

GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA REMAJA AKHIR



Disusun oleh:

Ariqha Nabila Putri

1801617005

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam

Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Remaja Akhir”

Nama Mahasiswa : Ariqha Nabila Putri
Nomor Registrasi : 1801617005
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 11 Februari 2022

Pembimbing I




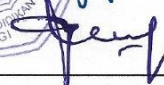

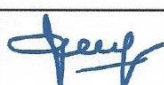
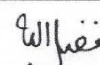
Mauna, M.Psi.
NIP.198410142015042001

Pembimbing II



Lupi Yudhaningrum, M.Psi.
NIP. 8802680018

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		28 Feb 22
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		23 Feb 22
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Ketua Penguji)***		22 Februari 2022
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Anggota)****		22 Februari 2022
Dr. R.A. Fadhallah, M.Si. (Anggota)****		22 Februari 2022

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Ariqha Nabila Putri

NIM : 1801617005

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja Akhir” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Desember sampai dengan bulan Januari 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 04 Maret 2022

Yang Membuat Pernyataan



(Ariqha Nabila Putri)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Arigha Nabila Putri
NIM : 180167005
Fakultas/Prodi : EPsi (Psikologi)
Alamat email : Arighanabilaputri@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul : Gambaran Fear of Missing Out (FOMO) pada Remaja
Adhiv

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(Arigha Nabila Putri)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

"Allah (Tuhan) tidak bermaksud menyulitkan kamu, tetapi Dia bermaksud untuk menyucikan kamu dan melengkapimu nikmat-Nya sehingga kamu dapat bersyukur."

(QS. Al-Ma'idah: 6)

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang tidak pernah berhenti mendoakan dan memberi dukungan. Serta kakak dan adik yang selalu memberi dukungan dan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini. Tidak lupa untuk diri saya sendiri yang sudah berusaha dan tidak menyerah.

ARIQHA NABILA PUTRI

GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA REMAJA AKHIR

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *fear of missing out* (FoMO) pada remaja akhir. Peneliti menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan Teknik pengambilan sampel accidental sampling dengan menyebarkan kuesioner kepada 215 remaja yang berusia 18-21 tahun dan aktif menggunakan media sosial. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Fear of Missing Out Scale* (Pzyblysi et al., 2013). Pengolahan data menggunakan IBM SPSS Statistic 25 for windows. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya kecenderungan FoMO tingkat sedang pada 154 reponden yang didominasi oleh perempuan. Selain itu, terdapat juga kecenderungan FoMO berada di kategori sedang dilihat dari berbagai faktor seperti jenis kelamin, usia, domisili, durasi menggunakan media sosial, dan ketersediaan kuota internet dengan baik

Kata kunci: *fear of missing out*, remaja akhir

ARIQHA NABILA PUTRI

**DESCRIPTION OF FEAR OF MISSING OUT (FOMO) IN LATE
ADOLESCENT**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Department

Faculty of Psychologi Education, State University of Jakarta

2022

ABSTRACT

This study aims to describe the fear of missing out (FoMO) in late adolescence. The researcher used a quantitative descriptive method with accidental sampling technique by distributing questionnaires to 215 teenagers aged 18-21 years and actively using social media. The instrument used in this study is the Fear of Missing Out Scale (Pzyblysi et al., 2013). Data processing using IBM SPSS Statistics 25 for windows. The results of this study indicate that there is a moderate level of FoMO trend in 154 respondents, which is dominated by women. In addition, there is also a tendency for FoMO to be in the moderate category seen from various factors such as gender, age, domicile, duration of using social media, and good internet quota availability.

Keywords: fear of missing out, late adolescence

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya yang selalu dilimpahkan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Remaja Akhir”. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi sumber informasi bagi para pembacanya. Penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk dapat menyempurnakan penelitian ini. Penyusunan dan penulisan pada penelitian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti dengan tulus ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II, Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Ketua Prodi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mauna, M.Psi selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih sebanyak-banyaknya karena ibu telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing saya dan memberikan masukan serta motivasi di setiap proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah sabar dan ikhlas membimbing saya sampai saat ini.
5. Ibu Yupi Yudhaningrum, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih sebanyak-banyaknya karena ibu telah bersedia meluangkan waktu untuk

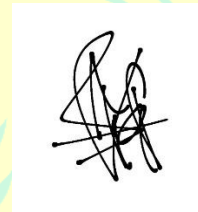
membimbing saya dan senantiasa memberikan kritik dan saran yang membangun.

6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi, terima kasih telah memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
7. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas, terima kasih telah memberikan bantuan selama masa perkuliahan.
8. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu peneliti mengisi kuesioner penelitian.
9. Papa, Mama, Uni Irga, Alma dan keluarga besar lainnya. Terima kasih selalu memberikan do'a, dukungan dan semangat selama proses penulisan skripsi ini.
10. Dokter Annisa Fransiska, M.Ked (KJ), Sp.KJ selaku psikiater peneliti. Terima kasih telah membantu peneliti untuk pulih dan selalu mendengarkan keluh kesah peneliti serta memberi semangat dalam proses penyusunan skripsi ini.
11. Nikita Novri, Alisa Fathiyah, dan Devy Septy selaku teman dekat peneliti yang selalu memberikan bantuan setiap saat dan dukungan serta semangat dari awal masa perkuliahan hingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.
12. Kak Rilla Sari dan teman-teman KMM UNJ lainnya, terima kasih telah memberikan semangat dan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini.
13. Sonia Khoirunisa, terima kasih selalu meluangkan waktu untuk membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
14. Salsabila, terima kasih telah memberi semangat dan dukungan serta mendengarkan keluh kesah peneliti selama proses penyusunan skripsi.
15. Suci Ramayanti, terima kasih selalu memberi semangat dalam proses penyusunan skripsi.
16. Aisyah, Friska, Vela, Gita dan Anting, terima kasih telah memberikan semangat selama proses penyusunan skripsi ini.
17. Diri sendiri, terima kasih telah berjuang dan tidak menyerah dalam mengerjakan skripsi ini.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Peneliti mengharapkan segala masukan sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik lagi. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat membantu memperluas wawasan bagi pembaca

Jakarta, 6 Februari 2022

Peneliti



Ariqha Nabila Putri



DAFTAR ISI

MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	5
1.3. Pembatasan Masalah	6
1.4. Rumusan Masalah	6
1.5. Tujuan Penelitian.....	6
1.6. Manfaat Penelitian.....	6
1.6.1 Manfaat Teoritis	6
1.6.2 Manfaat Praktis	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1. <i>Fear of Missing Out</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	7
2.1.2. Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i>	8
2.2 Remaja.....	10
2.2. 1 Definisi Remaja	10
2.2.2 Ciri-ciri Remaja	10
2.2.3 Batasan Usia Remaja	12
2.2.4. Remaja Akhir	13
2.3. Gambaran FoMO pada remaja akhir	14
2.4. Kerangka Konseptual	15
2.5. Penelitian Yang Relevan	16

BAB III METODE PENELITIAN	19
3.1. Tipe Penelitian.....	19
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	19
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian	19
3.2.2. Definisi Konseptual	20
3.2.3. Definisi Operasional	20
3.3. Populasi dan Sampel	20
3.3.1. Populasi.....	20
3.3.2. Sampel	20
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	21
3.4. Teknik Pengumpulan Data	22
3.4.1. Instrumen Penelitian	22
3.5. Analisis Data	23
3.5.1. Analisis Deskriptif	23
3.6 Uji Coba Instrumen	23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	26
4.1 Gambaran Responden Penelitian.....	26
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	26
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	28
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	29
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial ..	31
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Ketersediaan Kuota Internet Dengan Baik.....	33
4.2 Prosedur Penelitian.....	34
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	34
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	35

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	36
4.3.1 Data Deskriptif FoMO	36
4.3.2 Kategorisasi Tingkat FoMO	37
4.3.3 Data Deskriptif FoMO Berdasarkan Usia	39
4.3.4 Data Deskriptif Berdasarkan Jenis Kelamin	40
4.3.5 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Domisili	41
4.3.6 Data Deskriptif FoMO Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial ..	43
4.3.7 Data Deskriptif FoMO Berdasarkan Ketersediaan Kuota Internet dengan Baik	44
4.4 Pembahasan	44
4.5 Keterbatasan Penelitian	47
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	48
5.1 Kesimpulan	48
5.2 Implikasi	48
5.3 Saran	49
5.3.1 Untuk Subjek Remaja Akhir	49
5.3.2 Untuk Peneliti Selanjutnya	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	54
RIWAYAT HIDUP PENELITI	63