

**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO)  
PADA REMAJA AKHIR DI KOTA MAKASSAR**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA**

**2023**



**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO)  
PADA REMAJA AKHIR DI KOTA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Universitas Bosowa Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

*Oleh:*

**AISYAH NURUL SUCI ABDULLAH**

**4519091056**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA  
2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA REMAJA AKHIR  
DI KOTA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

**AISYAH NURUL SUCI ABDULLAH**


**NIM: 4519091056**


Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada September 2023

**Menyetujui:**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**


  
Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D.  
NIDN: 0921018302


  
Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0927128501

**Mengetahui:**

**Dekan  
Fakultas Psikologi**

**Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi**

  
Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D.  
NIDN: 0921018302

  
A. Nur Aulia Saud, S.Psi., M.Si.  
NIDN: 0908119001

**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**  
**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA REMAJA AKHIR**  
**DI KOTA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

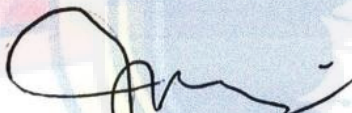
**AISYAH NURUL SUCI**


**NIM: 4519091056**

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji  
Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Pada Agustus tahun 2023

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**


  
Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D  
NIDN: 0921018302

  
Arie Gunawan HZ, S.Psi. M.Psi., Psikolog  
NIDN: 0931106003

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



  
Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

## HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) Psikologi terhadap atas nama:

Nama : Aisyah Nurul Suci Abdullah  
NIM : 4518091056  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Gambaran *Fear of Missing Out* Pada Remaja Akhir di Kota Makassar

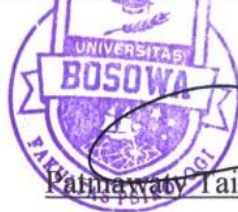
### Tim Penguji

### Tanda Tangan

1. A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si (.....)
2. Minarni, S.Psi., M.A (.....)
3. Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D (.....)
4. Arie Gunawan HZ, S.,Psi., M.Psi., Psikolog (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar



Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Gambaran *Fear of missing out* (FoMO) Pada Remaja Akhir Di Kota Makassar” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung risiko/sanksi apabila ternyata ditemukan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, termasuk adanya klaim dari pihak terhadap keaslian penelitian ini.

Makassar, 12 September 2023



Aisyah Nurul Suci Abdullah  
NIM: 4518091056

## PERSEMBAHAN

Puji Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi yang saya buat ini saya persembahkan kepada:

Kepada diri saya. Terimakasih telah mau berjuang sejauh ini.

Meskipun perjalanan saya tidak mulus, banyak hambatan dan keterbatasan yang menjadi bagian dari proses saya hingga detik ini.

Kepada keluarga saya. Terimakasih telah memberikan dukungan moral dan moril kepada saya sehingga saya bisa seperti ini. Doa dan pengorbanan kalian selalu menyertai perjalanan saya dan InsyaAllah suatu hari nanti, ini tidak akan menjadi sia-sia.

Kepada teman serta sahabat. Terimakasih telah mau berjuang Bersama-sama, ini bukanlah akhir, tapi ini adalah awal baru dari perjalan kita. Ayo Bersama melangkah ke masa depan yang cerah.

## MOTTO

Jangan takut gagal, karena dibalik kegagalan  
ada hikmah yang dapat diperoleh.

Bermimpilah dalam hidup, jangan hidup dalam mimpi.





## ABSTRAK

### GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA REMAJA AKHIR DI KOTA MAKASSAR

Aisyah Nurul Suci

4519091056

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

[Aisyah\\_nurul@icloud.com](mailto:Aisyah_nurul@icloud.com)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran di dalam *Fear of Missing Out* pada remaja di kota Makassar. Teori yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teori Weggman, dkk (2017). *Fear of Missing Out* perasaan cemas ketika merasa kehilangan momen berharga atau tidak ikut serta dalam aktifitas di media sosial. Responden dalam penelitian ini sebanyak 402 yang merupakan remaja akhir di kota Makassar dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala *Fear of Missing Out* yang telah dimodifikasi oleh Siregar, (2019) berdasarkan teori dari Weggman, dkk (2017). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran *Fear of Missing Out* pada remaja akhir di Kota Makassar berada pada kategori sedang dengan persentase 62,2% atau sebanyak 250 remaja akhir.

**Kata kunci :** *Fear of Missing Out*, Trait-*FoMO*, State-*FoMO*, Remaja akhir

## **ABSTRACT**

### ***Description Of Fear Of Missing Out In Latest Adolescent In Makassar City***

Aisyah Nurul Suci  
4519091056

*Faculty of Psychology, Bosowa University*  
[Aisyah\\_nurul@icloud.com](mailto:Aisyah_nurul@icloud.com)

*This research study aims to determine the description of Fear of Missing Out in adolescents in Makassar city. The theory used in this study uses the theory of Weggman, et al (2017). Fear of Missing Out feeling anxious when you feel you are missing precious moments or not participating in activities on social media. Respondents in this research were 402 who were late adolescents in the city of Makassar using a purposive sampling technique. Data collection in this research uses the Fear of Missing Out scale which has been modified by Siregar, (2019) based on theory from Weggman, et al (2017). The results of this research indicate that the description of Fear of Missing Out in late adolescents in Makassar City is in the moderate category with a percentage of 62.2% or as many as 250 late adolescents.*

**Keywords:** *Fear of Missing Out, Trait-FoMO, State-FoMO, Latest Adolescent*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT. Berkat rahmat dan petunjuknya lah sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sebagai pemenuhan Tugas Akhir Skripsi penulis yang berjudul “Gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja Akhir di Kota Makassar” berjalan dengan lancar. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, Skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada:

1. Kepada orang tua peneliti, kepada Bapak (Purn) Abdullah Achmad dan (almh) Ibu Hj. Syurhana Arsyad yang tidak berhenti untuk selalu memberikan do'a, dukungan, kasih sayang, dan menjadi penyemangat disetiap langkah perjalanan peneliti dalam menuntut ilmu.
2. Kepada ketiga kakak peneliti, Sri Hardiyanti, S.Keb, Apt. Fausyiah Sasmitha, S.Farm, dan Muh. Fachri, S.H yang selalu memberikan dukungan dan juga menjadi penyemangat disetiap langkah perjalanan peneliti.
3. Kepada Dosen pembimbing pertama, Ibu Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.SC.,Ph.D yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan masukan serta memberikan jurnal-jurnal terkait variabel peneliti.
4. Kepada Dosen pembimbing kedua, Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang tiap hari jum'at meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, memberikan arahan serta saran, menjelaskan

pengetahuan kepada peneliti dengan sabar, dan selalu memberikan motivasi kepada peneliti.

5. Kepada Dosen Penguji Peneliti, Ibu A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Psi., dan Ibu Minarni, S.Psi., M.A yang memberikan saran dan masukan kepada peneliti terkait penelitian ini.
6. Kepada Penasihat Akademik, Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang selalu memberikan banyak arahan selama proses perkuliahan dari semester 1 hingga semester 8.
7. Kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa, yang telah memberikan ilmu dan nasihat selama 8 semester.
8. Kepada staff tata usaha Fakultas Psikologi yang membantu dalam pengurusan administrasi selama perkuliahan.
9. Kepada responden yang telah membantu dan meluangkan waktunya untuk bersedia menjadi bagian dalam penulisan skripsi saya
10. Kepada sahabat saya Puput Nurma Indah, Aisyah Farahtillah, Sarmila Parastyka Ayu, dan Ayu Sri Ningsih yang telah membantu dan memberikan semangat dalam proses pengerjaan skripsi ini dan selama perkuliahan.
11. Kepada sahabat-sahabat semasa SMA saya Lulu, Aisyah, Puput, Umma, Cili, Tami, Zahra, Dita, Yaya, dan Safirah yang telah membantu serta memberikan semangat dalam proses pengerjaan skripsi ini.
12. Kepada Muh Rezy Ramadhan yang selalu memberikan saya semangat dalam mengerjakan tugas kuliah hingga skripsi saya, menemani saya kesana

kemari mengerjakan tugas kuliah, proposal sampai skripsi saya, dan menunggu saya berjam-jam ketika melakukan bimbingan di poskopi.

13. Kepada teman Psikocak saya Puput, Aisyah, Farah, Fira, Rifqah, Wardah, Chiko, dan amma yang telah membantu dan memberikan semangat dalam proses pengerjaan skripsi ini dan selama perkuliahan.

14. Kepada seluruh keluarga besar Fakultas Psikologi khususnya Angkatan 2019 yang telah membantu saya dalam pengerjaan skripsi ini dan meluangkan waktunya untuk menjawab pertanyaan peneliti selama perkuliahan, khususnya Devya, Nanda, Dixie, Indra, Puput, Aisyah dan seluruh teman seperbimbingan skripsi.

15. Kepada diri peneliti sendiri, Aisyah Nurul Suci. Terima kasih untuk selalu terus semangat dan berjuang, kamu hebat.

Hormat Peneliti



Aisyah Nurul Suci Abdullah

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN SAMPUL .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN .....	v
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
DAFTAR ISI .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS</b> .....	7
2.1 <i>Fear of Missing Out</i> .....	7
2.1.1 Pengertian <i>Fear of Missing Out</i> .....	7
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i> .....	8
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i> .....	9
2.1.4 Dampak Yang Ditimbulkan <i>Fear of Missing Out</i> .....	11
2.1.5 Pengukuran <i>Fear of Missing Out</i> .....	12
2.2 Remaja .....	13

2.2.1	Definisi Remaja .....	13
2.2.2	Karakteristik Remaja .....	14
2.2.3	Remaja Akhir .....	14
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>17</b>
3.1	Pendekatan Penelitian .....	17
3.2	Variabel Penelitian.....	17
3.3	Definisi Variabel.....	17
3.4	Populasi dan Sampel .....	18
3.5	Teknik Pengambilan Data .....	18
3.6	Uji Instrumen .....	20
3.7	Teknik Analisis Data .....	22
3.8	Prosedur Penelitian .....	22
<b>BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>23</b>
4.1	Hasil Analisis .....	23
4.1.1	Hasil Analisis Deskriptif Demografi .....	23
4.1.2	Hasil Analisis Deskriptif Variabel .....	28
4.1.3	Hasil Analisis Deskriptif Variabel Demografi.....	29
4.2	Pembahasan .....	35
4.2.1	Pembahasan Hasil Deskriptif Variabel .....	35
4.2.2	Limitasi Penelitian .....	42
<b>BAB V PENUTUP .....</b>		<b>43</b>
5.1.	Kesimpulan .....	43
5.2.	Saran.....	43
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>45</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>48</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint Skala Fear of Missing Out</i> .....	20
Tabel 3.2	Jadwal Penelitian .....	22
Tabel 4.1	Deskriptif Subjek berdasarkan Demografi .....	24
Tabel 4.2	Distribusi Skor <i>Fear of Missing Out</i> .....	28
Tabel 4.3	Kategorisasi Skor <i>Fear of Missing Out</i> .....	28





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Diagram Berdasarkan Jenis Kelamin .....	25
Gambar 4.2	Diagram Berdasarkan Usia.....	25
Gambar 4.3	Diagram Durasi Penggunaan Sosial Media .....	26
Gambar 4.4	Diagram Berdasarkan Jumlah Sosial Media.....	27
Gambar 4.5	Diagram Kategorisasi Skor <i>Fear of Missing Out</i> .....	29
Gambar 4.6	Deskriptif <i>Fear of Missing Out</i> Berdasarkan Jenis Kelamin....	30
Gambar 4.7	Deskriptif <i>Fear of Missing Out</i> Usia.....	32
Gambar 4.8	Deskriptif <i>Fear of Missing Out</i> Berdasarkan Durasi Penggunaan Sosmed .....	33
Gambar 4.9	Deskriptif <i>Fear of Missing Out</i> Berdasarkan Jumlah Sosial Media .....	34



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Skala Penelitian .....	48
Lampiran 2: Tabulasi Data.....	51
Lampiran 3: Hasil Uji Validitas .....	58
Lampiran 4: Hasil Uji Reliabilitas .....	60
Lampiran 5: Hasil Analisis Demografi .....	62
Lampiran 6: Hasil Analisis Variabel Berdasarkan Tingkat Skor.....	65



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Seiring berjalannya waktu, kegunaan internet dalam kehidupan masyarakat semakin penting serta mempengaruhi perkembangan teknologi dunia. Kebutuhan masyarakat akan internet semakin hari semakin meningkat dalam tahun ke tahun. Melalui perkembangan internet, pilihan komunikasi pun menjadi lebih beragam WhatsApp, Instagram, Line dan Tiktok. Kenaikan pengguna internet juga terjadi di Indonesia. Menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa internet Indonesia (APJII) Pengguna media sosial berkembang dari orang dewasa, menyebar ke orang tua, anak-anak, namun pengguna terbanyak adalah remaja. Hal ini dikarenakan remaja di Indonesia cenderung mengikuti gaya hidup terkini (Rabathy, 2018)

Pada masa remaja, manusia menunjukkan sifat aslinya karena belum mencapai status dewasa namun tidak juga disebut anak-anak. Hurlock (2011) menjelaskan bahwa Masa remaja merupakan transisi masa anak-anak ke masa dewasa yang dimulai dengan remaja awal (12-14 tahun), kemudian masa remaja tengah (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Studi yang dilakukan oleh Hootsuite (*We Are Social*) 2019 menunjukkan bahwa 150 juta orang Indonesia adalah pengguna media sosial aktif. Hasil survei ini juga menunjukkan Sebagian besar pengguna media sosial berusia antara 18-24 tahun dengan presentasi sebesar 33%. Salah satu kelompok yang berada rentang usia ini merupakan remaja. Remaja paling tertarik menggunakan

media sosial agar tetap menjalin hubungan dengan teman-teman, berbagi, serta membuat video, gambar, dan cerita.

Young (2011) mengatakan bahwa mereka yang tergolong media sosial berlebihan dapat menghabiskan waktu 40-80 jam dalam seminggu. Sementara itu, data dari *We are social Hootsuite* (2019) menunjukkan bahwa meningkatnya jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia menjadi 130 juta pengguna atau 48% dari jumlah penduduk Indonesia, pada Januari 2019. Data ini meningkat sebesar 20% dari data sebelumnya dan ada 150 juta orang menggunakan media sosial atau sekitar 56% dari penduduk Indonesia.

Setyowati (2020) menjelaskan bahwa pada awalnya media sosial dimanfaatkan oleh masyarakat umum hanya sebatas untuk menyambung silaturahmi antar teman, maupun keluarga yang sudah terpisah baik karena sekolah. Namun, seiring dengan berkembangnya fasilitas media sosial serta semakin banyaknya pengguna dari media sosial tersebut. Media sosial digunakan sebagai perantara untuk menyalurkan gagasan mereka kepada publik.

Media sosial memudahkan penggunaannya untuk bergabung, berbagi dan menciptakan peran dalam media. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan perantara antara individu dengan individu lainnya. Di dalam media sosial memungkinkan penggunaannya mempresentasikan diri, berinteraksi, bekerja sama, serta berkomunikasi dengan individu lainnya Mayfield (2008). Remaja menggunakan media sosial sebagai sumber informasi, dengan menggunakan media sosial remaja mempunyai kelompok

sosial sehingga tidak ketinggalan informasi yang sedang tren (Mahendra, 2017)

Hasil dari survey awal yang peneliti lakukan terhadap 19 remaja akhir. Ditemukan bahwa 16 orang merasa cemas dan gelisah ketika tidak menggunakan media sosial, sulit untuk lepas dari *smartphone* dan merasa takut ketinggalan informasi atau kegiatan di media sosial. Hal ini sesuai dengan aspek *Trait-FoMO*, yaitu munculnya perasaan dan ketakutan individu jika kehilangan informasi penting yang sedang dibicarakan di media sosial. Hal ini juga sesuai dengan aspek *State-FoMO*, yaitu munculnya perilaku individu terus menerus menggunakan media sosial agar terus terhubung dengan orang lain untuk mengatasi ketakutan akan ketinggalan informasi.

Di balik kegunaannya untuk mempermudah masyarakat dalam mengakses informasi dan berinteraksi dengan pengguna lain, penggunaan media sosial yang berlebih dan membuat ketagihan sehingga adanya ketakutan akan kehilangan sesuatu hal itu dapat menimbulkan dampak negatif. Sriwilai & Charoensuk mongkol (2016) Individu yang tidak dapat mengontrol perilakunya terhadap penggunaan media sosial mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas lain seperti bekerja atau belajar karena selalu ingin membuka media sosial sehingga memunculkan perilaku terus menerus mengecek *handphone*.

Ketakutan akan kehilangan serta adanya keinginan untuk terus terhubung dengan individu lain dan tidak dapat dipisahkan dari *handphone*, hal tersebut dalam ilmu Psikologi dikenal dengan istilah *Fear of Missing Out*. Wegmann,

Oberst, Stodt, & Branda (2017) mengemukakan bahwa *Fear of Missing Out* merupakan sesuatu yang lebih erat sehingga dapat mencerminkan kecenderungan pribadi tertentu, tetapi juga pemahaman khusus tentang ketakutan akan kehilangan momen yang terjadi secara *online*. Dalam pengertian ini orang dapat memikirkan *Fear of Missing Out* sebagai ciri karakteristik individu yang relatif dan ketakutan individu akan kehilangan sesuatu informasi maupun momen.

*Fear of Missing Out* berdampak pada banyak hal mulai dari suasana hati, sulit tidur dan kepuasan diri rendah. Przybylski, dkk (2013) menyatakan bahwa mereka yang *Fear of Missing Out* di media sosial justru merasa puas dengan kebutuhannya. Kecanduan media sosial dalam hal ini dapat menimbulkan rasa takut yang berbahaya dan menyebabkan seseorang berperilaku irasional untuk memuaskan ketakutannya akan *Fear of Missing Out*. Misalnya, seseorang tersebut terus memantau di media sosial meskipun saat sedang berkendara. Orang ini merasa bahwa dirinya tidak mampu lepas dari media sosial serta merasakan kegalauan ketika tidak dapat melihat berbagai aktivitas maupun informasi yang terbaru.

Dalam penelitian Abel (2016) terdapat dampak yang ditimbulkan dari *Fear of Missing Out* jika remaja tidak dapat melepaskan diri dari *smartphone*. *Fear of Missing Out* tidak hanya khawatir ketika dia tidak memeriksa akun media sosialnya. Selain itu ia mengutamakan komunikasi dengan teman-temannya di media sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas, diketahui bahwa fenomena *Fear of Missing Out* saat ini banyak terjadi di kalangan remaja khususnya remaja akhir sehingga dapat diasumsikan bahwa media sosial akan mempermudah pengguna mengakses tentang berbagai informasi, percakapan di media sosial yang mengakibatkan pengguna mengalami *Fear of Missing Out*. Dari fenomena yang dipaparkan diatas maka peneliti mengambil sebuah judul “*Fear of Missing Out* pada Remaja akhir di Kota Makassar.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Bagaimanakah gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja akhir di Kota Makassar?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun dari tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja akhir di Kota Makassar

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil Penelitian diharapkan dapat menambah ilmu dan pengetahuan mengenai Psikologi, terkhusus bidang Psikologi sosial yang membahas mengenai Gambaran *Fear of Missing Out*

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Penelitian ini mampu memberi informasi kepada remaja mengenai *Fear of Missing Out (FoMO)*

- b. Bagi peneliti, melalui penelitian ini dapat menambah wawasan dan menambah pengetahuan mengenai *Fear of Missing Out (FoMO)* serta peneliti mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-harinya.
- c. Peneliti ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam meneliti terkait *Fear of Missing Out (FoMO)*





## BAB II

### TINJAUAN TEORITIS

#### 2.1 *Fear of Missing Out*

##### 2.1.1 Pengertian *Fear of Missing Out (FoMO)*

Wegmann, et al. (2017) berpendapat bahwa *Fear of Missing Out* merupakan sesuatu yang mencerminkan kecenderungan pribadi individu dan pemahaman khusus tentang ketakutan akan kehilangan momen yang terjadi secara online. Dalam pengertian ini orang memikirkan *Fear of Missing Out* sebagai ciri karakteristik individu yang relatif dan ketakutan individu akan kehilangan.

Przybylski, et al. (2013) menjelaskan bahwa *Fear of Missing Out* merupakan rasa khawatir ketika individu lain memiliki aktivitas yang lebih memuaskan sehingga muncul dorongan agar tetap terhubung dengan aktivitas orang lain. *Fear of Missing Out* merupakan suatu keadaan dimana seseorang yang mengalami kegelisahan setelah melihat rekan-rekannya melakukan hal yang seru di media sosial dan adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan media sosial.

Abel, et al. (2016) menjelaskan bahwa *Fear of Missing Out* keinginan kuat untuk berada dalam lebih satu waktu yang muncul dari rasa ketakutan akan kehilangan sesuatu, sehingga media sosial menjadi wadah yang dapat ditempatkan sebagai suatu sumber kebahagiaan seseorang, khususnya dalam hal ikut merasakan setiap momen yang dialami oleh orang lain dari hasil informasi yang didapatkan.

Berdasarkan beberapa definisi *Fear of Missing Out* yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *Fear of Missing Out* adalah individu yang mengalami rasa takut ketika kehilangan momen, informasi yang berharga tentang orang lain atau kelompok lain sehingga adanya keinginan besar agar terus dapat terkoneksi pada apapun yang dilakukan orang lain di media sosial.

### **2.1.2 Aspek *Fear of Missing Out* (FoMO)**

Wegmann, Oberst, Stodt, & Branda (2017) berpendapat bahwa *Fear of Missing Out* merupakan konstruk yang multidimensional, terdapat dua dimensi yaitu;

#### **1. *Trait-FoMO***

*Trait-FoMO* munculnya perasaan dan ketakutan individu jika kehilangan informasi penting yang sedang dibicarakan orang lain. Media sosial menyediakan penggunanya menerima informasi dan terus terhubung dengan pengguna lain, hal tersebut dapat membuat individu cenderung merasa cemas karena ketinggalan informasi penting.

*Trait-FoMO* didefinisikan sebagai sifat internal dari proses sadar diri menggunakan Internet yang membangkitkan emosi tertentu ketika meninggalkan informasi atau komunikasi dengan orang lain. Kondisi *Trait-FoMO* mengacu pada kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi untuk hubungan, seperti yang

ditunjukkan oleh keinginan seseorang untuk merasa terhubung dengan orang lain.

## 2. *State-FoMO*

*State-FoMo* munculnya perilaku individu agar selalu terhubung dengan orang lain dan selalu ingin mengetahui informasi terbaru, sehingga individu tersebut terus menggunakan media sosial untuk mengatasi ketakutan mereka akan agar tidak terputusnya hubungan dengan individu lain.

Risdayanti, dkk. (2019) menjelaskan bahwa *state-FoMO* lebih cenderung dengan munculnya perlakuan atau perasaan yang umumnya mungkin terjadi pada orang lain dan bersifat sementara seperti kesepian, depresi atau kecemasan sosial.

### 2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi *Fear of Missing Out (FoMO)*

#### a. Usia

Reer, et al. (2019) dan Tomczyk (2018) mengatakan bahwa hasil dari penelitiannya terdapat anggota dengan usia lebih muda menunjukkan tingkat *Fear of Missing Out* lebih tinggi daripada yang lebih tua. Hal itu terjadi karena pada usia remaja seseorang lebih tertarik terhadap hal-hal yang berguna untuk memperoleh penerimaan dalam kelompok serta penghargaan diri oleh teman kelompok sosialnya.

Fuster (2017) menunjukkan bahwa penggunaan jejaring sosial pada ponsel menghadirkan perilaku adiktif dan sangat berkorelasi

dengan *Fear of Missing Out*. Dari hasil penelitian ini, sebanyak 7,6% terjadi pada remaja yang lahir pada tahun 2000-2001.

b. Jenis Kelamin

Sianipar dan Kaloeti (2019) berpendapat bahwa laki-laki memiliki level *fear of missing out* yang lebih rendah dibandingkan perempuan. Beyens, *et, al* (2016) sejalan dengan hasil penelitian ini, bahwa perempuan memiliki level *Fear of Missing Out* yang lebih tinggi. Perempuan cenderung memiliki kebutuhan yang tinggi untuk diterima dan merasa diakui di suatu kelompok serta rentan terhadap stress ketika tidak populer khususnya di media sosial.

c. *Relatedness, autonomy, dan competence*

Przybylski et al. (2013) mengungkapkan bahwa *relatedness* atau keinginan untuk berhubungan dengan orang lain adalah kebutuhan seseorang untuk merasakan perasaan tergabung, terhubung, dan kebersamaan dengan orang lain. Individu yang memiliki circle pertemanan cenderung memiliki level *Fear of Missing Out* yang tinggi. Przybylski et al. (2013) dalam penelitiannya menemukan bahwa terdapat pengaruh kepuasan kebutuhan dasar psikologis atau terhadap *Fear of Missing Out*.

Ryan dan Deci (2000) menyatakan pemenuhan kebutuhan dasar psikologis merupakan mekanisme motivasi yang menggerakkan manusia dalam berperilaku. Kebutuhan tersebut adalah kebutuhan *relatedness, autonomy, dan competence*.

#### d. Keterbukaan Informasi di Media Sosial

Media sosial, gadget dan fitur pemberitahuan lokasi menjadikan kehidupan saat ini semakin terbuka dengan cara menampilkan apa yang sedang terjadi saat ini. Media sosial terus dipenuhi dengan pembaharuan informasi yang *real-time*, percakapan terbaru dan gambar atau video terkini. Keterbukaan informasi saat ini mengubah budaya masyarakat yang bersifat privasi menjadi yang lebih terbuka.

Rasa takut ketinggalan informasi muncul ketika individu menggunakan media sosial, sehingga *Fear of Missing Out* bagian dari dampak yang ditimbulkan dari aktivitas menggunakan media sosial. Stead dan Bibby (2017) berpendapat bahwa menggunakan media sosial dapat mempengaruhi munculnya *Fear of Missing Out*.

#### 2.1.4 Dampak *Fear of Missing Out*

##### a. Suasana Hati

Przybylski, et al. (2013) menemukan bahwa tingginya *Fear of Missing Out* berkaitan pada suasana hati serta kepuasan diri yang rendah pada kebutuhan dasar psikologis individu dalam hal otonomi, kompetensi, serta relasi. Hal tersebut individu merasa kurang mampu untuk mengendalikan rasa cemas, serta ketakutan kehilangan sesuatu di dalam dirinya. Sehingga dampak yang ditimbulkan berkaitan dengan ketidakmampuan dalam perilaku dan emosi.

### 3. Kesulitan tidur

*Fear of Missing Out* membuat individu merasa terikat dengan media sosial. *Fear of Missing Out* membuat individu menjadi kesulitan tidur (Adams et al., 2020). Hal ini dikarenakan individu merasa cemas ketika melewatkan waktu untuk membuka media sosial dan orang lain akan memiliki pengalaman yang lebih berharga dibanding dirinya sendiri, sehingga individu merasa selalu ingin terkoneksi dengan media sosialnya.

### 4. Kepuasan Hidup

Daravit (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepuasan hidup dengan *Fear of Missing Out*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepuasan hidup seseorang maka semakin rendah *Fear of Missing Out* dan sebaliknya semakin rendah tingkat kepuasan hidup seseorang maka semakin tinggi *Fear of Missing Out*.

#### 2.1.5 Pengukuran *Fear of Missing Out* (FoMO)

##### a. *Fear of Missing Out scale* Przybylski (2013)

Terdiri dari 10 item dengan *Cronbach's Alpha* berkisar antara 0,87-0.90 kemudian skala ini disesuaikan oleh peneliti. Skala ini didasarkan pada model skala *likert* dengan lima poin, yaitu 1=sangat sesuai, 2=sesuai, 3=netral, 4=tidak sesuai, dan 5=sangat tidak sesuai.

b. *Fear of Missing Out Scale* Abel (2016)

Terdiri dari 10 item yang dibagi ke dalam tiga dimensi, yaitu *sense of self* ( $\alpha=0.88$ ), *social interaction* ( $\alpha=0.69$ ), dan *social anxiety* ( $\alpha=0.85$ ). Skala ini menggunakan skala *likert* dengan delapan pilihan jawaban, yaitu 1 untuk tidak pernah dan 8 sering sekali.

c. *Fear of Missing Out Scale* yang disusun oleh Wegmann (2017)

Terdiri dari 12 item yang terbagi ke dalam dua dimensi, yaitu *trait-FoMO* ( $\alpha=0.75$ ) dan *state-FoMO* ( $\alpha=0.82$ ). Skala ini menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban, yaitu 1 (tidak pernah), 2 (Jarang), 3 (kadang-kadang), 4 (sering), 5 (selalu).

## 2.2 Remaja

### 2.2.1 Definisi Remaja

*Adolescence* atau remaja berasal dari Bahasa latin artinya tumbuh menjadi dewasa. Santrock (2007) mengemukakan bahwa masa remaja merupakan fase perkembangan transisi masa kanak-kanak ke dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, maupun sosialnya. Istilah remaja memiliki arti yang lebih luas yang mencakup kematangan fisik, mental, emosional maupun sosial. Masa remaja jelas menunjukkan sifat transisinya, karena remaja belum mencapai status dewasa dan tidak menginginkan terus status kekanak-kanakan. Bahkan perubahan fisik yang terjadi merupakan gejala utama perkembangan remaja. Perubahan mental terjadi misalnya sebagai akibat dari perubahan fisik.

Hurlock (1980) membagi masa remaja menjadi dua bagian, yaitu masa remaja awal dan masa remaja akhir. Awal masa remaja bermula dari usia 13-16 tahun dan akhir masa remaja bermula dari usia 17-21 tahun, yang dimana usia yang dianggap matang secara hukum. Menurutnya, masa remaja merupakan di mana anak menyetarakan usianya dengan tingkat orang yang lebih tua.

### **2.2.2 Karakteristik Remaja**

Santrock (2003) Karakteristik remaja yang paling penting adalah pertumbuhan fisik yang cepat, rasa percaya diri yang tinggi dan selalu tertarik mencoba hal yang baru. Remaja bukan akhir dari pembentukan kepribadian, tetapi merupakan salah satu proses pembentukan kepribadian. Remaja menghabiskan banyak waktu dengan teman sebayanya selain itu remaja juga mulai dikenal oleh orang-orang karena remaja sangat terbuka terhadap ide-ide baru.

### **2.2.3 Remaja Akhir**

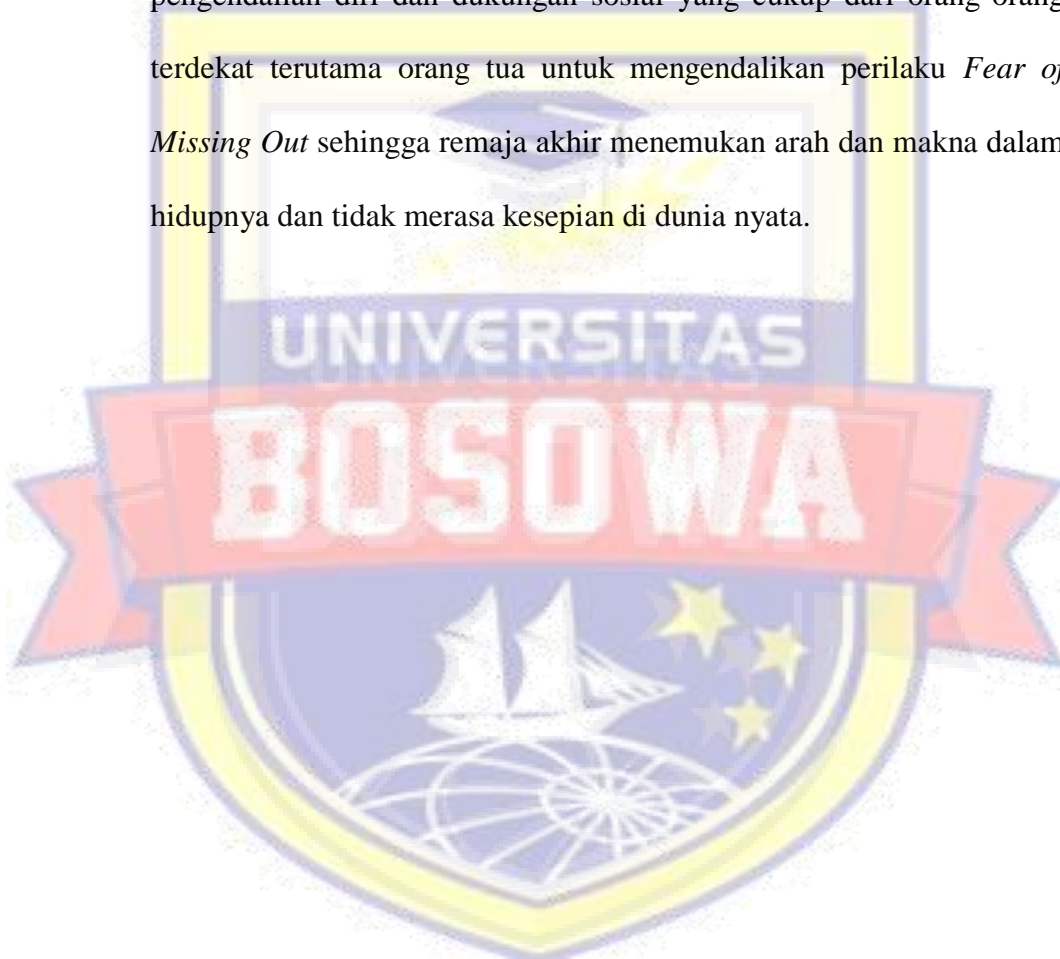
Menurut teori Monks et al (dalam Anggaraiy & Maddusa, 2021) menempatkan remaja akhir dalam kategori Sebagian besar pengguna media sosial. Kebanyakan, remaja akhir adalah anak yang sedang menempuh Pendidikan akhir sekolah menengah atas atau siswa berusia antara 18-21 tahun. Pada tahap tersebut, individu mulai memahami arah dan tujuan hidupnya secara mantap. Sehingga kebanyakan remaja akhir biasanya tidak membentuk hubungan yang harmonis dengan orang lain, awal dari kedewasaan emosional, yang mendefinisikan nilai



kebenaran dan kebaikan hingga memenuhi tuntutan lingkungan untuk memainkan peran-peran premature (Ahyani & Astuti, 2018). Dalam konteks sosial, remaja berusaha menciptakan citra yang diinginkan dengan cara yang berbeda-beda. Selain itu, menurut Carolina dan Mahestu (2020), remaja merasa lebih dihargai oleh orang lain karena adanya proses penghargaan dua arah yang dapat meningkatkan keberanian dan membangkitkan minat lebih terhadap orang lain.

Media sosial menjadi salah satu tantangan besar bagian remaja akhir dalam menghadapi tugas perkembangan. Subrahmanyam & Smahel (2011), idealnya penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak positif bagi remaja terutama secara kognitif dan emosional. Hal ini sesuai dengan penelitian Fajrin dan Khaeran (2014) yang menyatakan bahwa remaja akhir idealnya mulai menunjukkan kematangan pemikiran, sikap dan perilaku terutama dalam menghadapi kondisi lingkungan. Namun, kondisi di lapangan masih belum seperti yang dijelaskan di atas. Emosi negatif masih sering muncul belakangan dalam penggunaan media sosial remaja, terutama pada perilaku *Fear of Missing Out*. Ada pemicu perilaku *Fear of Missing Out* ketika anak muda merasakan hubungan yang kurang intens secara langsung dengan teman sebayanya. Remaja menggunakan media sosial karena mereka mendapatkan keinginan untuk mengetahui berbagai aktivitas temannya tanpa melakukan kontak langsung.

Ketika remaja merasa membutuhkan informasi, mereka cenderung merasa cemas dan khawatir. Ini dibantu oleh proses keterlibatan peran sosial, yang mengingatkan seseorang kepada temannya ketika mereka tidak berada di tempat yang sama. Oleh karena itu diperlukan pengendalian diri dan dukungan sosial yang cukup dari orang-orang terdekat terutama orang tua untuk mengendalikan perilaku *Fear of Missing Out* sehingga remaja akhir menemukan arah dan makna dalam hidupnya dan tidak merasa kesepian di dunia nyata.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Penelitian kuantitatif deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk melihat gambaran dari suatu fenomena yang ada dan hanya mendeskripsikan kondisi yang terjadi tanpa melihat hubungan atau perbedaan antar variabel (Periantolo, 2016). Data kuantitatif diperoleh dengan menghitung skor berdasarkan tanggapan responden terhadap skala *Fear of Missing Out*. Adapun metode kuantitatif pada penelitian ini menggunakan Teknik *non probability* pendekatan karena subjek peneliti tersebut menggunakan kriteria khusus untuk meneliti.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Sugiyono (2018) menyatakan bahwa variabel penelitian adalah sesuatu yang peneliti pilih seperti atribut atau nilai dari individu untuk diselidiki dan ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini terdapat satu jenis yaitu *Fear of Missing Out*.

#### **3.3 Definisi Variabel**

##### **3.3.1 Definisi Konseptual**

Wegmann (2017) menyebut *Fear of Missing Out* sebagai rasa takut kehilangan yang menimbulkan perasaan cemas karena adanya dorongan melalui insting untuk menggunakan internet terutama pada saat sedang *offline*. Hal itu akan membuat seseorang cenderung merasa kesepian, depresi maupun kecemasan sosial.

### 3.3.2 Definisi Operasional

*Fear of Missing Out* yang dimaksud dalam penelitian ini ketakutan akan kehilangan momen berharga atau tidak ikut serta dalam aktivitas di media sosial, umumnya orang yang mengalami kondisi seperti itu merasa tidak nyaman dan cemas ketika tidak mengikuti tren di media sosial sehingga orang tersebut terus-menerus membuka media sosialnya.

## 3.4 Populasi dan Sampel

### 3.4.1 Populasi

Populasi adalah generalisasi yang berfokus pada suatu organisasi atau sub kelompok dengan karakteristik dan kualitas yang penting bagi kemampuan individu untuk memahami pengetahuan Sugiyono (2019). Sehingga penelitian ini melibatkan kelompok populasi yaitu remaja akhir laki-laki dan perempuan berdomisili di Kota Makassar berusia 17-21 tahun.

### 3.4.2 Sampel

Sampel adalah gambaran dari populasi, oleh karena itu sampel yang baik sangat bergantung pada ciri-ciri dan karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasinya (Azwar, 2017). Adapun penelitian ini peneliti tidak mengetahui secara akurat jumlah sampel, maka peneliti menentukan sampel menggunakan dengan tabel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael dengan rumus  $S = \frac{\lambda^2 N.P.Q}{d^2 (N-1)\lambda^2 P.Q}$  dengan taraf

kesalahan 5% dengan jumlah populasi tidak terhingga maka didapatkan minimal sampel 349 responden.

### 3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Pada penelitian ini Teknik pengambilan sampling yang digunakan yaitu, *Non Probability Sampling*. *Non Probability Sampling* merupakan Teknik pengambilan sampel yang anggota populasinya tidak memiliki peluang yang sama untuk menjadi anggota sampel atau dengan kata apabila besarnya peluang subjek yang terpilih tidak diketahui. Pengambilan sampel. Pengambilan sampel dalam *nonprobability sampling* menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu berfokus pada tujuan tertentu, serta adanya keterbatasan waktu, tenaga, dan materiil yang tidak dapat mengambil sampel dalam jumlah besar, namun tetap mewakili populasi (Arikunto, 2002).

Berikut karakteristik subjek dalam penelitian ini:

- a. Remaja akhir di kota Makassar
- b. Berusia 17-21 tahun
- c. Menggunakan media sosial aktif (*instagram, whatsapp, twitter, line, tiktok, youtube*)

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Azwar (2017) teknik pengumpulan data merupakan model instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu skala. Skala merupakan suatu alat ukur yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang disusun berdasarkan variabel psikologi untuk mengungkapkan sikap individu.

### 3.5.1 Skala *Fear of Missing Out (FoMO)*

Skala *Fear of Missing Out* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang dimodifikasi oleh peneliti sebelumnya Siregar (2022). Skala ini meninjau teori dari Wegmann *et al* (2017) yang sesuai dengan subjek penelitian. Format skala yang digunakan adalah format *likert* terdiri dari dua aspek yaitu, *Trait-FoMO* dan *State-FoMO*. Skala ini berjumlah 12 item dengan 5 penilaian; 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (kadang-kadang), 4 (sering), 5 (selalu). Berikut *blueprint* dari Skala *Fear of Missing Out*.

Tabel 3.1 *Blueprint Skala Fear of Missing Out*

No	Aspek	Indikator	No Item	Jumlah
1	<i>Trait-FoMO</i>	Takut, cemas, khawatir ketika ketinggalan pengalaman atau peristiwa yang dialami orang lain lebih menarik dari diri sendiri.	6,7,8, 10,12	5
2	<i>State-FoMO</i>	Berusaha untuk tetap aktual/update akan informasi yang dianggap penting.	1, 2, 4, 5, 9	5
		Berusaha untuk tetap terhubung dengan membagikan aktivitas atau aktivitas orang lain secara online	3, 11	2
<b>Total</b>			<b>12</b>	<b>12</b>

## 3.6 Uji Instrumen

### 3.6.1 Uji Validitas

Azwar (2017) menjelaskan bahwa validitas merupakan sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Alat ukur memiliki validitas yang tinggi apabila

menghasilkan data yang secara akurat mampu memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur atau sesuai dengan tujuan pengukuran. Modifikasi skala yang dilakukan pada variabel *Fear of Missing Out* berdasarkan alat ukur yang dimodifikasi Siregar (2022) teori dari Wegmann et al (2017). Berdasarkan hasil uji reliabilitas variabel *Fear of Missing Out* dengan jumlah 12 aitem diperoleh nilai koefisien alpha sebesar 0.833

### 3.6.2 Validitas Konstruk

Validitas konstruk bermaksud untuk menunjukkan suatu hasil pengukuran yang didapatkan dari item-item alat ukur memiliki hubungan dengan teori yang mendasari penyusunan alat ukur (Azwar, 2017). Di dalam penelitian ini menggunakan analisis faktor *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Dalam proses menguji validitas konstruk analisis CFA dilakukan untuk mengetahui valid atau tidaknya suatu item dan harus sesuai (fit) dengan model teoritis alat ukur tersebut. Model dianggap fit apabila memenuhi kriteria yaitu nilai *p-value* lebih dari 0,05 dan nilai RMSEA kurang dari 0,05 dan nilai *factor loading* positif dan nilai *T-value* lebih dari 1,96.

### 3.6.3 Uji Reliabilitas

Azwar (2017) uji reliabilitas digunakan untuk mengukur sejauh mana konsistensi alat ukur. Pengujian reliabilitas alat ukur dilakukan dengan teknik *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *SPSS Statistics*. Nilai reliabilitas bergerak dari 0-1, sehingga dikatakan memiliki

reliabilitas tinggi jika mendekati satu dan memiliki reliabilitas rendah jika mendekati nol. Alat ukur *Fear of Missing Out* memperoleh nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0.833 untuk 12 item yang diujicobakan.

### 3.7 Teknik Analisis Data

Penelitian ini digunakan untuk melihat gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja akhir. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik analisis deskriptif yang dilakukan untuk menjelaskan secara sistematis dan akurat suatu fakta atau karakteristik dari populasi penelitian (Azwar, 2017). Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran tentang data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis (Azwar, 2017).

### 3.8 Prosedur Penelitian

Berikut dibawah ini merupakan jadwal perencanaan untuk penelitian ini, yaitu:

Tabel 3.2 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Februari	Maret	April	Mei	Juni	Juli
Penyusunan Proposal						
Penyusunan Instrumen						
Pengambilan Data						
Pengolahan Data						
Penyusunan Laporan Penelitian						



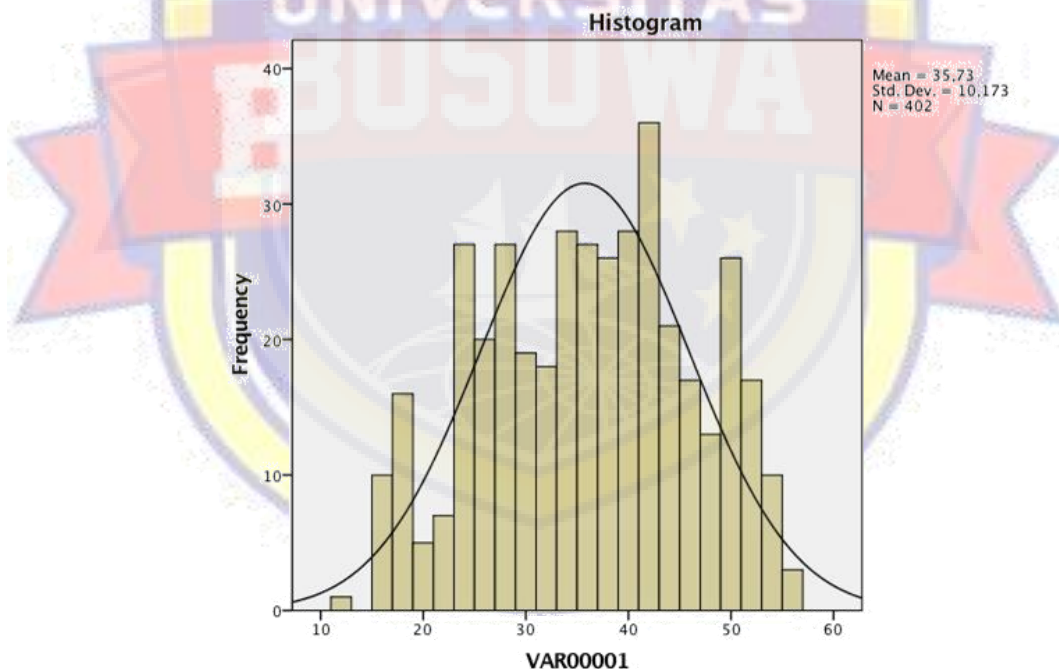
## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Analisis

##### 4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Distribusi Data

Analisis deskriptif distribusi data dengan tujuan menginterpretasikan data penelitian. Kemudian analisis ini dilakukan dengan menggunakan SPSS *statistic*. Berdasarkan bentuk kurva dibawah ini menunjukkan bahwa telah terdistribusi normal dengan nilai rata-rata (mean) dari ketebalan garis ekor skwiness berada pada rentang.

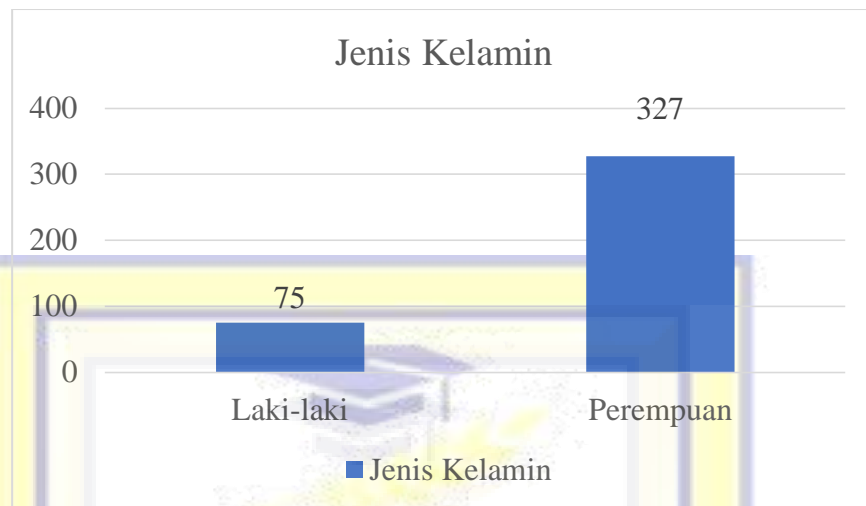


Responden dalam penelitian ini merupakan remaja akhir di Kota Makassar yang berjumlah 402 remaja akhir dengan usia 17 hingga 21 tahun yang dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin, usia, durasi penggunaan media sosial, jumlah media sosial yang digunakan.

Tabel 4.1 Deskriptif Subjek Berdasarkan Demografi

Demografi	Responden	Frekuensi	Persentase
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	75	18.7%
	Perempuan	327	81.3%
<b>Usia</b>	17 tahun	20	5.0%
	18 tahun	61	15.2%
	19 tahun	97	24.1%
	20 tahun	92	22.9%
	21 tahun	132	32.8%
<b>Durasi Penggunaan media sosial</b>	<4 jam sehari	58	14.4%
	4-6 jam sehari	198	49.3%
	7-10 jam sehari	146	36.3%
<b>Jumlah media sosial yang digunakan</b>	<i>WhatsApp</i>	31	7.7%
	<i>WhatsApp dan Instagram</i>	23	5.7%
	<i>WhatsApp, Instagram, dan TikTok</i>	148	36.8%
	<i>WhatsApp, Instagram, Line dan TikTok</i>	96	23.9%
	<i>WhatsApp, Instagram, Twitter, TikTok, dan YouTube</i>	49	12.2%
	<i>WhatsApp, Instagram, Line, Twitter, TikTok dan YouTube</i>	54	13.4%

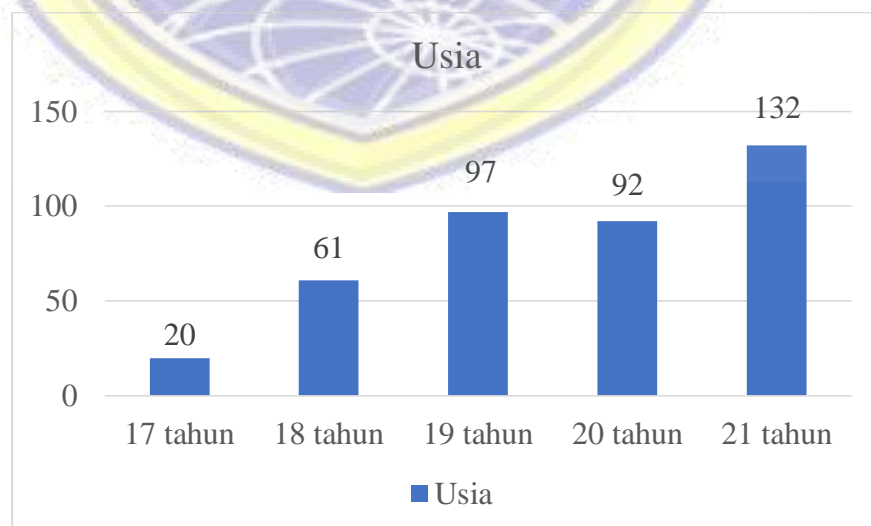
### a. Jenis Kelamin



Gambar 4.1 Diagram Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil analisis data diagram terdapat 402 Remaja di Kota Makassar, menunjukkan bahwa terdapat responden laki-laki sebanyak 75 orang (18.7%) dan responden perempuan sebanyak 327 (81.3%). Jadi subjek berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan subjek yang berjenis kelamin laki-laki.

### b. Usia



Gambar 4.2 Diagram Berdasarkan Usia

Dalam penelitian ini responden memiliki usia yang beragam dari 17-21 tahun. Responden dengan usia 17 tahun sebanyak 20 orang (5.0%), responden dengan usia 18 tahun sebanyak 61 orang (15.2%), responden dengan usia 19 tahun sebanyak 97 orang (24.1%), responden dengan usia 20 tahun sebanyak 92 orang (22.9%), dan responden dengan usia 21 tahun sebanyak 132 orang (32.8%).

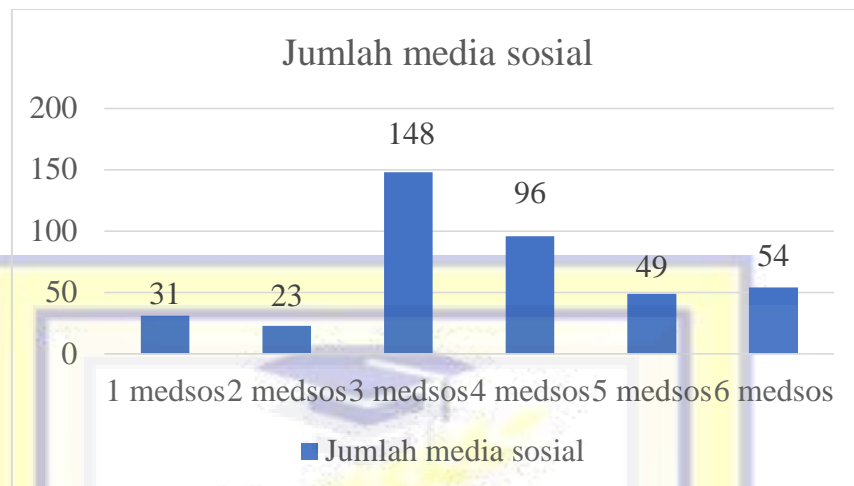
### c. Durasi Penggunaan Media Sosial



Gambar 4.3 Diagram Durasi Penggunaan media sosial

Dalam penelitian ini responden dikelompokkan berdasarkan durasi penggunaan media sosial yang terbagi menjadi tiga yaitu <4 jam sehari, 4-6 jam sehari, dan 7-10 jam sehari. Responden yang menggunakan media sosial <4 jam sehari sebanyak 58 orang (14.4%), responden yang menggunakan media sosial 4-6 jam sehari sebanyak 198 orang (49.3%), dan responden yang menggunakan media sosial 7-10 jam sehari sebanyak 146 orang (36.3%).

#### d. Jumlah Media sosial



Gambar 4.4 Diagram berdasarkan Jumlah media sosial

Dalam penelitian ini responden dikelompokkan berdasarkan jumlah media sosial dikelompokkan berdasarkan jumlah media sosial yang digunakan diantaranya adalah *WhatsApp, Instagram, Line, Twitter, TikTok, dan YouTube* yang digunakan terbagi atas enam yaitu, pengguna 1 media sosial, pengguna 2 media sosial, pengguna 3 media sosial, pengguna 4 media sosial, pengguna 5 media sosial, dan pengguna 6 media sosial. Responden yang menggunakan 1 media sosial berjumlah 31 orang (7.7%), responden yang menggunakan 2 media sosial berjumlah 23 orang (5.7%), responden yang menggunakan 3 media sosial berjumlah 148 orang (36.8%), responden yang menggunakan 4 media sosial berjumlah 96 orang (23.9%), responden yang menggunakan 5 media sosial berjumlah 49 orang (12.2%), responden yang menggunakan 6 media sosial berjumlah 54 orang (13.4%).

#### 4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif variabel bertujuan untuk menggambarkan data variabel dari responden penelitian berdasarkan distribusi skor variabel. Nilai distribusi kemudian akan digunakan sebagai dasar untuk menentukan lima kategorisasi skor diantaranya tinggi, sedang, rendah. Deskriptif tingkat skor akan disajikan pada tabel berikut.

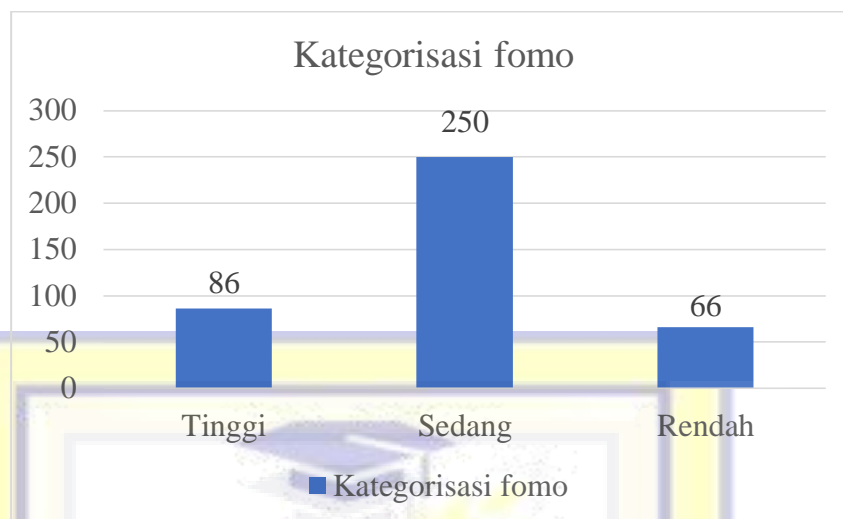
Tabel 4.2 Distribusi Skor *Fear of Missing Out*

N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation	Std. Error
402	12	56	35.73	10.173	0.5072

Berdasarkan tabel analisis data variabel *Fear of Missing Out* terhadap 402 remaja akhir di Kota Makassar diperoleh hasil bahwa nilai mean sebesar 35.73, nilai standar deviasi sebesar 10.173, nilai maksimum sebesar 56, dan nilai minimum sebesar 12.

Tabel 4.3 Kategorisasi Skor *Fear of Missing Out*

Batas Kategorisasi	Interval	frekuensi	Ket
$X > \bar{X} + 1 \text{ SD}$	$X > 45.903$	86	Tinggi
$\bar{X} - 1 \text{ SD} < X \leq \bar{X} + 1 \text{ SD}$	$25.557 < X \leq 45.903$	250	Sedang
$X < \bar{X} - 1 \text{ SD}$	$X < 25.557$	66	Rendah



Gambar 4.5 Diagram skor *Fear of Missing Out*

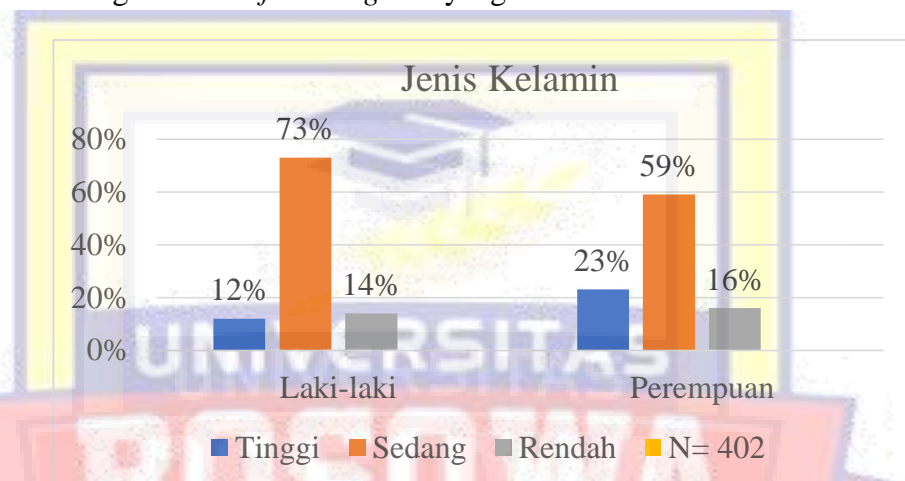
Berdasarkan hasil data diagram diatas, didapatkan bahwa terdapat 86 remaja akhir (21.4%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Tinggi, terdapat 250 remaja akhir (62.2%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Sedang, dan terdapat 66 remaja akhir (16.4%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Rendah.

#### 4.1.3 Hasil Analisis Deskriptif *Fear of Missing Out* Berdasarkan Demografi

##### a. Deskriptif *Fear of Missing Out* Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil yaitu responden yang berjenis kelamin laki-laki terdapat 9 remaja akhir (12%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang tinggi, 55 remaja akhir (73%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 11 remaja akhir (14%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* rendah.

Pada responden yang berjenis kelamin perempuan diperoleh hasil yaitu 77 remaja akhir (23%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang tinggi, 195 remaja akhir (59%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 55 remaja akhir (16%) dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang rendah.



Gambar 4.6 Diagram *Fear of Missing Out* Berdasarkan Jenis kelamin

#### b. Deskriptif *Fear of Missing Out* Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan usia diperoleh hasil diantaranya responden yang berusia 17 tahun terdapat 6 remaja akhir (3%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 13 remaja akhir (65%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 1 remaja akhir (5%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi.

Pada responden yang berusia 18 tahun terdapat 5 remaja akhir (8%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 51

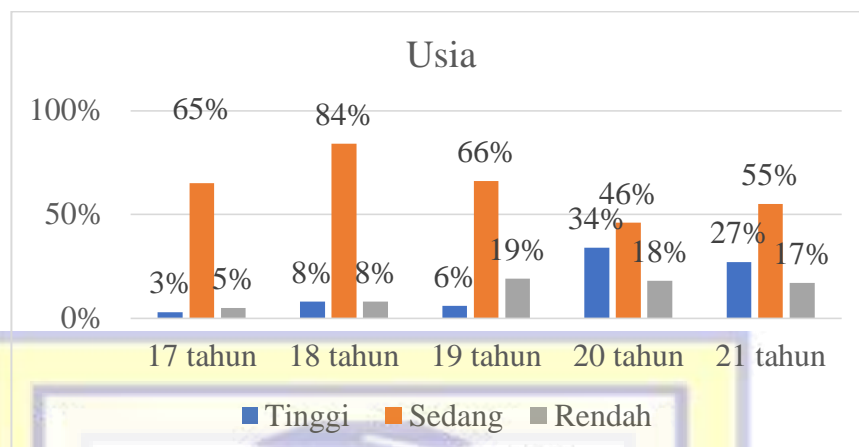


remaja akhir (84%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 5 remaja akhir (8%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 19 tahun terdapat 7 remaja akhir (6%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 70 remaja akhir (66%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 20 remaja akhir (19%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 20 tahun terdapat 32 orang (34%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 43 remaja akhir (46%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 17 remaja akhir (18%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 21 tahun terdapat 36 remaja akhir (27%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 73 remaja akhir (55%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 23 remaja akhir (17%) berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.



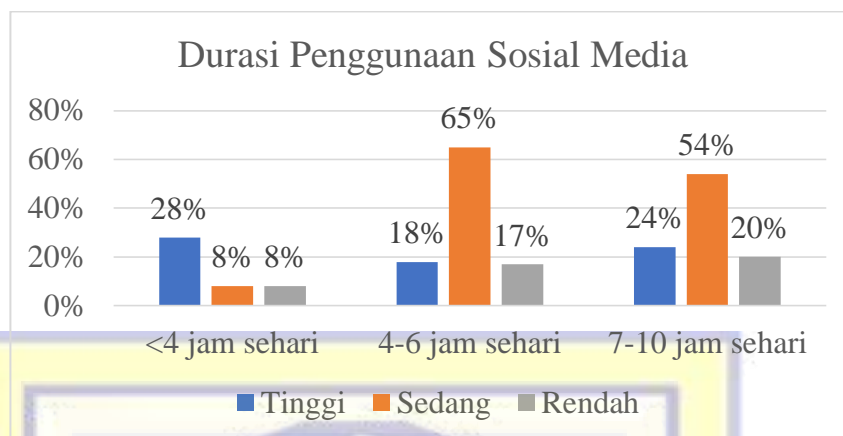
Gambar 4.7 Diagram *Fear of Missing Out* berdasarkan Usia

### c. Deskriptif *Fear of Missing Out* Berdasarkan Durasi Penggunaan Sosial Media

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan Durasi Penggunaan Sosial Media diperoleh hasil diantaranya responden yang menggunakan sosial media dengan durasi <4jam sehari terdapat 14 remaja akhir (28%) dengan tingkat tinggi, 40 remaja akhir (8%) dengan tingkat sedang, dan 4 remaja akhir (8%) dengan tingkat rendah.

Pada responden yang menggunakan sosial media dengan durasi 4-6 jam sehari terdapat 36 remaja akhir (18%) dengan tingkat tinggi, 130 remaja akhir (65%) dengan tingkat sedang, dan 32 remaja akhir (17%) dengan tingkat rendah.

Pada responden yang menggunakan sosial media dengan durasi 7-10 jam sehari terdapat 36 remaja akhir (24%) dengan tingkat tinggi, 80 orang (54%) dengan tingkat sedang, dan 30 remaja akhir (20%) dengan tingkat rendah.



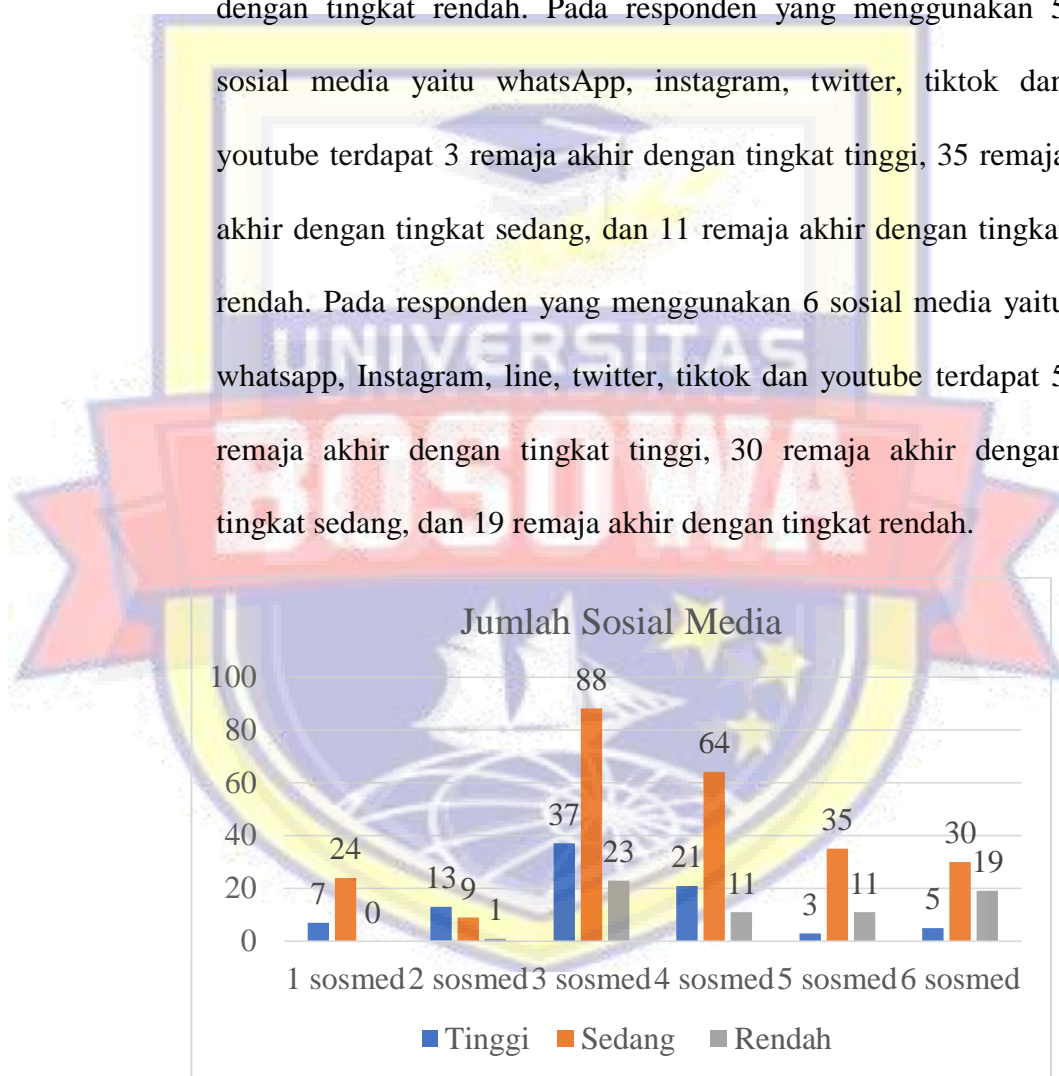
Gambar 4.8 Diagram *Fear of Missing Out* Berdasarkan Durasi Penggunaan Sosial Media

#### d. Deskriptif *Fear of Missing Out* Berdasarkan Jumlah Sosial media

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar dikelompokkan berdasarkan jumlah sosial media yang digunakan diantaranya adalah *whatsApp*, *instagram*, *line*, *twitter*, *tikTok*, dan *youTube* hasil diantaranya responden yang menggunakan 1 sosial media yaitu *whatsApp* terdapat 7 orang dengan tingkat tinggi, 24 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan tidak terdapat remaja akhir pada kategori rendah.

Pada responden yang menggunakan 2 sosial media yaitu *whatsApp* dan *instagram* terdapat 13 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 9 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 1 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 3 sosial media yaitu *whatsApp*, *instagram* dan *tikTok* terdapat 37 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 88 remaja akhir dengan

tingkat sedang, dan 23 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 4 sosial media yaitu whatsApp, instagram, tiktok, youtube terdapat 21 orang dengan tingkat tinggi, 64 orang dengan tingkat sedang, dan 11 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 5 sosial media yaitu whatsApp, instagram, twitter, tiktok dan youtube terdapat 3 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 35 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 11 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 6 sosial media yaitu whatsapp, Instagram, line, twitter, tiktok dan youtube terdapat 5 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 30 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 19 remaja akhir dengan tingkat rendah.



Gambar 4.9 Diagram *Fear of Missing Out* Berdasarkan Jumlah Sosial Media

## 4.2 Pembahasan

### 4.2.1 Gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja Akhir di Kota Makassar

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, hasil yang diperoleh dari jumlah responden sebanyak 402 remaja akhir, terdapat tiga kategorisasi yaitu Tinggi, Sedang, Rendah. Adapun pada kategori tersebut yang berdasarkan hasil data diagram diatas, didapatkan bahwa terdapat 86 remaja akhir (21.4%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Tinggi, terdapat 250 remaja akhir (62.2%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Sedang, dan terdapat 66 remaja akhir (16.4%) memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang Rendah.

Berdasarkan hasil demografi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil yaitu responden yang berjenis kelamin laki-laki terdapat 9 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang tinggi, 55 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 11 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* rendah. Pada responden yang berjenis kelamin perempuan diperoleh hasil yaitu 77 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang tinggi, 195 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 55 remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan usia diperoleh hasil diantaranya responden yang berusia 17 tahun terdapat 6 orang berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 13 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 1 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi.

Pada responden yang berusia 18 tahun terdapat 5 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 51 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 5 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 19 tahun terdapat 7 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 70 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 20 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 20 tahun terdapat 32 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 43 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 17 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Pada responden yang berusia 21 tahun terdapat 36 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang tinggi, 73 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang sedang, dan 23 remaja akhir berada dalam kategori *Fear of Missing Out* yang rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar berdasarkan Durasi Penggunaan Sosial Media diperoleh hasil diantaranya responden yang menggunakan sosial media dengan durasi <4jam sehari terdapat 14 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 40 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 4 remaja akhir dengan tingkat rendah. Didukung dari penelitian Cicekoglu, dkk (2014) mengatakan bahwa Individu yang mengakses media sosial 4-6 jam perhari memiliki tingkat kecanduan yang lebih tinggi dari oada individu yang mengakses media sosial 2-3 jam perhari.

Pada responden yang menggunakan sosial media dengan durasi 4-6 jam sehari terdapat 36 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 130 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 32 remaja akhir dengan tingkat rendah.

Pada responden yang menggunakan sosial media dengan durasi 7-10 jam sehari terdapat 36 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 80 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 30 remaja akhir dengan tingkat rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi data variabel *Fear of Missing Out* yang terdiri dari 402 remaja akhir di Kota Makassar dikelompokkan berdasarkan jumlah sosial media yang digunakan diantaranya adalah *WhatsApp, Instagram, Line, Twitter, TikTok, dan YouTube* hasil diantaranya responden yang menggunakan 1 sosial media terdapat 7

orang dengan tingkat tinggi, 24 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan tidak terdapat remaja pada kategori rendah.

Pada responden yang menggunakan 2 sosial media terdapat 13 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 9 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 1 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 3 sosial media terdapat 37 orang dengan tingkat tinggi, 88 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 23 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 4 sosial media terdapat 21 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 64 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 11 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 5 sosial media terdapat 3 remaja akhir dengan tingkat tinggi, 35 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 11 remaja akhir dengan tingkat rendah. Pada responden yang menggunakan 6 sosial media terdapat 5 orang dengan tingkat tinggi, 30 remaja akhir dengan tingkat sedang, dan 19 remaja akhir dengan tingkat rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi remaja akhir dengan tingkat *Fear of Missing Out* yang **Tinggi** berarti bahwa remaja akhir tersebut memiliki keinginan untuk terus terhubung dalam sosial media dan menghabiskan waktu yang banyak untuk bermain ponsel dikarenakan tidak ingin kehilangan informasi baru atau takut tertinggal suatu momen atau peristiwa yang terjadi pada orang lain. Didukung dari penelitian Masyitoh, dkk. (2020) menemukan bahwa *Fear of Missing*



*Out* pada tingkat tinggi dapat membuat individu ingin selalu untuk mengupdate informasi terbaru bahkan ketika individu tersebut berada dalam kondisi berbahaya selain itu individu juga mencerminkan perilaku yang berlebihan dalam durasi menggunakan sosial media sehingga seringkali tidak mampu untuk mengetahui prioritas kegiatannya. Dikatakan bahwa semakin tinggi skor total yang diperoleh responden maka diartikan semakin sering responden tersebut mengecek sosial media atau bermain ponsel karena mereka akan merasa cemas walaupun tidak mengakses sosial media dalam beberapa menit.

Pada hasil kategorisasi remaja yang memiliki tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang berarti remaja tersebut masih cukup mampu untuk mengontrol perasaan gelisah akan kehilangan informasi atau suatu peristiwa. Hal ini juga bisa diartikan pada tingkatan yang sedang bahwa remaja akhir masih mampu mengontrol diri untuk tidak berlarut-larut dalam menggunakan sosial media. Pernyataan tersebut didukung dari hasil penelitian Dossey (2014) bahwa dampak dari tingkat *Fear of Missing Out* yang **Sedang** adalah individu masih dapat untuk mengontrol diri sehingga masih mampu untuk mengetahui apa yang tepat dan pantas bagi dirinya dalam menggunakan sosial media.

Selanjutnya pada kategori **Rendah** diartikan bahwa responden tidak terlalu merasakan cemas akan tertinggal informasi terbaru atau

tidak merasa gelisah ketika tidak mengalami peristiwa berharga yang mungkin banyak dialami oleh remaja lainnya. Selain itu remaja juga tidak terlalu sibuk untuk mengecek sosial media secara terus menerus karena takut untuk tidak *uptodate*.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dinyatakan bahwa tingkat *Fear of Missing Out* yang dimiliki remaja akhir di Kota Makassar bervariasi atau berbeda-beda. Adanya keberagaman ini dapat dilihat dari tingkat skor Tinggi, Sedang, Rendah. Remaja akhir di Kota Makassar menunjukkan tingkat *Fear of Missing Out* pada kategori sedang. Pada hasil tersebut dapat diartikan bahwa remaja akhir di Kota Makassar masih dapat untuk mengontrol dirinya dalam bermain sosial media dan masih mampu untuk tidak berlebihan dalam penggunaannya. Remaja akhir di Kota Makassar juga bisa mengendalikan perasaan gelisah atau takut untuk tidak update berita, informasi atau peristiwa yang menyenangkan lainnya.

Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang sebelumnya dari Komala, Rafiyah, Witdiawati (2022) bahwa kebanyakan responden memiliki tingkat *Fear of Missing Out* pada level yang sedang dan digambarkan bahwa mahasiswa masih mampu untuk tidak mengakses sosial media secara terus-menerus. Hasil penelitian ini didukung oleh Abderaheem dan Ahmeed (2018) bahwa tingkat *Fear of Missing Out* yang sedang diartikan bahwa responden masih menunjukkan perilaku mampu untuk menjaga hubungan sosial

yang baik dalam kehidupan nyata. Selanjutnya penelitian lain dari Masyitah dan Anatagia (2022) bahwa kebanyakan remaja muslim di pekanbaru berada pada kategori sedang yang artinya bahwa remaja masih bisa mengontrol intensitas pemakaian *smartphone* dan masih mampu mengembangkan hubungan yang akrab dan berempati terhadap individu lainnya.

Namun dalam penelitian ini menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki yaitu dengan persentase (81.3%) artinya penelitian ini telah didominasi oleh perempuan sehingga dapat dikatakan bahwa *Fear of Missing Out* berada pada kategori sedang dalam penelitian ini juga disebabkan oleh faktor jenis kelamin.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh diatas maka diharapkan para orangtua atau kerabat dekat mampu untuk mengawasi penggunaan *smartphone* dan sosial media pada remaja agar tingkat *Fear of Missing Out* tidak meningkat ke kategori tinggi. Hal yang harus diketahui bahwa *Fear of Missing Out* dapat mempengaruhi remaja akhir dalam hubungan sosialnya dan berbahaya untuk kesehatan mental apabila secara terus-menerus merasa gelisah atau takut untuk tidak mengakses *smartphone* dalam waktu yang singkat.

#### 4.2.2 Limitasi Penelitian

Dalam proses penelitian ini, peneliti tidak lepas dari berbagai kendala dan juga keterbatasan, adapun keterbatasan dalam penelitian dimana responden perempuan memiliki range yang lebih besar dengan total populasi sebanyak 327 responden dibandingkan responden laki-laki dengan total populasi sebanyak 75 responden, Dengan demikian penelitian ini tidak bisa digeneralisasikan karena hanya terfokus pada remaja akhir dengan jenis kelamin perempuan yang berada di Kota Makassar.



## BAB V

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 402 remaja akhir di Kota Makassar, dapat disimpulkan bahwa remaja akhir sebagian besar mengalami *Fear of Missing Out* pada level sedang yaitu dimana individu tersebut masih cukup mampu untuk mengontrol perasaan gelisah akan kehilangan informasi atau suatu peristiwa yang ada di sosial media. Hal ini juga dapat dikatakan bahwa remaja akhir tidak berlarut-larut dalam menggunakan dan mengetahui apa yang tepat dan pantas bagi dirinya dalam menggunakan sosial media.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Remaja Akhir

Remaja akhir diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mengenai *Fear of Missing Out* dan mampu mengontrol durasi penggunaan sosial media.

##### 5.2.2 Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai referensi orangtua untuk melakukan pengawasan pada remaja dalam penggunaan smartphone agar remaja tidak mengalami peningkatan dalam *Fear of Missing Out*.

### 5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperluas kajian mengenai variabel *Fear of Missing Out* dan menambah subjek penelitian jika ingin meneliti pada konsep penelitian gambaran atau deskriptif.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdelraheem, A. Y., & Ahmed, A. M. (2018). The impact of using mobile social network applications on students' social-life. *International Journal of Instruction*, 11(2), 1–14. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.1121a>
- Abdul. 2021. Ketakutan Akan Kehilangan Momen dan Kesepian Terhadap Kecenderungan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Teknik Informatika. *Jurnal Ilmiah Psikologi* Volume 9 No 1.
- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). *Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. Journal of Business & Economics Research*, 14(1), 33–44.
- Adam, A. (2017). Selamat Tinggal Generasi Milenial, Selamat Datang Generasi Z. diakses dari [www.tirto.id/selamat-tinggal-generasi-milenial-selamat-datang-generasi-z](http://www.tirto.id/selamat-tinggal-generasi-milenial-selamat-datang-generasi-z) cnzX.A1.
- Azwar. (2017). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beyens, I., Pison, E., & Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8.
- Christina R., Yuniardi M. S., & Prabowo A. 2019. Hubungan Tingkat Neurotisme dengan *Fear of Missing Out (FoMO)* pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105-117. Coopersmith, S. 1967. *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman
- Cicekoglu, P., Durualp, E., & Durualp, E. (2014). Evaluation of the level of internet addiction among (6<sup>th</sup>-8<sup>th</sup>) grade adolescents in term of various variables. *European Journal of Research on Education*, 6(3), 22-28.
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia and our dangerous experiment. *Exploration*, 10(2), 69-73. Diunduh dari [https://www.researchgate.net/publication/260644572\\_FOMO\\_Digital\\_Dementia\\_and\\_Our\\_Dangerous\\_Experiment](https://www.researchgate.net/publication/260644572_FOMO_Digital_Dementia_and_Our_Dangerous_Experiment)
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Gemikonakli, O., & Raman, I. (2017). *Social networks users : Fear of missing out in preservice teachers. Journal of Education and Practice*. 8 (17), 156–168.
- Haryono, H. F. (2018). Pengaruh Internet Dan Media Sosial Terhadap Pola Perilaku Komunikasi Di Masyarakat (Universitas Dr. Soetomo Surabaya)

- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Gramedia.
- Jood, T. Ella. (2017). *Missing the present for the unknown; the relationship between fear of missing out (FoMO) and life satisfaction*. Dissertation. Clinical Psychology University of South Africa
- JWT Intelligence. (2012). *Fear Of Missing Out (FOMO)*. Diunduh dari [www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/f\\_JWT\\_FOMO\\_update\\_3.21.12.pdf](http://www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/f_JWT_FOMO_update_3.21.12.pdf).
- Kintan Komala, Imas Rafiyah, & Witdiawati (2022). Gambaran *Fear Of Missing Out (FoMO)* pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 5, 9.
- Komala, K., Rafiyah, I., & Witdiawati, W. (2022). Description Fear of Missing Out (FoMO) in Undergraduate Students at Faculty of Nursing. *Journal of Nursing Care*, 5(1).
- Mahendra, B. (2017). Eksistensi sosial remaja dalam *instagram* (sebuah perspektif komunikasi). *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(01), 151–160.
- Masyitah, Libbie Annatagia Gambaran *Fear Of Missing Out (Fomo)* pada Remaja Muslim di Pekanbaru, Indonesia Vol. 2 No. 3 (2022), Hal: 846-852
- Masyitoh, dkk. (2020). Tingkat Kecenderungan FoMO (*Fear of Missing Out*) Pada Generasi Millennial. *Journal of Counseling, Education and Society*. Vol 1(1), hal 1-4
- Oberst, U., Wegmann, E. Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). *Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out*. *Journal of Adolescence*, 55 (February), 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Periantolo, J. 2016. Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional and behavioral correlates of fear of missing out*. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841 – 1848
- Puspitasari, F. I. 2016. Kebutuhan yang Mendorong Remaja Mem-posting Foto atau Video Pribadi dalam Instagram. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1), 1–12.
- Rabathy, Q. 2018. “*Nomophobia* sebagai Gaya Hidup Mahasiswa Generasi Z”. *Jurnal Linimasa* Vol. 1 No. 1. Universitas Pasundan.



- Santrock, J.W. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J.W. 2007. Psikologi Pendidikan. *Edisi Kedua*. Jakarta: Prenada Mediagroup
- Santrock, John W. 2003. Adolescence: Perkembangan Remaja (Edisi Ke-6). Jakarta: penerbit erlangga.
- Siregar. (2022) Gambaran *Fear of Missing Out* pada Remaja di Kota Makassar. *Skripsi*
- Sugiyono (2018) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfa Beta.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R& D. Alfa Beta.
- Valkenburg, P. M., & Jochen P. (2009). *Social consequences of the internet for adolescent: a decade of research. Current Direction in Psychological Science*,18, 1 – 5
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). *Negative consequences from heavy social networking in adolescent: the mediating role of fear of missing out. Journal of Adolescence*, 55, 51-60. 2016.12.008



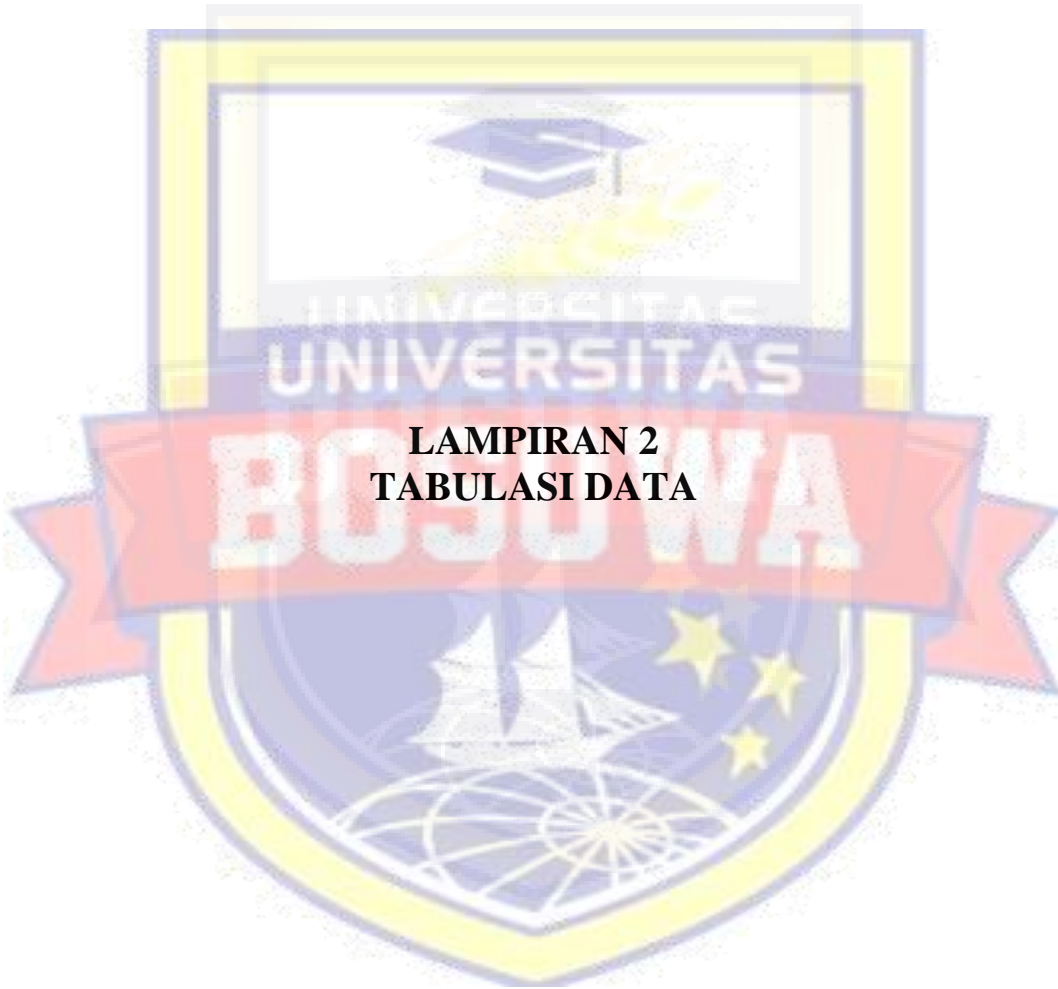
**LAMPIRAN 1**  
**SKALA PENELITIAN**

### **SKALA FEAR OF MISSING OUT**

*Skala fear of missing out* adalah skala adaptasi yang dimodifikasi oleh penelitian sebelumnya Siregar (2022) dengan menggunakan teori Wegmann et al (2017) dengan definisi operasional dimaksud dalam penelitian ini adalah Fear of Missing Out yang dimaksud dalam penelitian ini ketakutan akan kehilangan momen berharga atau tidak ikut serta dalam aktivitas di media sosial, umumnya orang yang mengalami kondisi seperti itu merasa tidak nyaman dan cemas ketika tidak mengikuti tren di media sosial sehingga orang tersebut terus-menerus membuka media sosialnya

<b>NO</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No item</b>	<b>Jumlah</b>
1	<i>Trait-FoMO</i>	Takut, cemas, khawatir ketika ketinggalan pengalaman atau peristiwa yang dialami orang lain lebih menarik dari diri sendiri.	6,7,8,10,12	5
2	<i>State-FoMO</i>	Berusaha untuk tetap aktual/update akan informasi yang dianggap penting.	1, 2, 4, 5, 9	5
		Berusaha untuk tetap terhubung dengan membagikan aktivitas atau aktivitas orang lain secara online	3, 11	2
<b>Jumlah item= 12</b>				

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya khawatir apabila orang lain memiliki pengalaman yang lebih bermanfaat daripada saya					
2	Saya khawatir apabila teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih bermanfaat daripada saya					
3	Saya khawatir ketika mengetahui teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya					
4	Saya menjadi cemas saat saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya					
5	Ketika saya bersenang-senang, penting bagi saya untuk membagikan kegiatan saya dengan detil secara <i>online</i>					
6	Ketika saya melewatkan kumpul bersama yang direncanakan, itu mengganggu saya					
7	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya					
8	Saya takut tidak ketinggalan informasi/berita terkini di situs jejaring sosial saya					
9	Penting bagi saya untuk menyampaikan pendapat mengenai isu terbaru di jejaring sosial saya					
10	Saya terus menerus <i>online</i> agar tidak tertinggal apapun					
11	Saya terus menerus mengecek dengan ponsel saya agar tidak ketinggalan apapun					
12	Penting bagi saya untuk memahami bahasa gaul internet yang digunakan teman saya					



**LAMPIRAN 2  
TABULASI DATA**

No	Total Skor		
		38	37
1	22	39	51
2	41	40	38
3	36	41	40
4	41	42	35
5	41	43	36
6	33	44	34
7	32	45	28
8	33	46	36
9	44	47	37
10	33	48	38
11	28	49	33
12	37	50	37
13	42	51	33
14	46	52	38
15	34	53	41
16	41	54	41
17	32	55	35
18	44	56	35
19	33	57	24
20	33	58	46
21	37	59	34
22	42	60	32
23	24	61	36
24	22	62	12
25	52	63	34
26	38	64	38
27	33	65	38
28	38	66	42
29	37	67	42
30	34	68	34
31	40	69	29
32	38	70	47
33	31	71	47
34	41	72	32
35	38	73	28
36	39	74	31
37	36	75	28

76	35
77	33
78	45
79	42
80	40
81	55
82	41
83	49
84	43
85	35
86	36
87	40
88	41
89	38
90	38
91	33
92	36
93	49
94	45
95	44
96	45
97	41
98	32
99	34
100	36
101	48
102	40
103	36
104	48
105	44
106	39
107	51
108	18
109	47
110	49
111	36
112	39
113	30

114	35
115	45
116	20
117	37
118	49
119	40
120	44
121	42
122	42
123	36
124	34
125	33
126	42
127	43
128	40
129	44
130	42
131	39
132	45
133	39
134	44
135	37
136	40
137	41
138	37
139	26
140	36
141	37
142	40
143	36
144	29
145	35
146	32
147	21
148	30
149	25
150	30
151	56

152	30
153	28
154	21
155	26
156	26
157	29
158	31
159	29
160	27
161	27
162	42
163	46
164	35
165	29
166	23
167	24
168	17
169	31
170	26
171	28
172	19
173	27
174	22
175	23
176	26
177	30
178	21
179	25
180	24
181	27
182	25
183	24
184	28
185	24
186	20
187	35
188	23
189	24

190	26
191	31
192	26
193	27
194	26
195	24
196	24
197	34
198	28
199	27
200	24
201	29
202	27
203	26
204	24
205	31
206	20
207	26
208	21
209	28
210	24
211	27
212	27
213	30
214	23
215	25
216	24
217	28
218	32
219	27
220	26
221	23
222	29
223	36
224	24
225	23
226	24
227	28

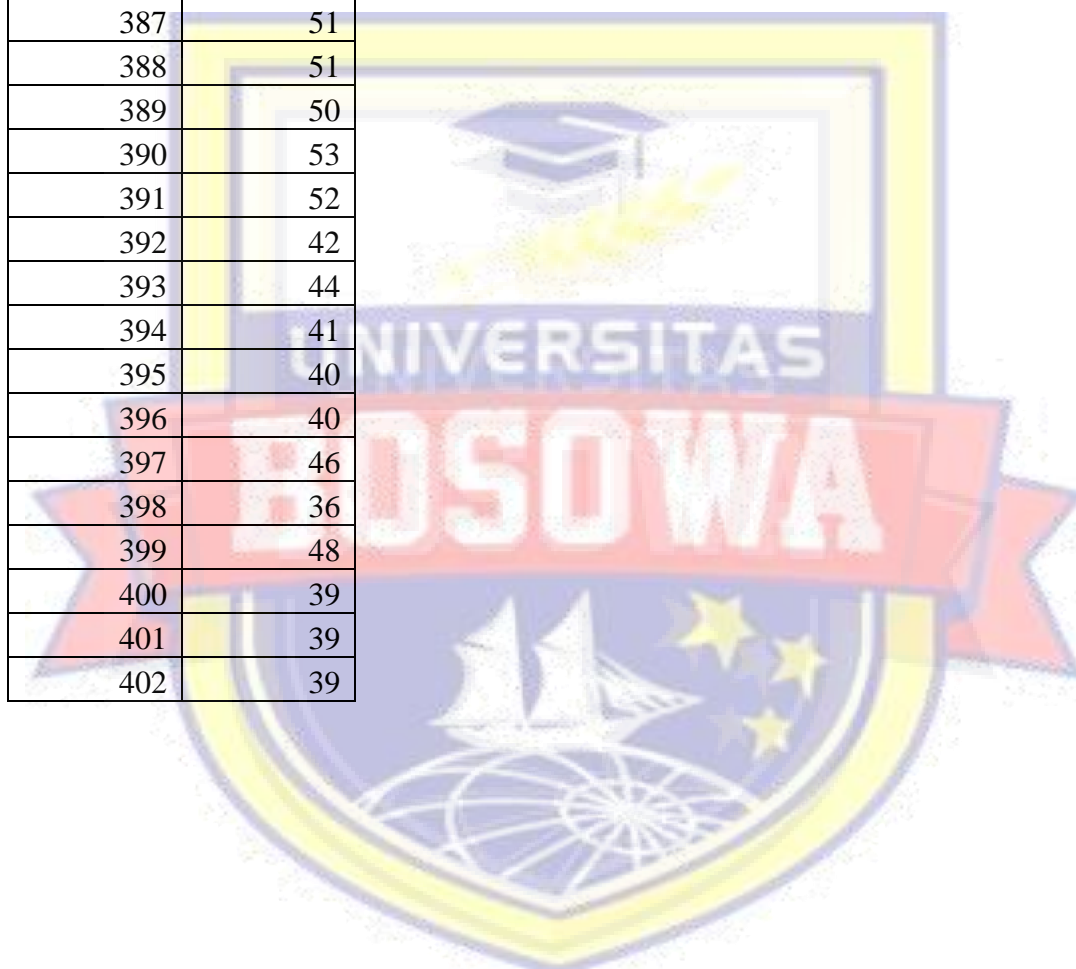


228	32	266	52
229	33	267	30
230	32	268	44
231	24	269	42
232	34	270	41
233	28	271	50
234	29	272	32
235	23	273	52
236	31	274	42
237	35	275	46
238	23	276	38
239	29	277	44
240	24	278	32
241	26	279	39
242	26	280	23
243	34	281	24
244	28	282	33
245	30	283	39
246	26	284	49
247	26	285	33
248	44	286	39
249	45	287	37
250	27	288	37
251	48	289	34
252	38	290	45
253	42	291	35
254	33	292	26
255	28	293	43
256	54	294	39
257	39	295	43
258	40	296	54
259	50	297	40
260	49	298	33
261	44	299	40
262	40	300	42
263	41	301	17
264	36	302	46
265	30	303	17

304	18
305	18
306	20
307	28
308	16
309	50
310	16
311	54
312	18
313	16
314	17
315	16
316	28
317	17
318	16
319	41
320	41
321	41
322	46
323	41
324	15
325	41
326	18
327	44
328	29
329	41
330	38
331	41
332	15
333	17
334	17
335	16
336	17
337	18
338	17
339	54
340	15
341	17

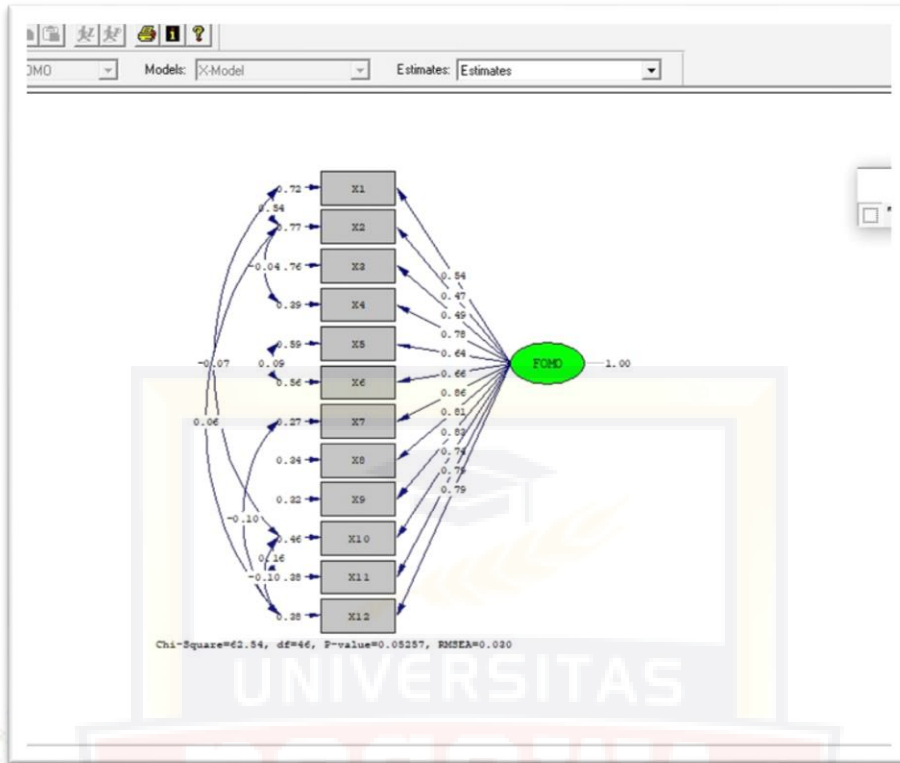
342	16
343	50
344	50
345	48
346	43
347	53
348	53
349	50
350	49
351	48
352	44
353	50
354	43
355	49
356	49
357	46
358	43
359	46
360	47
361	50
362	51
363	49
364	49
365	51
366	47
367	47
368	51
369	50
370	52
371	50
372	49
373	50
374	49
375	52
376	51
377	50
378	53
379	52

380	53
381	51
382	45
383	47
384	55
385	51
386	54
387	51
388	51
389	50
390	53
391	52
392	42
393	44
394	41
395	40
396	40
397	46
398	36
399	48
400	39
401	39
402	39





**LAMPIRAN 3  
HASIL UJI VALIDITAS**





**LAMPIRAN 4  
HAJI UJI RELIABILITAS**

**A. Reliabilitas Skala *Fear of Missing Out*****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.910	12





**LAMPIRAN 5**  
**HASIL ANALISIS BERDASARKAN DEMOGRAFI**



**JK**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	75	18.7	18.7	18.7
	2	327	81.3	81.3	100.0
Total		402	100.0	100.0	

**USIA**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	20	5.0	5.0	5.0
	2	61	15.2	15.2	20.1
	3	97	24.1	24.1	44.3
	4	92	22.9	22.9	67.2
	5	132	32.8	32.8	100.0
Total		402	100.0	100.0	

**DURASI**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	58	14.4	14.4	14.4
	2	198	49.3	49.3	63.7
	3	146	36.3	36.3	100.0
Total		402	100.0	100.0	

**SOSMED**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	31	7.7	7.7	7.7
	2	23	5.7	5.7	13.5
	3	148	36.8	36.9	50.4
	4	96	23.9	23.9	74.3

	5	49	12.2	12.2	86.5
	6	54	13.4	13.5	100.0
	Total	401	99.8	100.0	
Missing	System	1	.2		
Total		402	100.0		





		Kategorisasi			
		Freque ncy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	66	16.4	16.4	16.4
	SEDANG	250	62.2	62.2	78.6
	TINGGI	86	21.4	21.4	100.0
	Total	402	100.0	100.0	

### Kategorisasi \* JK Crosstabulation

Count		JK		
		1	2	Total
Kategorisasi	RENDAH	11	55	66
	SEDANG	55	195	250
	TINGGI	9	77	86
Total		75	327	402

### Kategorisasi \* USIA Crosstabulation

Count		USIA					Total
		1	2	3	4	5	
Kategorisasi	RENDAH	1	5	20	17	23	66
	SEDANG	13	51	70	43	73	250
	TINGGI	6	5	7	32	36	86
Total		20	61	97	92	132	402

### Kategorisasi \* DURASI Crosstabulation

Count		DURASI			Total
		1	2	3	
Kategorisasi	RENDAH	4	32	30	66
	SEDANG	40	130	80	250
	TINGGI	14	36	36	86
Total		58	198	146	402

**Kategorisasi \* JUMLAH SOSMED Crosstabulation**

Count

		JUMLAH SOSMED						Total
		1	2	3	4	5	6	
Kategorisasi	RENDAH	0	1	23	11	11	19	65
	SEDANG	24	9	88	64	35	30	250
	TINGGI	7	13	37	21	3	5	86
Total		31	23	148	96	49	54	401

