Kota Depok. *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi*, 2. doi:10.24014/jrmdk.v2i4.11177
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z. and Mazzoni, E. 2016. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2): 252-62.
- Barker, V. 2009. Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & behavior*, 12(2), 209-213.
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., and Underwood, J. D. 2017. Motivators of online vulnerability: The impact of social network sites use and FOMO. *Computer Human Behavior*, 66, 248–255.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia. *Jurnal Publiciana*, 9(1), 140-157. doi:10.36563/publiciana.v9i1.79
- Crook, Christina. 2015. *The Joy Of Missing Out: Finding Balance In A Wired World*. Canada: New Society Publishers
- Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M., and Walsh, S. P. 2008. Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & Behavior*, 11(6), 739– 741
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., and Hall, B. J. 2016. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251-259.
- Fuster, H., Chamarro, A., and Oberst, U. 2017. Fear of missing out, online social networking and mobile phone addiction: A latent profile approach. *Revista de Psicologia Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 35, 23–30.
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A., Lo Coco, G., and De Marez, L. 2018. Fear of Missing Out as a Predictor of Problematic Social Media Use and Phubbing Behavior among Flemish Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(10)
- Harrigan, Meredith Marko; Iris Benz; Christopher Hauck; Emily La Rocca; Rachel Renders & Stephanie Roney. 2021. The dialectical experience of the fear of

- missing out for U.S. American iGen emerging adult college students. *Journal of Applied Communication Research* 49(4), 424-440
<https://doi.org/10.1080/00909882.2021.1898656>
- Jannah, Siti Nuriyah Fatkhul & Thalitha Sacharissa Rosyidiani. 2022. Gejala *Fear of Missing Out* dan Adiksi Media Sosial Remaja Putri di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Paradigma: Jurnal Multidisipliner Mahasiswa Pascasarjana Indonesia*, 3 (1), 1-14.
- Kiding, Seprianus & Andik Matulesy. 2017. Dari Fomo ke Jomo: Mengatasi Rasa Takut akan Kehilangan (Fomo) dan Menumbuhkan Resiliensi terhadap Ketergantungan dari Dunia Digital. *Psisula* 1, 173-18
- Kim, J., Seo, M., and David, P. 2015. Alleviating depression only to become problematic mobile phone users: Can face-to-face communication be the antidote? *Computers in Human Behavior*, 51, 440-447.
- Kircaburun, K., Jonason, P. K., and Griffiths, M. D. 2018. The Dark Tetrad traits and problematic social media use: The mediating role of cyberbullying and cyberstalking. *Personality and Individual Differences*, 135, 264-269.
- Komariah, Yanti Tayo & Wahyu Utamidewi. 2022. Pengaruh Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Perilaku *Fear of Missing Out* (FOMO) pada Remaja. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 9(9), 3463-3471.
- Li, Li; Mark D. [Griffiths](#); [Zhimin Niu](#) & [Songli Mei](#). 2020. Fear of Missing Out (FoMO) and Gaming Disorder among Chinese University Students: Impulsivity and Game Time as Mediators. *Issues and Mental Health* 41(12), 1104-1113.
<https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1774018>
- Mao, Jian & Bin Zhang. 2023. Differential Effects of Active Social Media Use on General Trait and Online-Specific State-FoMO: Moderating Effects of Passive Social Media Use. *Psychology Research & Behavior Management* 16, 1391-1402.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S404063>
<https://www.tandfonline.com/journals/dprb20>
- Nolan, Katherine. 2021. Fear of missing out: performance art through the lens of participatory culture. *International Journal of Performance Arts and Digital Media* 17(2), 234-252.
<https://doi.org/10.1080/14794713.2021.1929771>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., and Chamarro, A. 2017. Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60.
- Odacı, H., and Çıkrıkçı, Ö. 2014. Problematic internet use in terms of gender, attachment styles and subjective well-being in university students. *Computers in Human Behavior*, 32, 61- 66.

- Przybylski, Andrew K., Kou Murayama., Valerie Gladwell., & Cody R DeHan .2013. Motivational, Emotional and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computer in Human Behavior* 29,1841-1848. doi: 10.1016/j.chb.2013.02.014
- Putri, Lisy Septiani, Dadang Hikmah Purnama, & Abdullah Idi. 2019. Gaya Hidup Mahasiswa pengidap *Fear of Missing Out* di Kota Palembang. *Jurnal Masyarakat dan Budaya* 21 (2), 129-148.
- Risdyanti, K.S., Faradiba A.T., Syihab, Aisyah. 2019. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 3(1), 276-282
- Savitri, Judithya Anggita. 2019. *Fear of Missing Out* dan Kesejahteraan Psikologi Individu Pengguna Media sosial di usia *Emerging Adulthood*. *Jurnal Acta Psychologia* 1 (1), 87-96.
- Scott, H. and Woods, H. C. 2018. Fear of missing out and sleep: Cognitive behavioural factors in adolescents' nighttime social media use. *J. Adolesc.*, 68, 61–65.
- Syamsiyah, M. N. 2021, January 21. Riset: Remaja “Lupa” Bagaimana Cara Berkomunikasi Melalui Tatap Muka. Kumparan, diakses pada 13 Oktober dari <https://kumparan.com/millennial/riset-remaja-lupa-bagaimana-cara-berkomunikasi-melalui-tatap-muka-21dM5TYpe0>
- Wahyu, L.T., Katmini, & Purnomo, Wahyu. 2023. Providing Health Education (Instagram Social Media Fasting) Against FoMO (Fear of Missing Out) Incidents in Adolescents at SMKN 2 Kediri. *Journal of Management & Services* 5(1)
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., and Brand, M. 2017. Addictive Behaviors Reports Online- specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33–42.

LAMPIRAN

1. Realisasi Anggaran (Lampiran G)

1. HONORARIUM				
Item Honor	Volume	Satuan	Honor (Rp)	Total (Rp)
Sub Total (Rp)				0
2. BELANJA BAHAN HABIS PAKAI				
Item Bahan	Volume	Satuan	Harga (Rp)	Total (Rp)
1. Publikasi media massa	1	Paket	200.000	200.000
2. Youtube	1	Paket	400.000	400.000
3. HKI	1	Paket	600.000	600.000
Sub Total (Rp)				1.200.000
3. PERJALANAN				
Rapat dengan Pembantu Pelaksana (Fasilitator) & Sekretariat/Admin (3 kegiatan x 2 pertemuan x 150 ribu x 2 orang)	12	OP	150.000	1.800.000
Sub Total (Rp)				1.800.000
Total Keseluruhan (Rp)				3.000.000

Bukti Pembayaran (Kuitansi/Transfer)

1.1. Biaya Publikasi Media Massa (02/001.V/2024)



Transfer Bank Syariah Indonesia

Status: BERHASIL

Nomor Transaksi: FT24149RB5Z0
Tanggal Transaksi: 28 May 2024 15:15:02

Nomor Struk: 281514536873
Terminal: XXXXXXXX7417

Pengirim: NOVI ANDAYANI
PRAPTININGSIH
Dari Rekening: XXXXXX3618

Ke Rekening: 7155318915
Bank Penerima: BSI
Penerima: AHMAD SOLEH

Jumlah: Rp 200,000
Keterangan:

Terima kasih telah menggunakan BSI mobile.
Semoga layanan kami mendatangkan berkah bagi
anda

1.2. Biaya Pembuatan Video Youtube (02/002.V/2024)



1.3. Biaya HKI artikel ilmiah (02/003.V/2024) : baru akan dibayarkan setelah artikel terbit



1.4.Rapat Fasilitator-1 Pelaksana Kegiatan Pengabdian (03/004.V/2024)

KWITANSI
BUKTI PEMBAYARAN HONORARIUM
No. Kwitansi: 03/004.V/2024

Sudah Terima Dari : Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.
Banyaknya Uang : Sembilan ratus ribu rupiah
Untuk Pembayaran : Rapat Fasilitator Pelaksana Kegiatan Pengabdian
3 kegiatan x 2 pertemuan x Rp. 150.000

Rp. 900.000

Jumlah Kotor : Rp. 900.000
PPh : Rp. -
Jumlah yang diterima : Rp. 900.000

Jakarta, 9 Mei 2021


Amy

1.5.Rapat Fasilitator-2 Pelaksana Kegiatan Pengabdian (03/005.V/2024)

KWITANSI
BUKTI PEMBAYARAN HONORARIUM
No. Kwitansi: 03/005.V/2024

Sudah Terima Dari : Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.
Banyaknya Uang : Sembilan ratus ribu rupiah
Untuk Pembayaran : Rapat Fasilitator Pelaksana Kegiatan Pengabdian
3 kegiatan x 2 pertemuan x Rp. 150.000

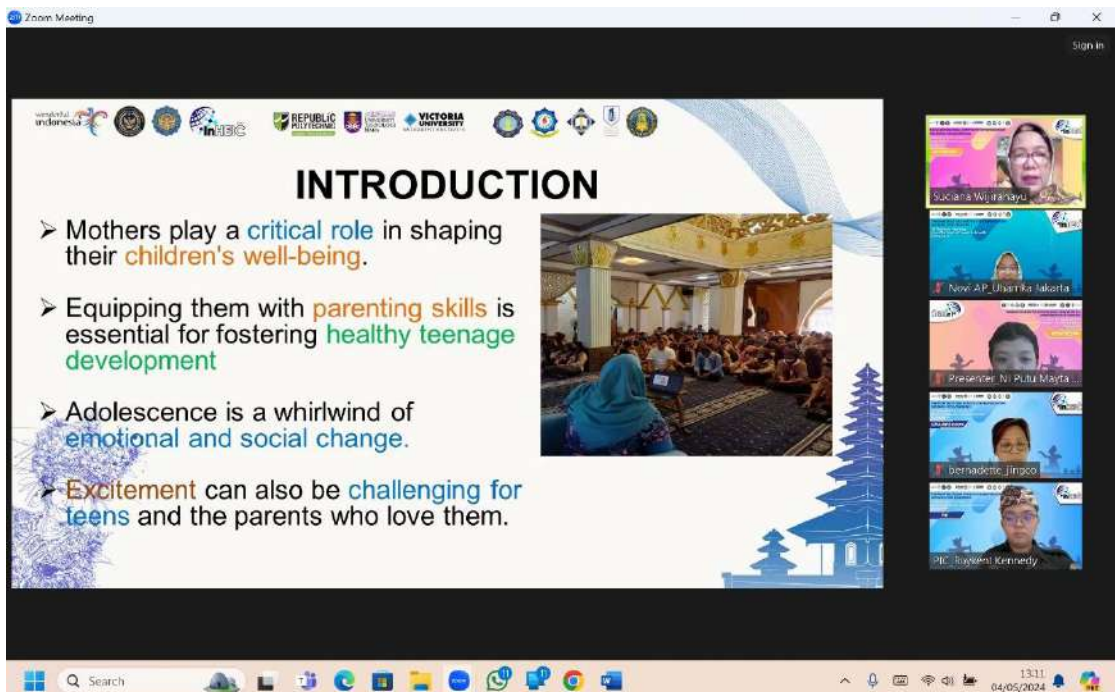
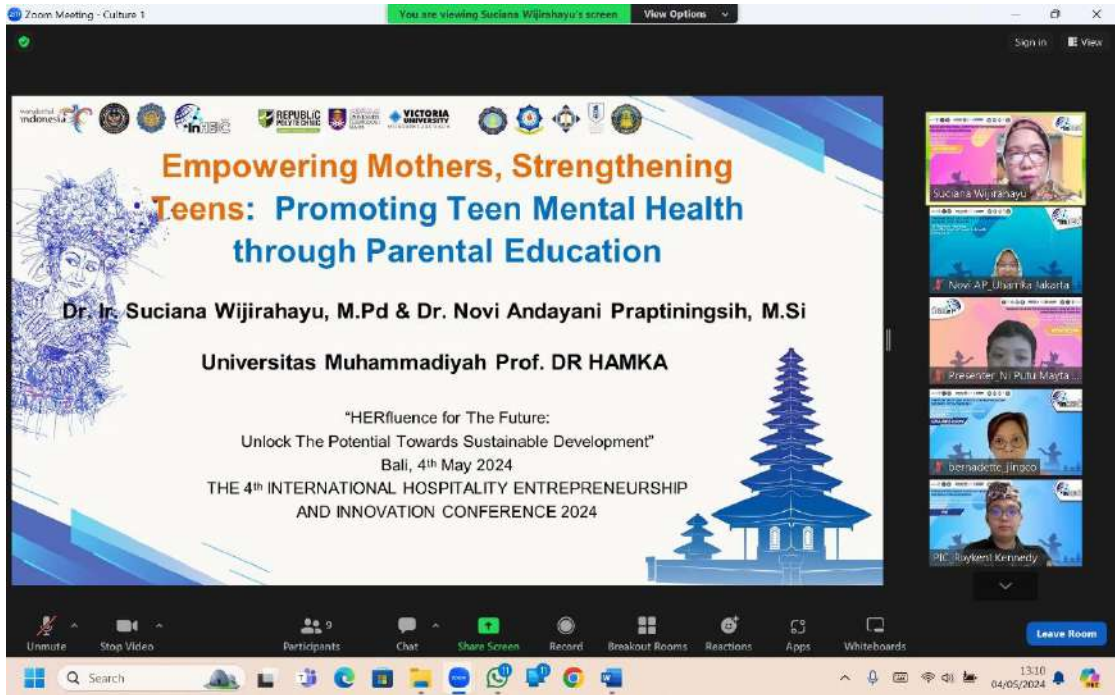
Rp. 900.000

Jumlah Kotor : Rp. 900.000
PPh : Rp. -
Jumlah yang diterima : Rp. 900.000

Jakarta, 9 Mei 2021



Irvan

2. Instrumen/ Makalah/materi kegiatan




Zoom Meeting

Sign In



RESULT & DISCUSSION




- Reproductive health education (RHE) especially important for young people. **Adolescents and young adults are at a critical stage of development when they are making decisions about their sexual activity and reproductive health.** RHE can help them to understand their **options, make informed choices, and protect their health.**
- RHE should be based on accurate and up-to-date information, and **it should be culturally sensitive and appropriate for the audience.** It should also be delivered in a way that is **respectful and inclusive of all learners.**
 - **Possible mental health impacts:**

Stress and anxiety: Concerns about unwanted pregnancy, sexually transmitted infections (STIs), or **social judgment** can lead to **stress and anxiety.**

Relationship issues: **Premarital sex** can sometimes **complicate relationships,** leading to **feelings of guilt, shame, or insecurity.**

Depression: In some cases, if premarital sex is associated with **negative experiences** (coercion, **abuse**), it might contribute to depression.

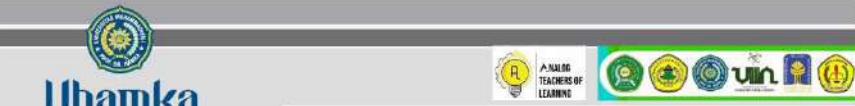


Windows taskbar: Search, 13:17, 04/05/2024


Zoom Meeting

Custom Use Streaming Service

Sign In




ASSERTIVENESS PERSUASI NEGOSIASI

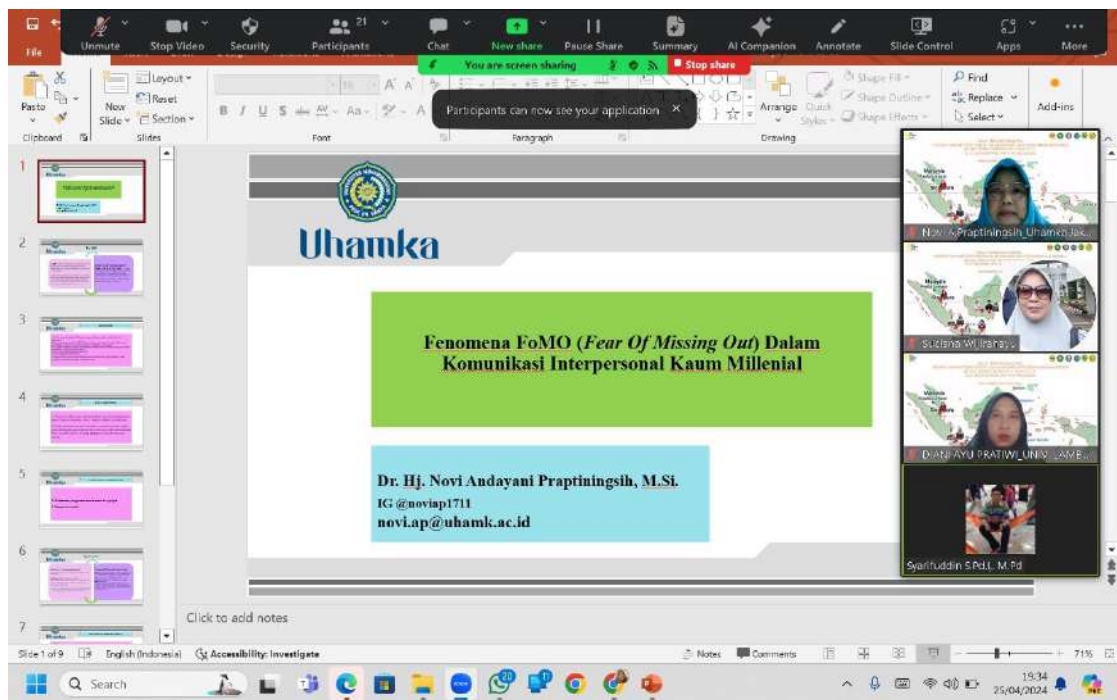


Dr. Hj. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.

IG: noviap1711
 noviap1717@gmail.com
 novi.ap@uhamka.ac.id



Windows taskbar: Search, 19:21, 04/05/2024



3. Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya

No	Nama	Jabatan	Program Studi (Lintas Disiplin Bidang Ilmu)	Bidang Tugas
1	Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.	Ketua	Ilmu Komunikasi	Proposal dan pelaporan & Publikasi Ilmiah
2	Dr. Ir. Suciana Wijirahayu, M.Pd.	Anggota	PBI	Narasi artikel berita media online
3	Dr. Eko Digdoyo, M.Hum.	Anggota	Antropologi	unggah video kegiatan di youtube

4. Publikasi Artikel Ilmiah (*draft*)

<https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/abdimas>

JURNAL ABDIMAS BSI

Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Vol. XX No. XX Bulan 20XX Hal. XX-XX

FOMO (*Fear of Missing Out*) Dan Lifestyle Remaja

Novi Andayani Praptiningsih^{1*}, Suciana Wijirahayu², Eko Digdoyo³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA (UHAMKA) Jakarta, Indonesia
e-mail: ¹novi.ap@uhamka.ac.id, ²sucianawijirahayu@uhamka.ac.id, ³silviesahara@uhamka.ac.id

*corresponding author: novi.ap@uhamka.ac.id

Abstrak

FoMO adalah situasi saat adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui dunia maya. Istilah-istilah gaul di kalangan millennial beragam. Selain FoMO, juga ada JOMO, FOBO, dan YOLO. Istilah kekinian tersebut terkait dengan gaya hidup. FoMO atau *Fear of missing out* dicirikan oleh adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan informasi tentang apa yang sedang dilakukan oleh orang lain di dunia maya. Selain mendorong rasa ketergantungan pada media sosial, FoMO berdampak pada pola perilaku kaum millennial saat mengakses media sosial. Mitra pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat ini adalah ATL & panitia 4th InHEIC 2024. Solusi yang ditawarkan pada kegiatan PKM ini adalah : 1) Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep FoMO. 2) Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang sikap dan perilaku FoMO terkait gaya hidup remaja. Metode yang digunakan adalah presentasi, FGD, *role play* (simulasi), diskusi, dan tanya jawab. Sebelum kegiatan dilakukan pretest terlebih dahulu, dan post test di akhir kegiatan. Luaran berupa artikel publikasi ilmiah di jurnal nasional terakreditasi SINTA, video kegiatan yang diupload di youtube, serta berita di media massa online. Program Kemitraan Masyarakat ini berjalan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti serangkaian kegiatan dengan konsisten tidak meninggalkan *zoom* saat pertemuan daring sebelum waktu berakhir.

Kata Kunci: FoMO, *lifestyle*, kesehatan mental, remaja

Abstract

FoMO is a situation where there is a great desire to stay connected to what other people are doing through cyberspace. There are various slang terms among millennials. Apart from FoMO, there are also JOMO, FOBO, and YOLO. This contemporary term is related to lifestyle. FoMO or *Fear of missing out* is characterized by a great desire to stay connected to information about what other people are doing in cyberspace. Apart from encouraging a feeling of dependence on social media, FoMO has an impact on millennials' behavioral patterns when accessing social media. The partners for implementing this community service program activity are ATL & the 4th InHEIC 2024 committee. The solutions offered in this PKM activity are: 1) Providing education about knowledge about the concept of FoMO. 2) Provide understanding and awareness about FoMO attitudes and behavior related to teenage lifestyles. The methods



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

1

used are presentation, FGD, role play (simulation), discussion, and question and answer. Before the activity, a pretest is carried out first, and a posttest at the end of the activity. The output is in the form of scientific publication articles in SINTA-accredited national journals, activity videos uploaded on YouTube, as well as news in online mass media. This Community Partnership Program is running smoothly according to the plans that have been prepared. This activity was very well received as evidenced by the participants' active participation in a series of activities and consistently not leaving Zoom during the online meeting before the end time.

Keywords: FoMO, lifestyle, mental health, teenagers

Pendahuluan

Mayoritas remaja terkini lebih suka melakukan komunikasi melalui media sosial, dibandingkan berkomunikasi secara langsung dengan tatap muka. Hasilnya, remaja berusia 18 hingga 24 tahun diketahui jarang berbicara dengan tetangganya. Menurut survei, 44,5% anak muda berusia 18 - 24 tahun mengatakan mereka merasa lebih nyaman berkomunikasi melalui media sosial. Selain itu, sekitar 27,7% responden survei mengatakan mereka tidak pernah berbicara dengan orang asing yang pernah menggunakan transportasi umum (Syamsiyah, 2018). Seiring berkembangnya zaman maka teknologi juga mengalami kemajuan yang sangat pesat (Cahyono, 2016). *Fear of Missing Out* (FoMO) dapat didefinisikan sebagai ketakutan akan kehilangan momen. Menurut Hetz (dalam Akbar et al, 2019), takut kehilangan momen adalah konstruksi sosial yang memeriksa apakah individu khawatir kehilangan pengalaman yang dimiliki orang lain dan kami memeriksa hubungan ini dengan kekhawatiran mereka akan kehilangan aktivitas dalam budaya mereka. Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (dalam Akbar et al, 2019) menyatakan bahwa orang yang mengalami FoMO pada jejaring sosial sebenarnya mengalami pemuasan kebutuhan, suasana hati, dan kepuasan yang lebih rendah dalam kehidupan nyata. Seperti yang dinyatakan oleh Abel (dalam Aisafitri & Yusruyah, 2020). FoMO dikarakteristikan sebagai keinginan untuk secara terus menerus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain, khususnya dengan berhubungan melalui teknologi media sosial (Risdyanti et al., 2019).

Sejumlah perilaku gaya hidup *FoMO* ternyata memberikan pengaruh yang

signifikan terhadap kemampuan subjek untuk resilien dari kecenderungan *FoMO* (Kiding & Matulesy, 2017). Pengurangan penelusuran informasi yang pasif dan non-komunikatif akan kondusif bagi pengentasan sifat-FoMO oleh ASMU (Mao & Zhang, 2023). FoMO terkait dampak negatif dari gaming disorder (GD) di kalangan minoritas kecil individu memberikan wawasan untuk direkomendasikan ke dalam program pencegahan kesehatan untuk membantu mengatur emosi, mengendalikan impulsif, dan mengurangi GD (Li et al, 2020). Kesejahteraan dan keberhasilan akademis dibahas dan penerapan praktis untuk institusi pendidikan tinggi seperti pembelajaran berbasis tim dan program pengembangan profesional yang lebih holistik juga disajikan (Harrigan et al, 2021).

Remaja putri memiliki bentuk adiksi media sosial seperti kecenderungan untuk selalu *update* dirinya di sosial media, ingin selalu terhubung dengan orang lain. Intensitas penggunaan sosial media yang mengharuskan dirinya untuk selalu membuka sosial media walau tanpa kepentingan (Jannah & Rosyidiani, 2022). Meningkatnya penggunaan media sosial Instagram di kalangan remaja tentunya akan mempengaruhi perilaku seperti ingin tetap up to date dan tidak ingin ketinggalan yang diakibatkan dari kecanduan mereka menggunakan media sosial (Komariah & Utamidewi, 2022). Ketakutan akan kehilangan momen pada remaja akibat perilaku FoMO muncul karena tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self*, yaitu individu yang tidak memiliki kedekatan dengan orang lain dan merasa kurang nyaman atau tidak dapat memenuhi keinginan dirinya sendiri (Akbar et al, 2018). FoMO berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis terutama pada pengguna media sosial di usia *emerging adulthood* (Savitri, 2019). Keaktifan, pengaruh, dan hubungan antar manusia melalui subyektifitas FoMO di dunia pertunjukan tertanam dalam budaya digital (Nolan, 2021). Penelitian untuk melihat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan (puasa di media sosial Instagram) terhadap FoMO pada remaja, menggunakan sampel berjumlah 86 siswa. Temuan menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan mempunyai pengaruh dalam menurunkan gejala FoMO yang dialami remaja pengguna media sosial (Wahyu et al, 2023).

Permasalahan Mitra

Seseorang yang mengalami *fear of missing out* akan cenderung mengalihkan rasa cemasnya dengan memantau kehidupan orang lain melalui media sosialnya (Franchina et al, 2018). Bila perilaku tersebut dilakukan secara terus-menerus, hal ini juga akan cenderung memunculkan perasaan semakin tertinggal dari setiap kejadian-kejadian berharga yang telah dilalui oleh orang lain berdasarkan akun media sosial yang dilihat (Buglass dkk, 2017; Elhai, Dvorak, Levine & Hall, 2018; Fuster, Chamarro & Oberst, 2017; Oberst dkk, 2017; Scott & Woods, 2018; Wegmann dkk, 2017). FoMO dipengaruhi oleh tipe kelekatan hubungan, *subjective well-being*, *self-esteem*, tipe kepribadian, kecemasan serta depresi (Andreassen dkk, 2016; Barker, 2009; Ehrenberg, Juckes, White & Walsh, 2008; Elhai dkk, 2016; Kim, Seo & David, 2015; Kircaburun, Jonason & Griffiths, 2018; Odacı & Çıkrıkçı, 2014).

Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) sangat mempengaruhi gaya hidup kaum milenial dalam menggunakan media sosial. Beberapa temuan kunci dari wawancara tersebut adalah: Pertama, Motif Penggunaan Media Sosial, terdiri dari 2 hal, yakni : informan menggunakan media sosial karena ingin eksis dan penasaran dengan aktivitas teman-teman. Beberapa informan memiliki second account untuk menyembunyikan aspek identitas atau membagikan konten yang lebih personal. Kedua, aktivitas FoMO muncul akibat melihat postingan tentang gaya hidup, fashion (OOTD), kuliner, dan liburan. Beberapa informan mengalami FoMO hingga menyebabkan perasaan galau, namun ada juga yang merasa biasa saja dan bisa mengatasi dengan cara menghapus konten yang mengganggu. Ketiga, intensitas penggunaan media sosial sangat berkaitan dengan intensitas penggunaan individu dalam berkomunikasi secara virtual. Ketergantungan pada media sosial dapat menimbulkan kecemasan jika seseorang tidak dapat mengaksesnya. Keempat, konten yang sering dibagikan melibatkan hobi, pengetahuan, dunia K-pop, kegiatan sehari-hari, dan konten yang mendukung eksistensi. Kelima, peran media sosial dianggap sangat bermanfaat untuk mencari pengetahuan, mengekspresikan diri, mengikuti tren, dan menjaga hubungan dengan teman-teman. Eksistensi media sosial memberikan tempat untuk mengekspresikan diri, mencari informasi, dan menjalin hubungan, namun juga menimbulkan risiko ketergantungan dan perasaan tertinggal.

Identifikasi permasalahan mitra tim lakukan melalui observasi dan wawancara, terkait fenomena FOMO yang marak di kalangan kaum millennial. Berdasarkan hal tersebut, tim mengidentifikasi permasalahan menjadi tiga, yakni : 1) Kurangnya informasi tentang bentuk sikap dan perilaku FOMO. 2) Kurangnya edukasi tentang dampak sikap dan perilaku FOMO. 3) Kurangnya pemahaman terhadap sikap masyarakat yang cenderung permisif dengan mendingkan atau membiarkan adanya korban sikap dan perilaku FOMO.

Berdasarkan permasalahan mitra tersebut, tim bersama mitra, tim menentukan langkah-langkah sebagai prioritas untuk dicarikan solusinya yang akan ditangani selama 3 (tiga) tahun, yakni: 1) Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep FOMO. 2) Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang sikap dan perilaku FOMO terkait gaya hidup remaja.

Program disampaikan melalui metode yang tepat dan praktis dengan menggunakan digital media, dapat mengantisipasi bahaya FOMO. Untuk mewujudkan solusi yang ditawarkan di atas, maka pendekatan yang digunakan adalah dengan melibatkan para pengurus IPM Cileungsi sebagai partisipan aktif selama kegiatan berlangsung. Keterlibatan mitra yang diutamakan melalui partisipasi dalam bentuk diskusi, praktek mengedukasi, serta menjadi agen yang dapat mempersuasi kesadaran pentingnya mengetahui dan memahami dampak dan pencegahan terpuruknya kesehatan mental, sebagai berikut: 1) Melakukan orientasi dan diskusi mengenai pentingnya pemahaman tentang FOMO. 2) Melakukan diskusi dan role play atau simulasi dalam rangka mengedukasi kesadaran tentang sikap dan perilaku FOMO terkait gaya hidup remaja. Berdasarkan permasalahan mitra dan solusi yang ditawarkan sebagaimana diuraikan di atas, maka dapat ditentukan target luaran dari kegiatan ini diharapkan dapat membantu secara langsung serta memberikan pembelajaran pada masyarakat tentang berbagai informasi mengenai antisipasi FOMO terkait gaya hidup remaja.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara daring bagi peserta ATL & InHEIC 2024 yang harus memperoleh banyak informasi dan pendidikan tentang hak-azasi sebagai pribadi pentingnya antisipasi FoMOf dan mengedapankan menjaga kesehatan kesehatan mental, dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Suvei
- b. Pendekatan pada para peserta
- c. Meminta izin untuk diberikan keleluasaan memberikan pemahaman tentang pentingnya memahami sikap dan perilaku FOMO terkait lifestyle remaja
- d. Melakukan pre test, presentasi & pemaparan, *role playing* (simulasi), *games*, FGD, diskusi & tanya jawab, post test

Evaluasi pasca kegiatan rencananya akan dilaksanakan setiap bulan selama 4 minggu berturut-turut melalui *zoom meeting*. Yang menjadi indikator pencapaian tujuan dari kegiatan ini adalah: 1) Secara Kuantitatif berkurangnya angka stress & depresi di kalangan pelajar/remaja akibat FOMO. 2) Secara Kualitatif meningkatnya pemahaman dan kesadaran pesertatentang pentingnya kesadaran FOMO terhadap gaya hidup remaja pengguna media sosial.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan kegiatan ini, tim pengabdian UHAMKA mengadakan survei terlebih dahulu dengan melakukan pendekatan pada peserta ATL & InHEIC. Pada kesempatan itu, tim juga meminta izin untuk diberikan keleluasaan memberikan pemahaman, mencakup : 1) Memberikan edukasi tentang pengetahuan tentang konsep *FoMO*. 2) Memberikan pemahaman dan kesadaran tentang pentingnyaantisipasi *FoMO* bagi kesehatan mental remaja.

Kegiatan diawali dengan pengisian pre test. Berdasarkan hasil test dan wawancara, maka tim melakukan rapat dan menentukan strategi terbaik dan efektif agar peserta mudah menyerap materi , sehingga dapat diantisipasi dan dieliminir dari sisi kualitas serta kuantitas, sehingga pendampingan dan deklarasi duta anti seks pranikah dapat dilakukan maksimal dengan diskusi melalui *zoom meeting*.

Pada sesi kedua, tim melakukan pemaparan materi yang dipresentasikan oleh narasumber yang memahami jenis, dampak, serta antisipasi *FoMO*. Kemudian dilakukan diskusi dan tanya jawab dimana banyak sekali pertanyaan yang ditujukan kepada tim sehingga terjadi diskusi interaktif. Beberapa peserta sudah tak segan dan tak malu-malu lagi bertanya dan memberikan pendapat atau argumentasi.

Sesi ketiga, tim melakukan simulasi, games, FGD, dan *role play*. Peserta senang dan sangat menikmati momen ini karena mereka merasakan keseruan dari kegiatan ini. Kegiatan ini diharapkan dapat berguna bagi berbagai pihak, adapun pihak-pihak terkait yang diharapkan dapat berperan serta memperoleh manfaat dari program ini. Hasil pelaksanaan kegiatan ini telah menunjukkan perubahan positif dimana peserta telah memahami dan tak segan berdiskusi. Tim memberikan manfaat dengan melakukan pendampingan berupa konsultasi yang dapat memberikan penyadaran tentang efek *FoMO*. Bagi peserta produktif yang selalu ingin berkarya, dapat mengalihkan pada kegiatan positif yang lebih bermanfaat seperti olahraga dan aktivitas hobby lain.

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan dan hasil kegiatan dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam melaksanakan program pengabdian pada masyarakat ini. Secara garis besar faktor pendukung adalah sebagai berikut: 1) Tersedia tenaga ahli yang memadai dalam identifikasi dan kategorisasi edukasi antisipasi *FoMO*. 2) Antusiasme para pesertaguru sebagai dosen/guru sebagai *agent of change* yang dapat memberikan aplikasi solutif terkait pentingnya antisipasi *FoMO*. 3) Dukungan penyelenggara ATL & InHEIC yang telah mengkoordinir serta menyambut baik pelaksanaan kegiatan ini dan sangat membantu tim pengabdian UHAMKA dalam mengorganisasikan waktu pelaksanaan kegiatan yang dilakukan secara daring. 4) Ketersediaan dana pendukung dari LPPM UHAMKA guna penyelenggaraan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini.

Sedangkan faktor penghambat, antara lain: 1) Keterbatasan waktu untuk pelaksanaan program pengabdian yang hanya dilaksanakan sebanyak 3 kali, sehingga beberapa materi tidak dapat disampaikan secara detil. 2) Daya tangkap para peserta yang bervariasi, ada yang cepat namun juga ada yang lambat sehingga waktu yang digunakan kurang maksimal. 3) Beberapa peserta merasa malu untuk bertanya karena merasa tidak percaya diri.

Simpulan dan Rekomendasi

Hasil pelaksanaan kegiatan ini telah menunjukkan perubahan positif dimana para peserta mampu berdiskusi dengan terbuka terkait perilaku *FoMO*. Perlu kegiatan berkelanjutan terkait edukasi antisipasi *FoMO*, karena sebagian besar peserta meminta untuk diberikan pelatihan yang relevan, yakni : tips jitu berkarya dan berprestasi beserta praktek terapi agar terhindar dari perilaku *FoMO*. Kampus sebagai salah satu institusi pendidikan hendaknya lebih giat memberikan pengabdian kepada masyarakat luas mengenai pentingnya melakukan edukasi antisipasi *FoMO* demi menjaga kesehatan mental melalui komunikasi persuasif saat berinteraksi. Harapan

ke depan masyarakat tidak lagi permisif menanggapi perilaku FoMo yang dapat merusak persahabatan antar remaja, sehingga tercipta suasana kondusif.

Daftar Pustaka

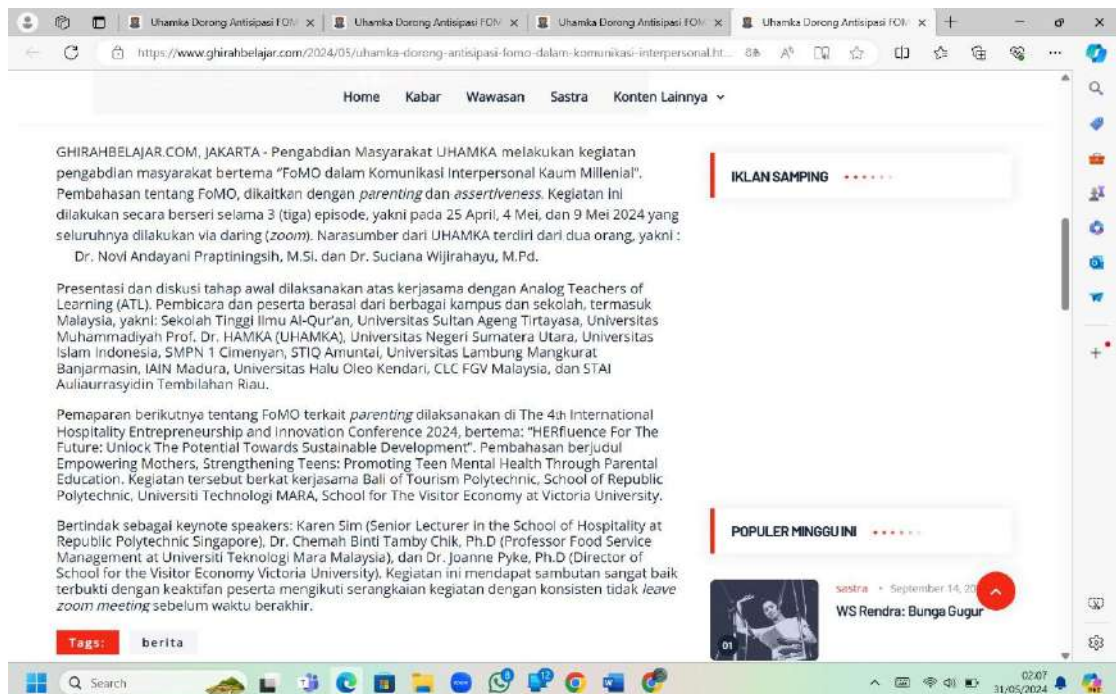
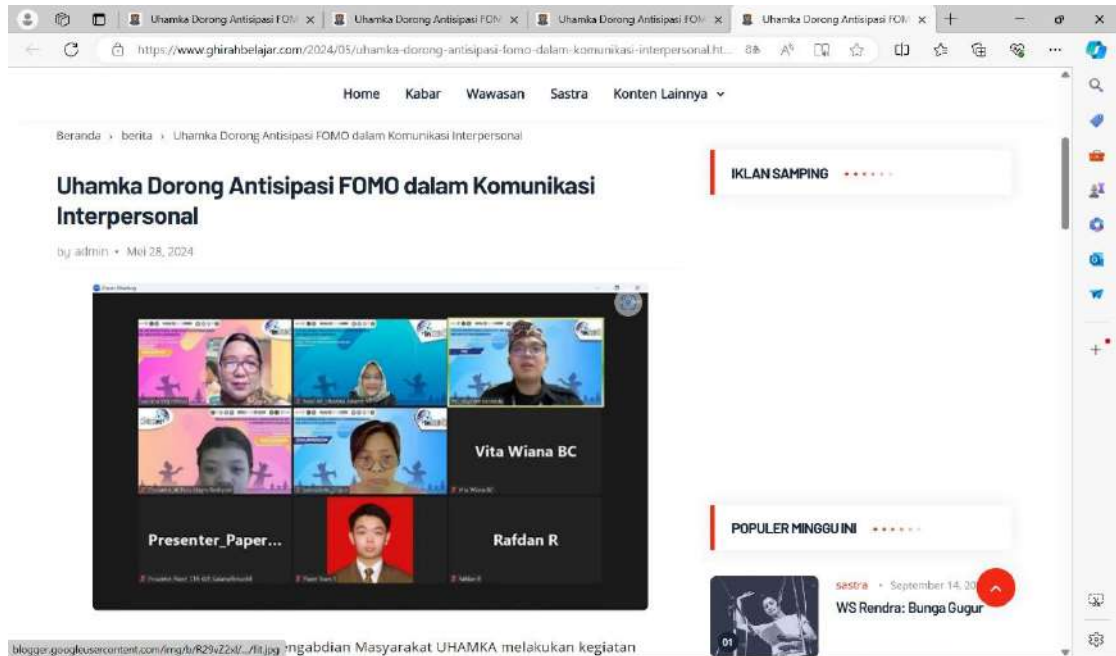
- Abel, J. P., Buff, C. L. and Burr, S. A. 2016. Social media and the fear of missing out: scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1), 33.
- Akbar, Rizki Setiawan; Audry Aulya; Adra Apsari & Lisda Sofia. 2018. Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FOMO) Pada Remaja di Samarinda. *Jurnal Psikologi* 7(2), 38-47.
- Aisafitri, L. & Yusrayah, K. 2020. Sindrom Fear of Missing Out Sebagai Gaya Hidup Generasi Milenial Di Kota Depok. *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi*, 2. doi:10.24014/jrmdk.v2i4.11177
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z. and Mazzoni, E. 2016. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2): 252-62.
- Barker, V. 2009. Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & behavior*, 12(2), 209-213.
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., and Underwood, J. D. 2017. Motivators of online vulnerability: The impact of social network sites use and FOMO. *Computer Human Behavior*, 66, 248-255.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia. *Jurnal Publiciana*, 9(1), 140-157. doi:10.36563/publiciana.v9i1.79
- Crook, Christina. 2015. *The Joy Of Missing Out: Finding Balance In A Wired World*. Canada: New Society Publishers
- Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M., and Walsh, S. P. 2008. Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & Behavior*, 11(6), 739- 741
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., and Hall, B. J. 2016. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251-259.
- Fuster, H., Chamarro, A., and Oberst, U. 2017. Fear of missing out, online social networking and mobile phone addiction: A latent profile approach. *Revista de Psicologia Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 35, 23-30.
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A., Lo Coco, G., and De Marez, L. 2018. Fear of Missing Out as a Predictor of Problematic Social Media Use and Phubbing Behavior among Flemish Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(10)

- Harrigan, Meredith Marko; Iris Benz; Christopher Hauck; Emily La Rocca; Rachel Renders & Stephanie Roney. 2021. The dialectical experience of the fear of missing out for U.S. American iGen emerging adult college students. *Journal of Applied Communication Research* 49(4), 424-440
<https://doi.org/10.1080/00909882.2021.1898656>
- Jannah, Siti Nuriyah Fatkhul & Thalitha Sacharissa Rosyidiani. 2022. Gejala *Fear of Missing Out* dan Adiksi Media Sosial Remaja Putri di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Paradigma: Jurnal Multidisipliner Mahasiswa Pascasarjana Indonesia*, 3 (1), 1-14.
- Kiding, Seprianus & Andik Matulesy. 2017. Dari Fomo ke Jomo: Mengatasi Rasa Takut akan Kehilangan (Fomo) dan Menumbuhkan Resiliensi terhadap Ketergantungan dari Dunia Digital. *Psisula* 1, 173-18
- Kim, J., Seo, M., and David, P. 2015. Alleviating depression only to become problematic mobile phone users: Can face-to-face communication be the antidote? *Computers in Human Behavior*, 51, 440-447.
- Kircaburun, K., Jonason, P. K., and Griffiths, M. D. 2018. The Dark Tetrad traits and problematic social media use: The mediating role of cyberbullying and cyberstalking. *Personality and Individual Differences*, 135, 264-269.
- Komaridah, Yanti Tayo & Wahyu Utamidewi. 2022. Pengaruh Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Perilaku *Fear of Missing Out* (FOMO) pada Remaja. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 9(9), 3463-3471.
- Li, Li; Mark D. Griffiths; Zhimin Niu & Songli Mei. 2020. Fear of Missing Out (FoMO) and Gaming Disorder among Chinese University Students: Impulsivity and Game Time as Mediators. *Issues and Mental Health* 41(12), 1104-1113.
<https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1774018>
- Mao, Jian & Bin Zhang. 2023. Differential Effects of Active Social Media Use on General Trait and Online-Specific State-FoMO: Moderating Effects of Passive Social Media Use. *Psychology Research & Behavior Management* 16, 1391-1402.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S404063>
<https://www.tandfonline.com/journals/dprb20>
- Nolan, Katherine. 2021. Fear of missing out: performance art through the lens of participatory culture. *International Journal of Performance Arts and Digital Media* 17(2), 234-252.
<https://doi.org/10.1080/14794713.2021.1929771>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., and Chamarro, A. 2017. Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60.
- Odacı, H., and Çıkrıkçı, Ö. 2014. Problematic internet use in terms of gender, attachment styles and subjective well-being in university students. *Computers in Human Behavior*, 32, 61- 66.

- Przybylski, Andrew K., Kou Murayama., Valerie Gladwell., & Cody R DeHan .2013. Motivational, Emotional and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computer in Human Behavior* 29,1841-1848. doi: 10.1016/j.chb.2013.02.014
- Putri, Lisy Septiani, Dadang Hikmah Purnama, & Abdullah Idi. 2019. Gaya Hidup Mahasiswa pengidap *Fear of Missing Out* di Kota Palembang. *Jurnal Masyarakat dan Budaya* 21 (2), 129-148.
- Risdyanti, K.S., Faradiba A.T., Syihab, Aisyah. 2019. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 3(1), 276-282
- Savitri, Judithya Anggita. 2019. *Fear of Missing Out* dan Kesejahteraan Psikologi Individu Pengguna Media sosial di usia *Emerging Adulthood*. *Jurnal Acta Psychologia* 1 (1), 87-96.
- Scott, H. and Woods, H. C. 2018. Fear of missing out and sleep: Cognitive behavioural factors in adolescents' nighttime social media use. *J. Adolesc.*, 68, 61-65.
- Syamsiyah, M. N. 2021, January 21. Riset: Remaja "Lupa" Bagaimana Cara Berkomunikasi Melalui Tatap Muka. Kumparan, diakses pada 13 Oktober dari <https://kumparan.com/millennial/riset-remaja-lupa-bagaimana-cara-berkomunikasi-melalui-tatap-muka-21dM5TYpe0>
- Wahyu, L.T., Katmini, & Purnomo, Wahyu. 2023. Providing Health Education (Instagram Social Media Fasting) Against FoMO (Fear of Missing Out) Incidents in Adolescents at SMKN 2 Kediri. *Journal of Management & Services* 5(1)
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., and Brand, M. 2017. Addictive Behaviors Reports Online- specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42.

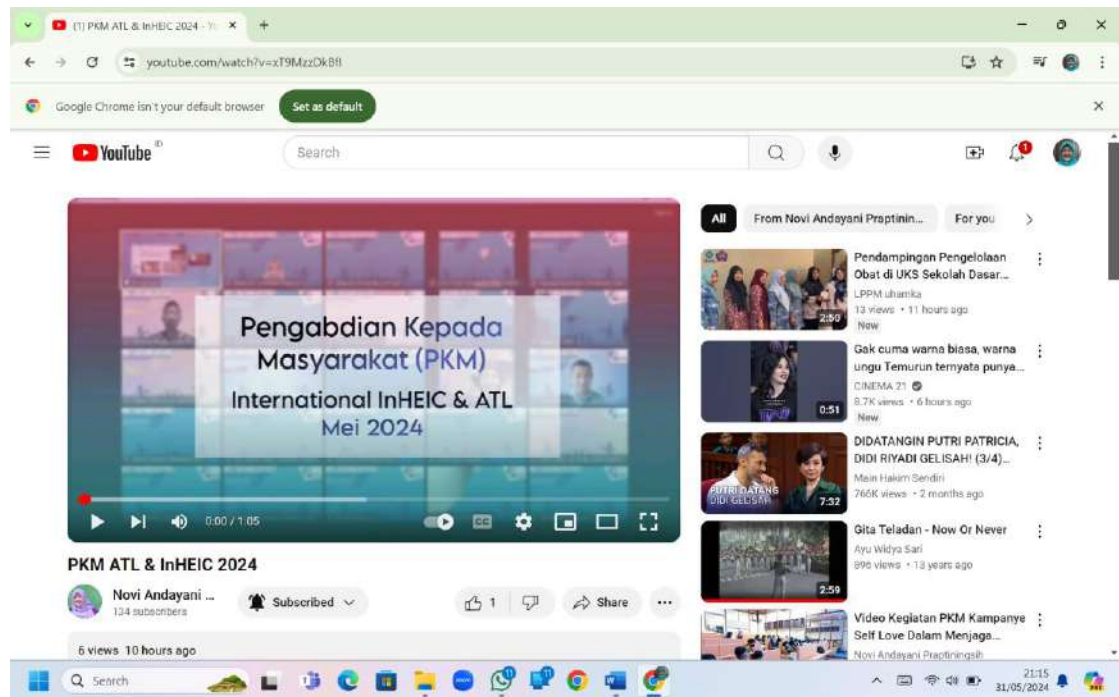
5. Publikasi di media cetak/daring

<https://www.ghirahbelajar.com/2024/05/uhamka-dorong-antisipasi-fomo-dalam-komunikasi-interpersonal.html>

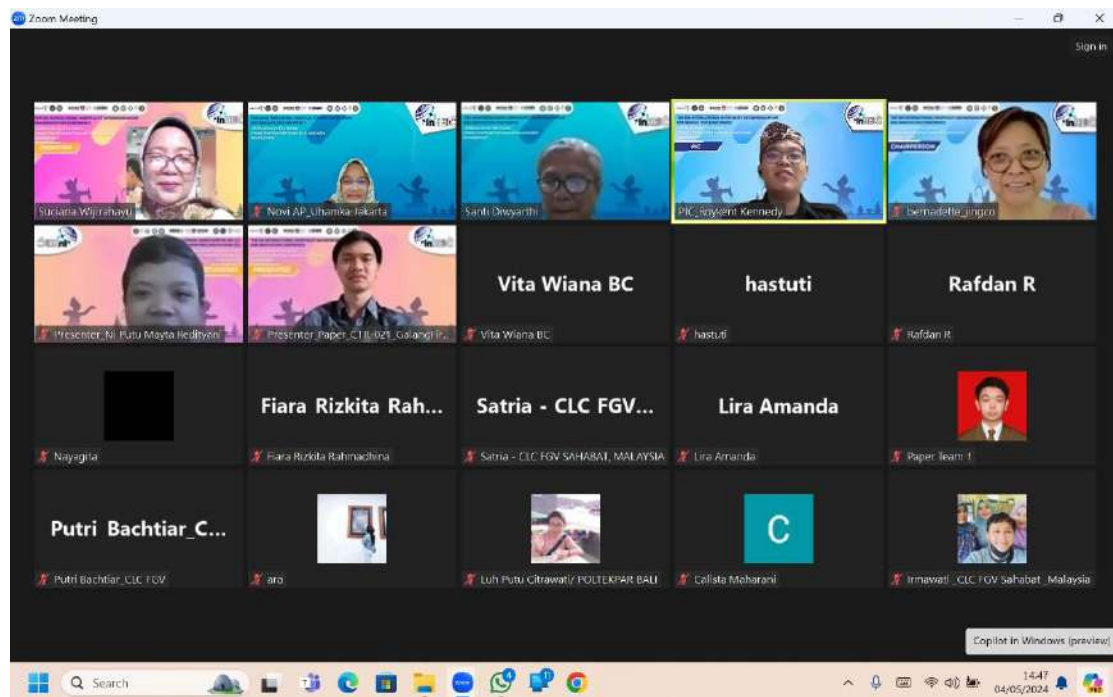


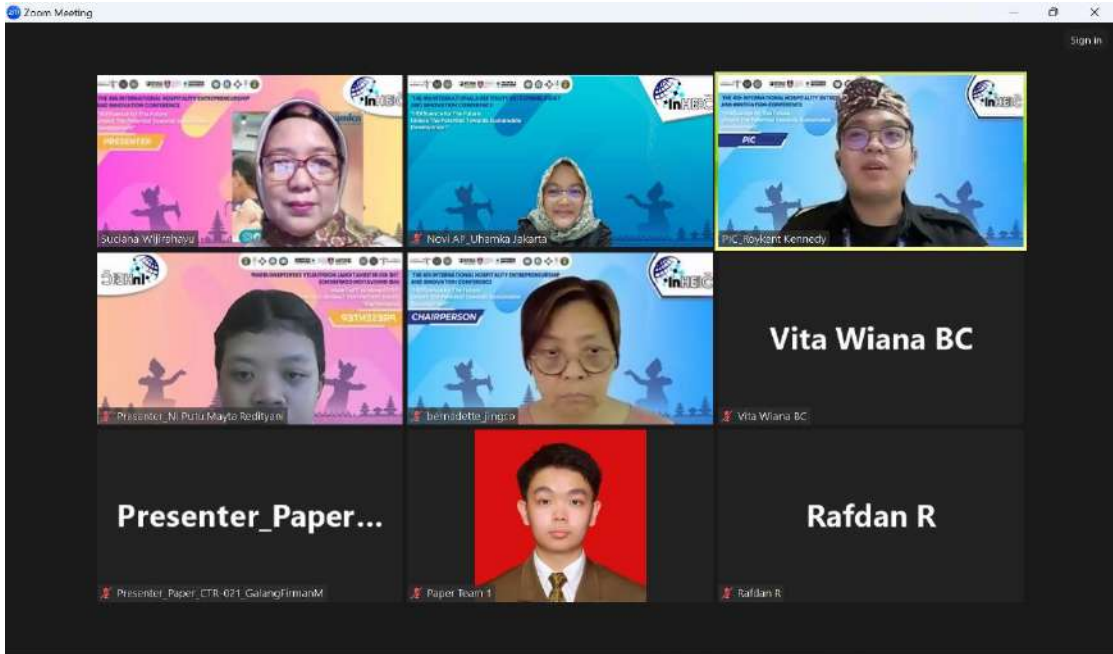
6. Luaran Video Kegiatan di Youtube

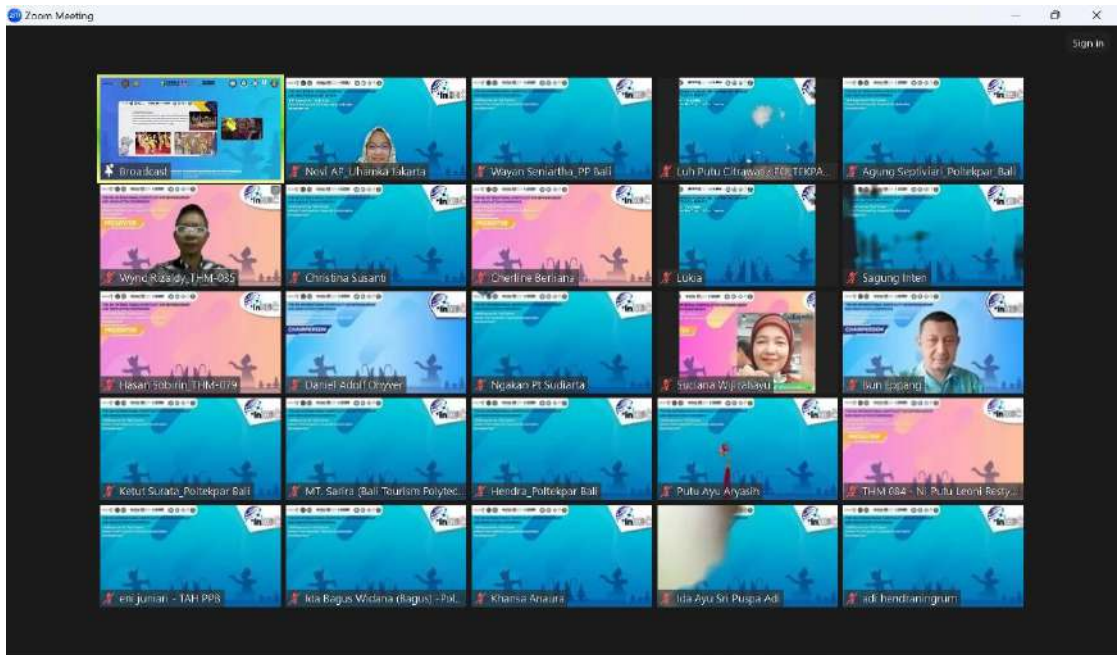
<https://youtu.be/xT9MzzDkBfI>



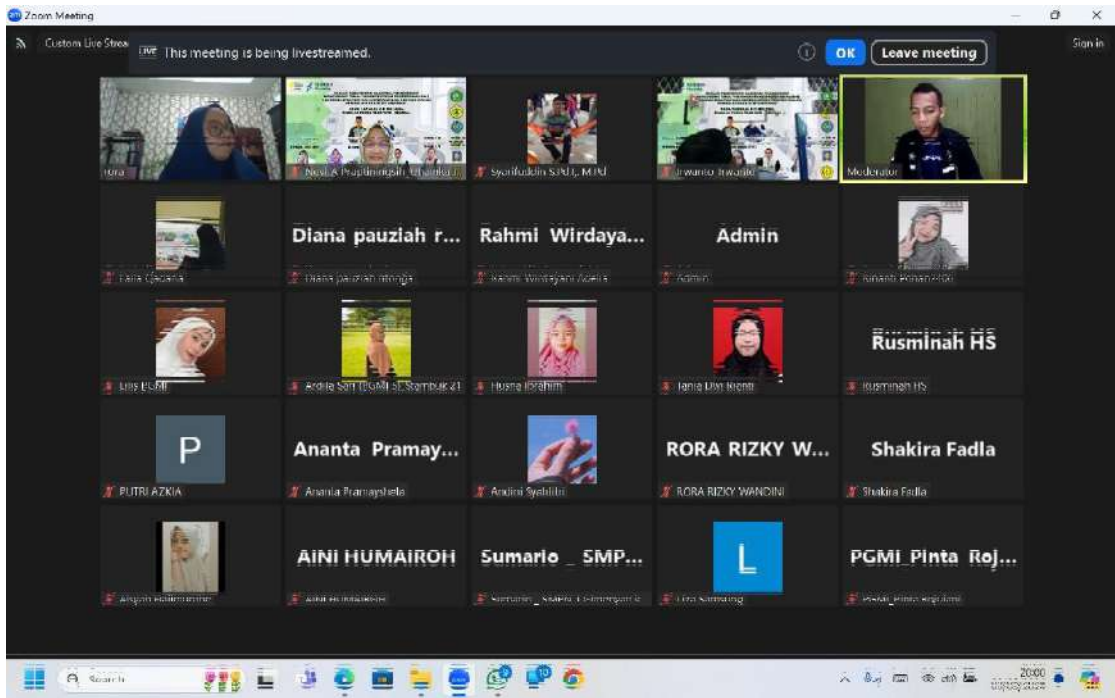
7. Foto Dokumentasi kegiatan













8. Surat Mitra



SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJA SAMA

Surat Nomor: 02/Diklat-ATL/IV/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syarifuddin, S.Pd.I., M.Pd
Nama Mitra/Instansi : ATL (Analog Teachers of Learning)
Jabatan : Ketua
Alamat : Jln H.Hasbullah Yasin, No. 24
Nomor HP : 085249461066

Dengan ini menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program PkM yang berjudul "*FoMO (Fear of Missing Out)* dalam Komunikasi Interpersonal Kaum Millenial", guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan:

Nama Ketua TIM Pengusul : Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si.
NIDN : 0317116502
Program Studi/Fakultas : Ilmu Komunikasi / FISIP
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA (UHAMKA)
Nomor HP : 081314327417

Bersama ini, kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara Pelaksanaan Kegiatan Program ini tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Amuntai, 20 April 2024

Yang membuat pernyataan



Syarifuddin

Syarifuddin, S.Pd.I., M.Pd



THE 4th INTERNATIONAL HOSPITALITY ENTREPRENEURSHIP
AND INNOVATION CONFERENCE (InHEIC) 2024

Bali, April 26th 2024

LETTER OF ACCEPTANCE

Dr. Ir. Suclana Wijirahayu, M.Pd. & Dr. Novi Andayani Praptiningsih, M.Si
Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Dear Esteemed Contributor(s),

Congratulations!

We are pleased to confirm that your paper titled “**Empowering Mothers, Strengthening Teens: Promoting Teen Mental Health through Parental Education**” has been accepted for **oral presentation** at The 4th International Hospitality Entrepreneurship and Innovation Conference 2024.

As we are approaching the date of the conference, through this email we would like to ask you to provide the following requirements for your presentation as follow:

1. Final paper.

Please skip this part if you already submitted the revised paper. **Please note that revised full paper is required to be published in the Proceeding, failure to comply with this will result in cancellation of paper publishing in the Proceeding.**

2. Presentation materials.

Please follow The 4th InHEIC 2024 powerpoint template and it may be downloaded here https://bit.ly/PresenterThe4thInHEIC_TemplatePPT

3. Name of Presenter.

Provide the name of the author who will present the material on the virtual conference and maximum duration for the presentation is 10 minutes.

Regarding the guideline for the presenter may be downloaded here <https://bit.ly/PresenterGuidelineThe4thInHEIC2024>

Kindly send all the requirements above latest on **May 1st, 2024** to our email inheic@ppb.ac.id with subject **Paper Code_ Presentation Material**. Please make sure that all the materials are accessible.

Thank you for your fine contribution and cooperation.
Looking forward to seeing you at the conference!

With infinite respect,

Ni Made Suastini, SE., MM, CHE

Coordinator of Hotel Management Study Program
Politeknik Pariwisata Bali

Email: inheic@ppb.ac.id | Website: inheic.ppb.ac.id | WhatsApp: +62 823-4215-3620