

**HUBUNGAN *STRIVE TO AVOID INFERIORITY FEELING* DENGAN  
*FEAR OF MISSING OUT* PADA *EMERGING ADULthood* PENGGUNA  
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI JABODETABEK**



Oleh:

**Dinda Fikriyah**

**1801619116**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana**

**Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**AGUSTUS 2023**

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

*“Hubungan Strive to Avoid Inferiority Feeling dengan Fear of Missing Out Pada  
Emerging Adulthood Pengguna Media Sosial Instagram di Jabodetabek”*

Nama Mahasiswa : Dinda Fikriyah  
Nomor Registrasi : 1801619116  
Jurusan/Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 15 Agustus 2023

Pembimbing I

Hermeilia Megawati, M.A  
NIP. 198805032020122010

Pembimbing II

Fildzah Rudyah Putri, M.si  
NIP. 199205132022032013

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		07/09/23
Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		26/08/23
Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Ketua Penguji)***		26 Agustus 2023
Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si (Anggota)****		26 Agustus 2023
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi, Psikolog (Anggota)****		26 Agustus 2023

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 : Dinda Fikriyah

NIM : 1801619116

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dirancang dengan judul “Hubungan *Strive to Avoid Inferiority Feeling* dengan *Fear of Missing Out* pada Emerging Adulthood Pengguna Media Sosial Instagram di Jabodetabek” adalah:

1. Dirancang dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian bulan Maret sampai bulan Agustus
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya ilmiah yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya ilmiah orang lain dan bukan terjemahan karya ilmiah orang lain

Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan sungguh-sungguh, serta saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 10 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan

  
10000  
METERAI  
TEMPEL  
E03AKX672475406  
Dinda Fikriyah

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا، فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ، وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap."

(QS. Al-Insyirah 94: 5-8)

**Laa ilaaha illaa anta, subhaanaka, innii kuntu minadz dzaalimiin'.**

"Sesungguhnya tidaklah seorang muslim berdoa dengannya dalam suatu masalah, melainkan Allah kabulkan baginya."

**Allahumma Yassir walaa tu'assir**

"Ya Allah, mudahkanlah segala urusanku, jangan Engkau persulit"

**Hasbunnallah wani'mal wakil, ni'mal maula wani'mannasir**

"Cukuplah bagi kami Allah sebagai penolong dan Dia adalah sebaik-baik pelindung."

**Robbisrohli Sodri wayassirli amri wahlul 'uqdatanmillisani yafqohu qouli.**

"Ya Allah lapangkanlah dadaku, mudahkanlah urusanku dan lancarkanlah lidahku agar mereka memahami perkataan ku"

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua yang telah membesarkan saya dengan penuh cinta kasih dan do'a tiada henti. Terima kasih kepada kakak, dosen pembimbing, teman-teman, dan semua orang yang telah mendoakan, membantu, dan mendukung saya dalam proses penyelesaian skripsi ini



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Dinda Fikriyah  
NIM : 1801619116  
Fakultas/Prodi : FPPsi/Psikologi  
Alamat email : dindaafikriyah@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 :

*"Hubungan Strive to Avoid Inferiority Feeling dengan Fear of Missing Out pada Emerging Adulthood Pengguna Media Sosial Instagram di Jabodetabek"*

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, 19 September 2023



Dinda Fikriyah



DINDA FIKRIYAH

**HUBUNGAN STRIVE TO AVOID INFERIORITY FEELING DENGAN  
FEAR OF MISSING OUT PADA EMERGING ADULTHOOD PENGGUNA  
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI JABODETABEK**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2023

**ABSTRAK**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan *strive to avoid inferiority feeling* dengan *fear of missing out* pada *emerging adulthood* pengguna media sosial Instagram di Jabodetabek. *Strive to Avoid Inferiority feeling* adalah bentuk upaya untuk menghindari perasaan rendah diri pada individu yang memandang dan menilai dirinya lebih rendah daripada orang lain. Sedangkan *fear of missing out* adalah sindrom dari kecemasan sosial yang dicirikan dengan keinginan untuk selalu terhubung dengan yang dilakukan orang lain yang ditunjukkan melalui perasaan cemas dan khawatir ketika orang lain mempunyai pengalaman yang lebih menyenangkan tanpa dirinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi melalui *pearson correlation*. Instrumen yang digunakan adalah *Strive to Avoid Inferiority Scale* sebanyak 31 item dan *Developing Fear of Missing Out Scale* sebanyak 17 item. Hasil penelitian ini adalah diperoleh koefisien  $r = 0,249$ ,  $p < 0.05$  yang artinya terdapat hubungan signifikan antara *inferiority feeling* dengan *fear of missing out* secara positif, serta memiliki kekuatan hubungan yang rendah

**Kata kunci:** *Strive to Avoid Inferiority Feeling, Fear of Missing Out, Emerging Adulthood, Instagram*

DINDA FIKRIYAH

**THE RELATIONSHIP STRIVE TO AVOID INFERIORITY FEELING AND  
FEAR OF MISSING OUT IN EMERGING ADULTHOOD INSTAGRAM  
SOCIAL MEDIA USERS IN JABODETABEK**

*Undergraduate Thesis*

*Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education State*

*University of Jakarta*

2023

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship strive to avoid inferiority feeling and fear of missing out in emerging adulthood Instagram social media users in Jabodetabek. Strive to Avoid Inferiority feeling is a form of effort to avoid feelings of inferiority in individuals who perceive and value themselves as inferior to others. While fear of missing out is a syndrome of social anxiety characterized by the desire to always connect with what others do which is shown through anxiety and worry when others have more pleasant experiences without him. This study uses a quantitative approach with correlation analysis through pearson correlation. The instruments used are Strive to Avoid Inferiority Scale as many as 31 items and Developing Fear of Missing Out Scale as many as 17 items. The results of this study were obtained coefficient  $r = 0.249$ ,  $p < 0.05$  which means that there is a significant relationship between inferiority feeling and fear of missing out positively, and has a low relationship strength*

**Keyword:** *Strive to Avoid Inferiority Feeling, Fear of Missing Out, Emerging Adulthood, Instagram*

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya, segala pertolongan-Nya, kasih sayang-Nya, dan atas ridho-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini yang berjudul “Hubungan *Strive to Avoid Inferiority Feeling* terhadap *Fear of Missing Out* pada *Emerging Adulthood* Pengguna Media Sosial Instagram di Jabodetabek”. Peneliti menyadari bahwa proses penelitian ini tidak lepas dari orang-orang yang mendukung dan membantu. Dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, 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 Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan nasehat, membimbing, dan memberikan motivasi dalam menyusun skripsi ini
4. Ibu Hermeilia Megawati, M.A. selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah memberikan segenap waktunya untuk bimbingan, nasehat, dan motivasi sejak awal hingga akhir penyusunan serta percaya bahwa peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini
5. Ibu Fildzah Rudyah Putri, M.Si selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan waktunya untuk bimbingan, motivasi kepada peneliti, serta percaya bahwa peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang tidak bisa disebutkan satu persatu karena telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pengalaman yang berkesan selama perkuliahan



7. Seluruh staf Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan berbagai bantuan selama perkuliahan
8. Kepada Ibu, Bapak, dan Kakak tercinta yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, motivasi, dan membimbing peneliti dengan penuh kasih sayang hingga peneliti percaya bahwa proses ini mampu dilewati. Terima kasih Bapak dan Ibu yang telah merawat, mendidik, dan mendoakan peneliti tiada henti
9. Arnola, Antik, Jasmine, Sekar, Alia sebagai sahabat peneliti yang selalu menjadi tempat bertukar cerita di kala sedih maupun senang selama bertahun-tahun lamanya, selalu memberikan doa dan motivasi kepada peneliti
10. Belinda, Safa, Zahra, Riando, sebagai teman kuliah yang selama ini senantiasa memberikan semangat, memberikan bantuan, dan menyisihkan waktu luang untuk diskusi bertukar pikiran
11. Seluruh teman-teman Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang tidak bisa disebutkan satu persatu karena turut membantu peneliti berpartisipasi dan menjadi bagian dari penelitian ini
12. Terima kasih kepada diri sendiri yang mampu bersabar, bertahan, berjuang, berdoa, dan selalu berusaha untuk mencintai takdir. Semoga diri ini mampu mewujudkan mimpi dan cita-cita, tetap menjadi pribadi yang bumi, selalu belajar untuk mengaktualisasi diri dan senantiasa memberikan manfaat serta kebahagiaan untuk orang di sekitar.

Jakarta, 10 Agustus 2023

Dinda Fikriyah

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN MOTTO.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Batasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah .....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat penelitian .....	8
<b>BAB II .....</b>	<b>10</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1 <i>Fear of Missing Out</i> .....	10
2.1.1 Pengertian <i>Fear of Missing Out</i> .....	10
2.1.2 Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i> .....	14
2.1.3 Faktor-faktor yang memengaruhi <i>Fear of Missing Out</i> .....	16
2.2 <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	17
2.2.1 Pengertian <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	17
2.2.2 Kompensasi <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	20
2.2.3 Dimensi-dimensi <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	22
2.2.4 Faktor-faktor <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	23
2.3 <i>Emerging Adulthood</i> .....	23
2.4 Dinamika Hubungan <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> dengan <i>Fear of Missing Out</i> .....	24

2.5 Hipotesis .....	27
2.6 Hasil Penelitian yang Relevan .....	27
<b>BAB III.....</b>	<b>29</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
3.1 Tipe Penelitian.....	29
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	30
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel.....	30
3.2.2 Definisi Operasional Variabel .....	31
3.3 Populasi dan Sampel .....	31
3.3.1 Populasi.....	31
3.3.2 Sampel .....	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data .....	32
3.4.1 Instrumen <i>Striving to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	33
3.4.2 Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> .....	36
3.5 Uji Coba Alat Ukur .....	38
3.5.1 Uji Daya Beda Item .....	38
3.5.2 Uji Reliabilitas .....	41
3.6 Analisis Data .....	43
3.6.1 Analisis Deskriptif .....	43
3.6.2 Uji Normalitas.....	43
3.6.3 Uji Linearitas .....	44
3.6.4 Uji Korelasi.....	44
<b>BAB IV .....</b>	<b>45</b>
<b>HASIL &amp; PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
4.1 Gambaran Responden.....	45
4.1.1 Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
4.1.2 Gambaran Responden berdasarkan Usia .....	46
4.1.3 Gambaran Responden berdasarkan Tempat tinggal/Domisili .....	47
4.1.4 Gambaran Responden berdasarkan Status .....	48
4.1.5 Gambaran Responden berdasarkan Frekuensi Mengakses Media Sosial Instagram per hari .....	49
4.2 Prosedur Penelitian.....	50
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	50
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	52

4.3 Hasil Analisis Data .....	52
4.3.1 Analisis Deskriptif .....	52
4.3.2 Uji Normalitas.....	56
4.3.3 Uji Linearitas .....	56
4.3.4 Uji Korelasi.....	57
4.4 Pembahasan .....	58
4.5 Keterbatasan Penelitian .....	59
<b>BAB V.....</b>	<b>60</b>
<b>KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
5.1 Kesimpulan.....	60
5.2 Implikasi .....	60
5.3 Saran .....	60
5.3.1 Individu Pada Usia <i>Emerging Adulthood</i> .....	60
5.3.3 Peneliti Selanjutnya .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian ( <i>Google Form</i> ).....	66
Lampiran 2 Hasil Uji Coba Instrumen .....	79
a. Hasil Uji Reliabilitas dan Diskriminasi Item Dimensi Motivasi pada Instrumen <i>Striving to Avoid Inferiority Scale (SAIS)</i> .....	79
b. Hasil Uji Reliabilitas Dimensi Emosional pada Instrumen <i>Striving to Avoid Inferiority Scale (SAIS)</i> .....	80
c. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Striving to Avoid Inferiority Scale (SAIS)</i> secara keseluruhan.....	81
d. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Developing Fear of Missing Out Scale</i> 82	
Lampiran 3 Hasil Data Analisis Deskriptif .....	83
Lampiran 4 Hasil Analisis Gambaran Responden .....	83
a. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	83
b. Gambaran Responden Berdasarkan Domisili.....	84
c. Gambaran Responden Berdasarkan Status.....	85
d. Gambaran Responden Berdasarkan Frekuensi Mengakses Instagram/hari 86	
Lampiran 5 Hasil Uji Prasyarat .....	86
Lampiran 6 Data Mentah ( <i>raw score</i> ) Instrumen .....	87

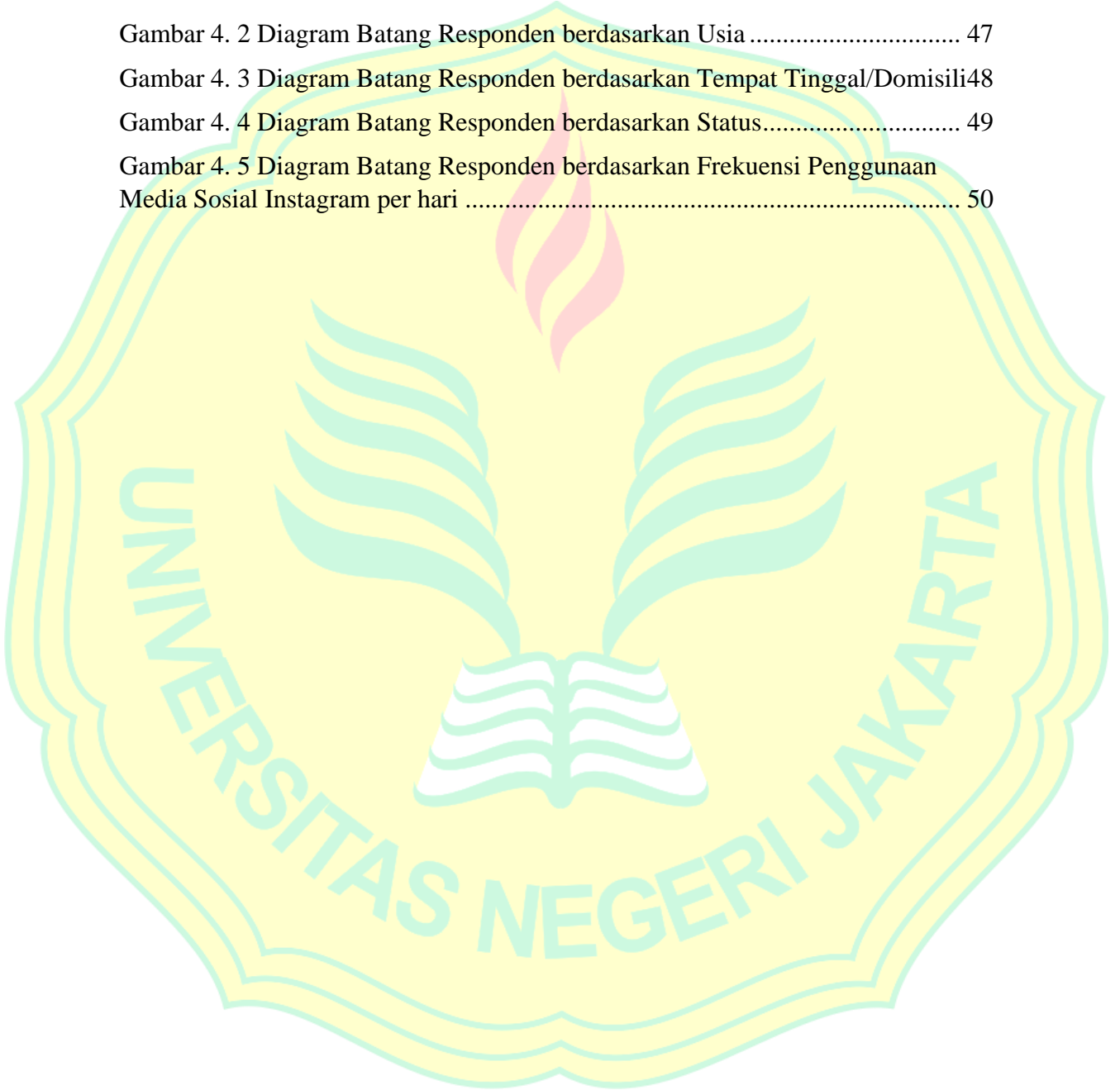
a. Instrumen <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> (SAIS).....	87
b. Instrumen <i>Developing Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	92
Lampiran 7 Instrumen Penelitian .....	96
a. <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	96
b. <i>Fear of Missing Out</i> .....	99
Lampiran 8. Surat Validasi Instrumen <i>Expert Judgement</i> .....	102
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>106</b>





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual .....	27
Gambar 4. 1 Diagram Batang ( <i>Bar Chart</i> ) Gambaran Responden berdasarkan Jenis kelamin.....	46
Gambar 4. 2 Diagram Batang Responden berdasarkan Usia .....	47
Gambar 4. 3 Diagram Batang Responden berdasarkan Tempat Tinggal/Domisili.....	48
Gambar 4. 4 Diagram Batang Responden berdasarkan Status.....	49
Gambar 4. 5 Diagram Batang Responden berdasarkan Frekuensi Penggunaan Media Sosial Instagram per hari .....	50



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 - <i>Blueprint</i> Alat Ukur <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	35
Tabel 3.2 – <i>Blueprint</i> Alat Ukur <i>Fear of Missing Out</i> .....	37
Tabel 3.3 – Hasil Uji Daya Beda Item <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	39
Tabel 3.4 – Hasil Uji Daya Beda Item <i>Fear of Missing Out</i> .....	40
Tabel 3.5 – Koefisien Reliabilitas <i>Guildford</i> .....	41
Tabel 3.6 – Hasil Uji Reliabilitas Dimensi Motivasi Alat Ukur <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	41
Tabel 3.7 – Hasil Uji Reliabilitas Dimensi Emosional Alat Ukur <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	42
Tabel 3.8 – Hasil Uji Reliabilitas Keseluruhan Alat Ukur <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	42
Tabel 3.9 – Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Developing Fear Of Missing Out Scale</i> .....	43
Tabel 4.1 – Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
Tabel 4.2 – Gambaran Responden berdasarkan Usia.....	46
Tabel 4.3 – Gambaran Responden berdasarkan Tempat tinggal/Domisili .....	47
Tabel 4.4 – Gambaran Responden berdasarkan Status .....	48
Tabel 4.5 – Gambaran Responden berdasarkan Frekuensi Mengakses Media Sosial Instagram per hari.....	49
Tabel 4.4 – Data Deskriptif Variabel <i>Fear of Missing Out</i> .....	52
Tabel 4.5 – Kategorisasi Skor <i>Development Fear of Missing Out Scale</i> .....	54
Tabel 4.6 – Data Deskriptif Variabel <i>Strive to Avoid Inferiority Feeling</i> .....	54
Tabel 4.7 – Kategorisasi Skor <i>Strive to Avoid Inferiority Scale</i> .....	56
Tabel 4.8 – Hasil Uji Linearitas .....	56
Tabel 4.9 – Interpretasi Koefisien Korelasi .....	57
Tabel 4.10 - Hasil Uji Korelasi.....	61