

**PENGARUH *PERCEIVED EMOTION INVALIDATION* DAN *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA
INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD* DI INDONESIA**



Oleh:

Natasya Ali

1801622076

SKRIPSI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

**PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JUNI 2026**

**PENGARUH *PERCEIVED EMOTION INVALIDATION* DAN *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA
INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD* DI INDONESIA**



Oleh:

Natasya Ali

1801622076

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JUNI 2026**

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

Pengaruh *perceived emotion invalidation* dan *fear of missing out* terhadap kecenderungan
sad fishing pada individu *emerging adulthood* di Indonesia

Nama Mahasiswa : Natasya Ali
NIM : 1801622076

Tanggal Ujian : 23 Juni 2026

Pembimbing I



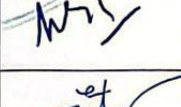
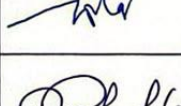
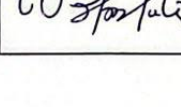
Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi., Psikolog
NIP. 198912192019032015

Pembimbing II



Herdiyan Maulana, PhD
NIP.198212302009121003

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovati

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)*		23 Juli 2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		23 Juli 2026
Rahmadianty Gazadinda S.Psi., MSc. (Ketua Penguji)***		7 Juli 2026
Sri Juwita kusumawardhani, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		8 Juli 2026
Nanda Putri Adhinigtyas, M.Psi., Psikolog (Anggota)		7 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Natasya Ali
NIM : 1801622076
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *perceived emotion invalidation* dan *fear of missing out* terhadap kecenderungan *sad fishing* pada *emerging adulthood* di Indonesia” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2026.
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, ...19/06/..... 2026

Yang Membuat Pernyataan



LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“The biggest wall you have to climb is the one you build in your mind: Never let your mind talk you out of your dreams, trick you into giving up. Never let your mind become the greatest obstacle to success. To get your mind on the right track, the rest will follow.”

-Roy T. Bennett



Skripsi ini dipersembahkan untuk:

Keluarga penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan doa tanpa henti. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis. Serta diri penulis yang sudah berjuang dan bertahan sejauh ini.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Natasya Ali
NIM : 1801622076
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive RoyaltyFree Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: "*Pengaruh perceived emotion invalidation dan fear of missing out terhadap kecenderungan sadfishing pada emerging adulthood di Indonesia*" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 19 Juni 2026

Yang menyatakan,


(Natasya Ali)

NATASYA ALI

PENGARUH *PERCEIVED EMOTION INVALIDATION* DAN *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD* DI INDONESIA

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta,

2026

ABSTRAK

Perkembangan teknologi mendorong penggunaan media sosial yang masif dan memunculkan fenomena baru, yaitu *sadvertising*. Kecenderungan untuk melakukan *sadvertising* berhubungan dengan kondisi psikologis yaitu *perceived emotion invalidation* dan *Fear of Missing Out* (FoMO). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *perceived emotion invalidation* dan FoMO terhadap *sadvertising*. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *nonprobability sampling* melalui *convenience sampling* terhadap 306 responden fase *emerging adulthood*. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa *perceived emotion invalidation* dan FoMO secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan *sadvertising* ($F = 103,855$; $p < 0,001$) dengan kontribusi sebesar 40,3% (Adjusted $R^2 = 0,403$). Selain itu, secara parsial, *perceived emotion invalidation* dan FoMO juga berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan *sadvertising*. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *perceived emotion invalidation* dan FoMO yang dimiliki individu, semakin tinggi pula kecenderungannya untuk melakukan *sadvertising*.

Kata kunci: *sadvertising*, *perceived emotion invalidation*, *fomo*, *emerging adulthood*, media sosial.

NATASYA ALI

**THE INFLUENCE OF PERCEIVED EMOTION INVALIDATION AND
FEAR OF MISSING OUT ON SADFISHING TENDENCY IN EMERGING
ADULTHOOD INDIVIDUALS IN INDONESIA**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Study Program of Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri

Jakarta, 2026

ABSTRACT

The development of technology has driven the massive use of social media and given rise to a new phenomenon known as sadfishing. The tendency to engage in sadfishing is correlated with psychological conditions, namely perceived emotion invalidation and Fear of Missing Out. For this reason, this research aims to determine the influence of perceived emotion invalidation and FoMO on the tendency toward sadfishing. This research uses a quantitative method with a nonprobability sampling technique through convenience sampling, involving 306 social media users in the emerging adulthood phase. The results of multiple regression analysis shows that perceived emotion invalidation and Fear of Missing Out have a significant simultaneous influence on sadfishing tendency ($F = 103.855$; $p < 0.001$) with a contribution of 40.3% (Adjusted $R^2 = 0.403$). Moreover, partially perceived emotion invalidation and FoMO also significantly influence sadfishing tendency. Accordingly, the higher a level of perceived emotion invalidation and FoMO an individual has, the higher their tendency to engage in sadfishing

Keywords: sadfishing, perceived emotion invalidation, fomo, emerging adulthood, social media

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis diberikan kelancaran dan kemudahan dalam menyusun skripsi yang berjudul “Pengaruh *Perceived Emotion Invalidation* dan *Fear Of Missing Out* Terhadap Kecenderungan *Sadfishing* Pada Individu *Emerging Adulthood* di Indonesia”. Skripsi ini disusun sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, pendampingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni., M.Pd., selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Irma Rosalinda, M.Si. Psikolog. selaku koordinator prodi S1 Psikologi Universitas Negeri Jakarta dan sekaligus dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan serta masukan selama penulis menjalani proses perkuliahan
5. Mba Gita Irianda Rizkyani Medellu., M.Psi. Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, masukan, serta dukungan penuh kepada penulis. Terima kasih atas semangat dan waktu yang Mba Gita berikan, sehingga penulis merasa terarah dan terbantu selama proses penyusunan skripsi berlangsung
6. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, masukan, dan dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi sehingga dapat terselesaikan dengan tepat waktu

7. Seluruh dosen dan staf di prodi psikologi fakultas psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama penulis menjalani proses perkuliahan
8. Kedua orang tua penulis yang telah memberikan motivasi dan dorongan serta bantuan, baik secara moral, materil, maupun spiritual yang membantu penulis bertumbuh sejauh ini
9. Saudara-saudara penulis yang telah membantu memberikan masukan dan dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi berlangsung
10. Teman-teman grup *This Is Stecu* yang telah menemani hari-hari penulis selama perkuliahan berlangsung
11. Teman-teman kelas E Angkatan 2022 yang telah kebersamai penulis selama proses perkuliahan berlangsung
12. Angkatan 2022 dan semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dan tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari apabila skripsi yang ditulis ini masih memiliki banyak kekurangan, sehingga penulis mengharapkan masukan dan saran dari para pembaca agar penulis dapat memperbaiki kesalahan dan dapat menyempurnakannya di masa depan.

Jakarta, 02 Mei 2026

Natasya Ali

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	13
1.3. Pembatasan Masalah	14
1.4. Rumusan Masalah	14
1.5. Tujuan Masalah	14

1.6.	Manfaat Penelitian	15
1.6.1.	Manfaat teoritis	15
1.6.2.	Manfaat praktis	15
BAB II		16
TINJAUAN PUSTAKA		16
2.1.	Sadfishing.....	16
2.1.1	Definisi Sadfishing.....	16
2.1.2.	Faktor Sadfishing	17
2.1.3.	Karakteristik Sadfishing.....	19
2.2.	Perceived Emotion Invalidation.....	20
2.2.1.	Definisi Perceived Emotion Invalidation	20
2.2.2.	Faktor Perceived Emotion Invalidation	20
2.2.3.	Karakteristik Perceived Emotion Invalidation	22
2.3.	Fear of Missing Out	23
2.3.1.	Definisi Fear of Missing Out	23
2.3.2.	Faktor FoMO.....	24
2.3.3.	Dimensi FoMO	26
2.4.	Hubungan antara Perceived Emotion Invalidation, FoMO dan Sadfishing ...	27
2.5.	Kerangka Pemikiran.....	28
2.6.	Hipotesis Penelitian.....	30
2.7.	Hasil Penelitian yang relevan.....	30
BAB III		35
METODE PENELITIAN		35
3.1.	Tipe Penelitian dan Desain Penelitian.....	35
3.1.1.	Tipe Penelitian	35
3.1.2.	Desain Penelitian.....	35

3.2.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	36
3.2.1.	Definisi Konseptual.....	36
3.2.2.	Definisi Operasional	37
3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian	38
3.3.1.	Populasi Penelitian	38
3.3.2.	Sampel Penelitian.....	39
3.3.3.	Teknik Sampling	39
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.4.1.	Teknik Pengambilan Data	40
3.4.2.	Instrumen Penelitian	40
3.5	Analisis Data	54
3.5.1.	Uji asumsi	55
3.5.2.	Uji hipotesis	56
BAB IV		57
HASIL DAN PEMBAHASAN		57
4.1.	Gambaran Partisipan Penelitian	57
4.2.	Prosedur Penelitian	61
4.2.1.	Persiapan Penelitian	61
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian	62
4.3.	Analisis data	63
4.3.1.	Hasil Uji Deskriptif.....	63
4.3.2.	Hasil Uji Asumsi	66
4.4.	Pembahasan.....	76
4.5.	Keterbatasan Penelitian	82
BAB V		80
KESIMPULAN DAN SARAN		80

5.1.	Kesimpulan	80
5.2.	Implikasi.....	80
5.3.	Saran dan Rekomendasi	81
5.3.1.	Individu fase emerging adulthood.....	81
5.3.2.	Masyarakat umum.....	81
5.3.3.	Peneliti selanjutnya	82
DAFTAR PUSTAKA.....		83
LAMPIRAN.....		92



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1. Komunitas Media Sosial X.....	4
Gambar 2.1. Kerangka Penelitian.....	30



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-Kisi <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	42
Tabel 3.2. Skala <i>Social Media sadfishing Questionnaire</i>	42
Tabel 3.3. Hasil Uji Validitas <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	43
Tabel 3.4. Hasil Uji Reliabilitas <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	44
Tabel 3.5. Kisi-kisi <i>Perceived Invalidation of Emotion Scale</i>	46
Tabel 3.6. Skala <i>Perceived Invalidation of Emotion Scale</i>	46
Tabel 3.7. Hasil Uji validitas <i>Perceived Invalidation of Emotion Scale</i>	48
Tabel 3.8. Hasil Uji Reliabilitas <i>Perceived Invalidation of Emotion Scale</i>	48
Tabel 3.9. Kisi-kisi Instrumen <i>Online Fear of Missing Out</i>	51
Tabel 3.10. Skala Instrumen <i>Online Fear of Missing Out</i>	51
Tabel 3.11. Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Online Fear of Missing Out</i>	53
Tabel 3.12. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Online Fear of Missing Out</i>	54
Tabel 4.1. Data Deskriptif Jenis Kelamin	57
Tabel 4.2. Data Deskriptif Usia.....	58
Tabel 4.3. Data Deskriptif Domisili.....	59
Tabel 4.4. Data Deskriptif Status	59
Tabel 4.5. Data Deskriptif Intensitas Unggahan Postingan	60
Tabel 4.6. Data Deskriptif Durasi penggunaan Media Sosial	60
Tabel 4.7. Data Deskriptif Platform Media Sosial	61
Tabel 4.8. Hasil Uji Deskriptif <i>Sadfishing</i>	64
Tabel 4.9. Hasil Uji Deskriptif <i>Perceived Emotion Invalidation</i>	65
Tabel 4.10. Hasil Uji Deskriptif FoMO	66
Tabel 4.11. Hasil Uji linearitas Variabel <i>Perceived Emotion Invalidation</i>	67
Tabel 4.12. Hasil Uji linearitas Variabel FoMO	67
Tabel 4.13. Hasil Uji Multikolinearitas	68
Tabel 4.14. Hasil Uji Heteroskedastisitas	68
Tabel 4.15. Hasil Uji Breusch-Pagan.....	69
Tabel 4.16. Hasil Uji Autokorelasi	70

Tabel 4.17. Hasil Uji Hipotesis	71
Tabel 4.18. Hasil Uji Koefisien Determinasi	71
Tabel 4.19. Hasil Uji Koefisien Regresi Berganda	72
Tabel 4.20. Hasil Sumbangan Efektif	73
Tabel 4.21. Hasil Uji Simultan Dimensi ON-FoMO	74
Tabel 4.22. Hasil Uji Koefisien Determinasi ON-FoMO.....	74
Tabel 4.23. Hasil Uji Parsial Dimensi ON-FoMO	75



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Uji Etik	92
Lampiran 2. Hasil Analisis Data Uji Coba	93
Lampiran 3. Hasil Uji Asumsi	94
Lampiran 4. Hasil Uji Regresi Berganda	96
Lampiran 5. Kisi-kisi Instrumen	101
Lampiran 6. Surat Pernyataan Validasi Expert judgement	103
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup	105

