



HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN *SOCIAL WELL-BEING* PADA DEWASA AWAL PENGGUNA *INSTAGRAM*

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

KAREN NATHANIA

705160094

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2020



HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN *SOCIAL WELL-BEING* PADA DEWASA AWAL PENGGUNA *INSTAGRAM*

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian
Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:
KAREN NATHANIA
705160094**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2020**

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Karen Nathania**

NIM : **705160094**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Hubungan Antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan *Social Well-Being* Pada Dewasa Awal Pengguna *Instagram*

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 17 Juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan



Karen Nathania

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Karen Nathania**

N I M : **705160094**

Alamat : **Puri Indah J11/6**
Jakarta, 11610

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Hubungan Antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan *Social Well-Being* Pada Dewasa Awal Pengguna *Instagram*

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 17 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Karen Nathania

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Karen Nathania
N.I.M. : 705160094
Program Studi : Sarjana Fakultas Psikologi

Judul Skripsi

Hubungan Antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan *Social Well-Being* Pada
Dewasa Awal Pengguna *Instagram*

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 3 Juli 2020 dan dinyatakan lulus, dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Dr. P. Monty P. Satiadarma, MS/AT
2. Anggota : Sandi Kartasasmita, M.Psi., Psi.
Denrich Suryadi, M.Psi., Psi.

Jakarta, 17 Juli 2020

Pembimbing



Denrich Suryadi, M.Psi., Psi.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmatNya, peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan *Social Well-Being* Pada Dewasa Awal Pengguna *Instagram*”. Tujuan dibuatnya skripsi ini adalah salah satu untuk memenuhi syarat kelulusan dan mencapai gelar sarjana psikologi di Universitas Tarumanagara.

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada orangtua peneliti yang sudah mendukung dari segi doa, dukungan dan finansial selama peneliti di bangku kuliah hingga pengerjaan skripsi ini selesai.

Terima kasih kepada semua dosen psikologi Universitas Tarumanagara yang sudah mengajari dan memberikan macam – macam ilmu selama peneliti berkuliah. Tidak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh staff dan karyawan di Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Terima kasih kepada Ibu Denrich Suryadi M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing yang sudah meluangkan waktunya, memberikan segala informasi dan memberikan saran apa saja yang diperlukan selama pembuatan skripsi ini. Selanjutnya peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Bonar Hutapea S.Psi., M.Psi sebagai dosen pembimbing akademik yang sudah memberikan segala informasi terkait perkuliahan.

Lalu peneliti juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada teman – teman seperjuangan selama kuliah yaitu angkatan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Selain itu terima kasih juga kepada teman – teman satu bimbingan skripsi yang sudah saling berbagi informasi dan bersama berjuang melalui masa – masa pembuatan skripsi ini.

Selain itu peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada teman – teman yang membantu selama pengerjaan skripsi ini seperti menyebar kuesioner dan mengajari untuk olah data yaitu Liana, Evi, Vania, Eliana, dan Dipa. Terima kasih kepada kalian yang sudah melewati bersama pada masa – masa pembuatan skripsi ini. Lalu terima kasih juga kepada alm. Mitha yang sudah mau menjadi teman peneliti selama kuliah 3 tahun ini, peneliti sangat senang dapat mengenal dirimu.

Terakhir, peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak – pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang turut membantu selama proses pembuatan skripsi ini. Peneliti berharap penelitian ini dapat berguna bagi para pembaca dan penelitian ini masih banyak keterbatasan. Demikianlah kata pengantar ini ditulis, seluruh tulisan skripsi ini menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya.

Jakarta, 22 Juni 2020

Karen Nathania

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
Bab I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
1.5 Sistematika Penulisan	7
Bab II KAJIAN TEORITIS	9
2.1 <i>Fear of Missing Out</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	9
2.1.2 Faktor Penyebab <i>Fear of Missing Out</i>	10
2.1.3 Dampak dari <i>Fear of Missing Out</i>	10
2.1.4 Indikator <i>Fear of Missing Out</i>	11
2.2 <i>Social Well-Being</i>	11

2.2.1	Definisi <i>Social Well-Being</i>	11
2.2.2	Dimensi <i>Social Well-Being</i>	13
2.2.3	Faktor - Faktor yang Mempengaruhi <i>Social Well-Being</i>	13
2.3	Perkembangan Dewasa Awal	15
2.4	Media Sosial	15
2.4.1	Definisi Media Sosial	15
2.4.2	Sejarah <i>Instagram</i>	16
2.4.3	Faktor – Faktor Penggunaan <i>Instagram</i>	17
2.5	Kerangka Berpikir	18
2.6	Hipotesis Penelitian	20
Bab III	METODE PENELITIAN	21
3.1	Partisipan Penelitian	21
3.2	Gambaran Partisipan Penelitian	20
3.3	Desain Penelitian	23
3.4	Setting dan Peralatan Penelitian	23
3.5	Pengukuran Variabel Penelitian	24
3.5.1	Pengukuran Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	24
3.5.2	Pengukuran Variabel <i>Social Well-Being</i>	25
3.6	Prosedur Penelitian	27
3.6.1	Tahap Persiapan Penelitian	27
3.6.2	Tahap Pelaksanaan Penelitian	28

3.7	Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA.....		29
4.1	Gambaran Data Penelitian.....	29
4.1.1	Gambaran Data <i>Fear of Missing Out</i>	29
4.1.2	Kategorisasi Data <i>Fear of Missing Out</i>	29
4.1.3	Gambaran Data <i>Social Well-Being</i>	30
4.1.4	Kategorisasi Data <i>Social Well-Being</i>	31
4.2	Uji Asumsi.....	32
4.2.1	Uji Normalitas.....	32
4.2.2	Uji Linearitas.....	32
4.2.3	Uji Korelasi Pearson.....	32
4.2.4	Uji Korelasi <i>FoMO</i> Pada Setiap Dimensi <i>Social Well-Being</i>	33
4.3	Analisis Data Tambahan.....	33
4.3.1	Uji Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
4.3.2	Uji Perbedaan Berdasarkan Usia.....	34
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN.....		36
5.1	Kesimpulan.....	36
5.2	Diskusi.....	36
5.3	Saran.....	40
5.3.1	Saran Teoritis.....	40
5.3.2	Saran Praktis.....	40

ABSTRACT	X
DAFTAR PUSTAKA	P-1
LAMPIRAN	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	22
Tabel 2 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia.....	23
Tabel 3 Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	24
Tabel 4 Dimensi <i>Social Integration</i>	25
Tabel 5 Dimensi <i>Social Acceptance</i>	26
Tabel 6 Dimensi <i>Social Contribution</i>	26
Tabel 7 Dimensi <i>Social Actualization</i>	27
Tabel 8 Dimensi <i>Social Coherence</i>	27
Tabel 9 Kategorisasi Data <i>Fear of Missing Out</i>	29
Tabel 10 Kategorisasi Data <i>Social Well-Being</i>	31
Tabel 11 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 12 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	L-1
Lampiran 2 Gambaran Data Penelitian.....	L-8
Lampiran 3 Uji Reliabilitas Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	L-8
Lampiran 4 Uji Reliabilitas Dimensi <i>Social integration</i>	L-9
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Dimensi <i>Social Acceptance</i>	L-10
Lampiran 6 Uji Reliabilitas Dimensi <i>Social Contribution</i>	L-11
Lampiran 7 Uji Reliabilitas Dimensi <i>Social Actualization</i>	L-12
Lampiran 8 Uji Reliabilitas Dimensi <i>Social Coherence</i>	L-12
Lampiran 9 Uji Normalitas.....	L-13
Lampiran 10 Uji Linearitas.....	L-13
Lampiran 11 Uji Korelasi Pearson.....	L-13
Lampiran 12 Uji Korelasi <i>FoMO</i> dengan <i>Social Integration</i>	L-14
Lampiran 13 Uji Korelasi <i>FoMO</i> dengan <i>Social Acceptance</i>	L-14
Lampiran 14 Uji Korelasi <i>FoMO</i> dengan <i>Social Contribution</i>	L-15
Lampiran 15 Uji Korelasi <i>FoMO</i> dengan <i>Social Actualization</i>	L-15
Lampiran 16 Uji Korelasi <i>FoMO</i> dengan <i>Social Coherence</i>	L-16
Lampiran 17 Uji Hasil Analisis Data Tambahan.....	L-16

ABSTRAK

Karen Nathania (705160094)

Hubungan Antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan *Social Well-Being* Pada Dewasa Awal Pengguna *Instagram*; Denrich Suryadi, M. Psi. Psikolog. Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Tarumanagara. (i-x; 41 halaman, P1-P5, Lampiran 1-16).

Zaman yang semakin modern membuat banyaknya individu yang menggunakan media sosial untuk saling berinteraksi dan melihat apa saja yang dilakukan individu lain seperti pada *Instagram*, dengan seringnya terlibat dalam penggunaan *Instagram* untuk mengetahui apa saja yang dilakukan individu lain memunculkan sebuah fenomena yang disebut *Fear of Missing Out (FoMO)*. Pada sisi negatif dari *FoMO* adalah dapat menurunkan *well-being* seseorang, salah satu *well-being* yang berkaitan adalah *social well-being*, dimana mengukur evaluasi individu terhadap hubungan sosial pada individu lain, interaksi dengan kelompok sosial dan bagaimana perasaan aman individu saat berada di lingkungan yang ditinggali. Penelitian ini mempunyai tujuan yaitu ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara *FoMO* dengan *social well-being* pada dewasa awal pengguna *Instagram*. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menyebar kuesioner, partisipan pada penelitian berjumlah 167 berusia 19-30 tahun. Hasil dari uji korelasi pearson penelitian ini adalah $f = -0.190$ dan $p = 0.014$ dimana $p < 0.05$. Artinya terdapat hubungan signifikan negatif antara *FoMO* dengan *social well-being* pada dewasa awal pengguna *Instagram*.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out (FoMO)*, *Social Well-Being*, Dewasa Awal, *Instagram*