

**HUBUNGAN ANTARA FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DENGAN  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI  
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**Disusun oleh:**

**Zidan Rasyid Asiadhy**

**NIM 18107010018**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2023**



## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1251/Un.02/DSH/PP.00.9/11/2023

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja Di DIY

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ZIDAN RASYID ASIADHY  
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010018  
Telah diujikan pada : Kamis, 19 Oktober 2023  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi  
SIGNED

Valid ID: 6561fcd7028d1



Penguji I  
Very Julianto, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 6535c2f0e77bd



Penguji II  
Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 65599e9c52a5c



Yogyakarta, 19 Oktober 2023  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6561fdf4e5639



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Zidan Rasyid Asiadhy

NIM : 18107010018

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya ini tidak tedapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 19 Oktober 2023

Yang menyatakan

  
D9CAKX181027500 10.000

Zidan Rasyid Asiadhy

18107010018





Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

### NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

Di Tempat

*Assalamu 'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh*

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan melakukan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing menyatakan skripsi saudara:

Nama : Zidan Rasyid Asiadhy

NIM : 18107010018

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan antara FOMO (*fear of missing out*) dengan kecanduan media sosial pada remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta

Telah diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi. Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang *munaqosyah*. Demikian atas perhatiannya, saya mengucapkan terimakasih.

*Wassalamu 'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh*

Yogyakarta, 18 Agustus 2023

Sara Palila, S.Psi., M.Sc.  
NIP.19811014 200901 2 004

## HALAMAN MOTTO

Penulis mengutip perkataan dari kyai Asyhari Marzuqi selaku pendiri pondok pesantren Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta yaitu “*Ilmu kui ibarate kewan ngon-ngonan yen ora di kencang (ditali) mongko bakal mlayu*” yang artinya ilmu itu diibaratkan seperti hewan ternak kalau tidak di ikat maka akan lepas.



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala puji kehadirat ALLAH SWT atas berkat dan nikmat serta hidayah yang tiada henti memberikan kemudahan untuk bersemangat dalam menjalani proses hidup dan berkarya lewat penelitian sederhana dari penulis yang dipersembahkan untuk **KAMPUS TERCINTA UIN SUNAN KALIJAGA** dan **PROGAM STUDI PSIKOLOGI** serta untuk **KELUARGA TERKASIH.**



## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah segala puji dan syukur atas kehadiran ALLAH SWT yang telah memberikan hidayah dan petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA.

Selanjutnya dengan segala kerendahan hati dan rasa berterima kasih penulis menghaturkan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini :

1. Bapak Dr Mochamad sodik, S.Sos., M.Psi. selaku dekan fakultas ilmu sosial dan humaniora yang telah memberikan motivasi dan semangat untuk tetap menimba ilmu
2. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi. selaku kepala prodi Psikologi yang telah memberikan pengawasan kepada mahasiswa untuk lebih giat dalam perkuliahan
3. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang sudah membantu dan memberikan arahan terkait berjalanya skripsi dan tugas akhir dengan sabar menuntun saya pribadi untuk menyelesaikan tugas akhir.
4. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen penasehat akademik yang sudah memberikan semangat dan motivasi kepada peserta didik terutama saya agar lebih semangat dalam menjalani perkuliahan
5. Bapak Very Julianto, M.Psi selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan nasehat dan masukan kepada saya untuk memberikan lebih banyak motivasi
6. Ibu Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan masukan dan saran untuk memberikan dorongan motivasi
7. Serta seluruh dosen psikologi terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang luar biasa yang sudah disampaikan kepada saya untuk bekal melanjutkan studi selanjutnya



8. Seluruh staff karyawan prodi Psikologi dan Fakultas Ilmu Sosial Humaniora
9. Kepada kedua orang tua Yulianto Rachmawan dan Erlina Purnamawati serta adik tercinta Azhar Fahrur Rachmawan yang selalu memberikan dorongan semangat dan memberikan nasehat-nasehat untuk tetap bertahan.
10. Kepada teman hidup Nurakmalia yang telah bersedia mendengarkan keluh kesah serta memberikan semangat setiap harinya
11. Kepada crew Tugu Point (Mbak Mia, Ricky, Fuad, HC, Erika, Afilia) yang telah bersedia berdiskusi dan membantu dalam mencari responden untuk kepentingan skripsi
12. Kepada Awan, Aril, Fadhi, Faiz, dan Zamakhsyari yang sudah memberikan motivasi lebih dan menjadi tempat berbagi tawa canda dalam drama tugas akhir
13. Kepada Hanif, Afrizal, dan Hasnan yang sudah menjadi tempat berdiskusi dan membantu tugas akhir ketika mengalami masalah
14. Kepada semua responden yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian sederhana ini.
15. Teman teman kelas A Psikologi angkatan 2018 yang sama-sama berjuang untuk menuju masa depan

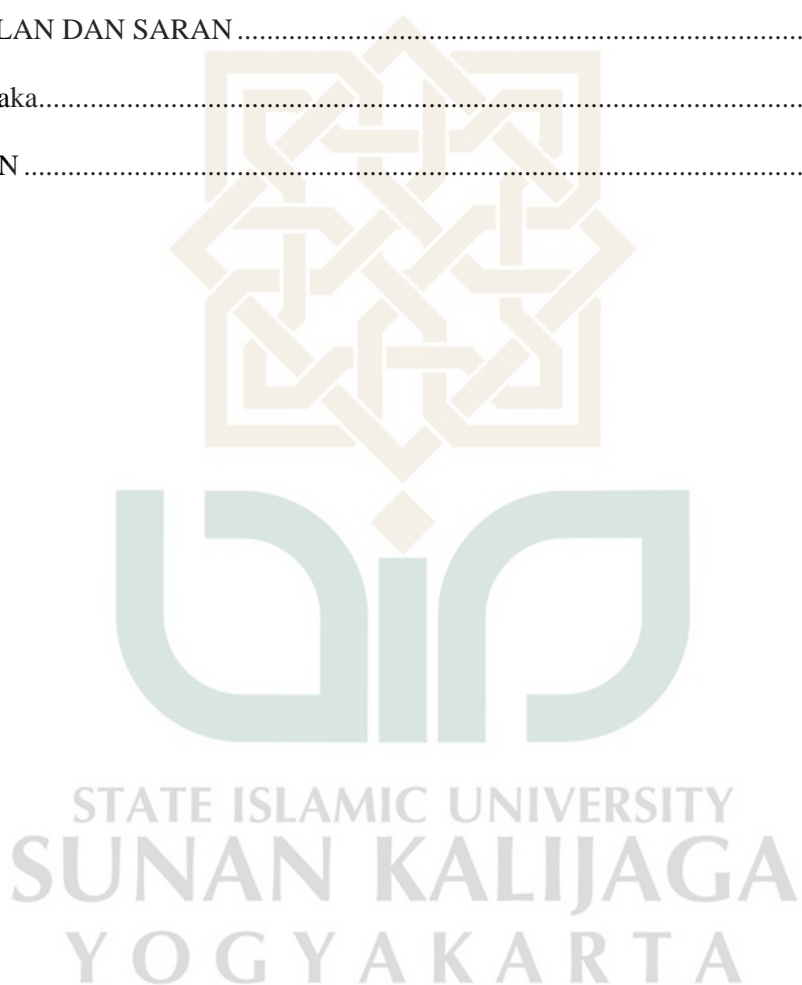


## Daftar isi

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR .....	2
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	3
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	4
HALAMAN MOTTO .....	5
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	6
KATA PENGANTAR.....	7
Daftar gambar.....	12
Daftar Tabel.....	13
Daftar Lampiran .....	14
INTISARI.....	15
Abstract .....	16
Bab I.....	17
A. Latar Belakang .....	17
B. Tujuan Penelitian Penelitian .....	25
C. Manfaat Penelitian: .....	26
D. Keaslian penelitian.....	26
Bab II.....	33
A. Kecanduan Media Sosial .....	33
1. Definisi Kecanduan Media sosial .....	33
2. Aspek kecanduan media sosial .....	34
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial.....	36
B. FOMO ( <i>fear of missing out</i> ) .....	38
1. Definisi FOMO ( <i>fear of missing out</i> ).....	38
2. Aspek FOMO.....	40

C. Remaja .....	41
D. Dinamika antara FOMO dan kecanduan media sosial .....	42
E. Hipotesis .....	48
BAB III .....	49
A. Desain penelitian .....	49
B. Identifikasi variabel penelitian .....	49
C. Definisi operasional .....	49
1. Kecanduan media sosial .....	49
2. Fear of missing out (FOMO) .....	50
D. Populasi dan sampel penelitian .....	50
E. Teknik Pengumpulan Data .....	55
F. Validitas dan reliabilitas .....	59
1. Validitas .....	59
2. Reliabilitas .....	59
G. Metode analisis data .....	59
1. Uji Asumsi .....	59
2. Uji hipotesis .....	60
Bab IV .....	61
PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	61
A. Orientasi kanchah dan persiapan .....	61
B. Persiapan penelitian .....	62
1. Persiapan alat ukur .....	62
2. Penyusunan alat ukur .....	62
3. Pelaksanaan uji coba alat ukur .....	63
4. Hasil uji coba .....	63
C. Hasil penelitian .....	71

1. Karakteristik responden .....	71
2. Kategorisasi.....	72
3. Uji asumsi .....	77
4. Uji hipotesis .....	78
D. Pembahasan.....	79
Bab V.....	83
KESIMPULAN DAN SARAN .....	83
Daftar pustaka.....	85
LAMPIRAN .....	91





**Daftar gambar**

Gambar 1. 1 Hasil mini survei mengenai kecanduan media sosial..... 19

Gambar 2. 1 Gambar Bagan dinamika FOMO Kecanduan media sosial ..... 47



### Daftar Tabel

Tabel 3. 1	Skor pilihan jawaban .....	55
Tabel 3. 2	Blue print kecanduan media sosial .....	56
Tabel 3. 3	Blue Print FOMO .....	58
Tabel 4. 1	Distribusi Aitem Kecanduan media sosial .....	64
Tabel 4. 2	Seleksi Aitem kecanduan media sosial.....	66
Tabel 4. 3	Distribusi Aitem FOMO.....	68
Tabel 4. 4	Seleksi Aitem FOMO .....	68
Tabel 4. 5	Realiabilitas kecanduean media sosial .....	69
Tabel 4. 6	Reliabilitas FOMO .....	69
Tabel 4. 7	Jenis kelamin .....	71
Tabel 4. 8	Jenis Usia.....	71
Tabel 4. 9	Asal Kota .....	72
Tabel 4. 10	Deskripsi statistik .....	73
Tabel 4. 11	Rumus Kategorisasi.....	74
Tabel 4. 12	Tabel Kategorisasi kecanduan media sosial .....	74
Tabel 4. 13	Rata-rata skor Kecanduan media sosial.....	74
Tabel 4. 14	Tabel Kategorisasi FOMO .....	75
Tabel 4. 15	Rata-rata skor FOMO .....	76
Tabel 4. 16	Hasil Uji Normalitas.....	77
Tabel 4. 17	Hasil Uji Linearitas.....	77
Tabel 4. 18	Hasil Uji Hipotesis .....	78

### Daftar Lampiran

Lampiran 1. 1 Tabulasi Data Try Out Kecanduan Media Sosial .....	92
Lampiran 1. 2 Tabulasi Data Try Out FOMO .....	93
Lampiran 1. 3 Tabulasi Data Penelitian Kecanduan Media Sosial .....	94
Lampiran 1. 4 Tabulasi Data Penelitian FOMO .....	132
Lampiran 1. 5 Try out Kecanduan Media sosial .....	148
Lampiran 1. 6 Try Out skala FOMO .....	152
Lampiran 1. 7 Hasil Uji Normalitas .....	154
Lampiran 1. 8 Hasil Uji Linearitas .....	154
Lampiran 1. 9 Hasil Uji Hipotesis .....	155





HUBUNGAN ANTARA FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DENGAN  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DAERAH ISTIMEWA  
YOGYAKARTA

Zidan Rasyid Asiadhy

**INTISARI**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara FOMO (*fear of missing out*) dengan kecanduan media sosial pada remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta. Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 400 orang. Alat pengumpulan data dari penelitian ini menggunakan 2 skala yaitu skala kecanduan media sosial dengan nilai reliabilitas sebesar 0.913, dan skala FOMO (*fear of missing out*) dengan nilai reliabilitas sebesar 0.771. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *insidental sampling*. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *pearson product moment* dengan hasil 0.818 dan nilai Sig (2-tailed)  $0.00 < 0.05$  yang berarti hasil dari penelitian ini memiliki hubungan antara FOMO (*fear of missing out*) dengan kecanduan media sosial berupa hubungan positif. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi FOMO (*fear of missing out*) maka kecanduan media sosial juga akan semakin tinggi begitupun sebaliknya

**Kata kunci** : FOMO (*fear of missing out*), Kecanduan media sosial, Remaja

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

HUBUNGAN ANTARA FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DENGAN  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DAERAH ISTIMEWA  
YOGYAKARTA

Zidan Rasyid Asiadhy

**Abstract**

This research aims to determine the relationship between FOMO (*fear of missing out*) with social media addiction in teenagers in the Special Region of Yogyakarta. The number of subjects in this research was 400 people. The data collection tool for this research uses 2 scales, namely the social media addiction scale with a reliability value of 0.913, and the FOMO scale (*fear of missing out*) with a reliability value of 0.771. The sampling technique used in this research is engineering incidental sampling. The analytical method used in this research is correlation pearson product moment with a result of 0.818 and a Sig (2-tailed) value of  $0.00 < 0.05$ , which means the results of this study have a relationship between FOMO (*fear of missing out*) with social media addiction in the form of positive relationships. It can be concluded that the higher the FOMO (*fear of missing out*) then social media addiction will also increase and vice versa

**Kata kunci** : *FOMO (fear of missing out), Social media addiction, Adolescent*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **Bab I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Internet merupakan salah satu bentuk evolusi komunikasi dan perkembangan teknologi yang berdampak pada umat manusia. Salah satu bentuk perubahan keberadaan internet adalah perubahan yang signifikan dalam pola interaksi sosial primer antar individu. Percakapan yang sebelumnya tatap muka dan langsung dengan orang lain kini telah berkembang cara dan dapat dibantu dengan menggunakan internet seperti: *pesan internet, video call, dan media sosial*. Hal ini tentunya dipengaruhi oleh kekurangan seperti jarak dan waktu yang terkadang menyulitkan orang untuk bertemu, sehingga melahirkan inovasi-inovasi untuk mempermudah pola interaksi tersebut. (Adriansyah et al., 2019)

Menteri Komunikasi dan informasi (KOMINFO) yang berkolaborasi dengan katada insight center yang ditulis oleh Ra dan Git (2022) telah melakukan survey tentang indeks literasi digital adapun hasil survei mengenai status literasi digital di indonesia ditemukan bahwa sebanyak 25% remaja dengan rentang usia dibawah 24 tahun sering mengakses media sosial dengan rata-rata mengakses 3 jam lebih perhari. Hal tersebut didorong oleh ketidakmampuan remaja dalam mengontrol media sosial.

Kehadiran media sosial adalah bentuk evolusi dari fenomena keberadaan internet tersebut. Tentunya kehadiran media sosial dapat memudahkan seseorang untuk mencari informasi dan berinteraksi dengan orang lain, hal ini dimanfaatkan oleh generasi remaja untuk mengakses media sosial selama mungkin seperti yang dipaparkan laman resmi Hotsuite (2022) mengungkapkan bahwa sebanyak 191,4 juta orang di indonesia mengakses media sosial dan alasan tetap berada dalam media sosial adalah untuk mencari informasi, mencari ide atau inspirasi, dan tetap terhubung dengan keluarga atau teman. Dari hasil tersebut juga memperlihatkan bahwa rata-rata penduduk indonesia mengakses media sosial perhari adalah 3 jam 17 menit, sementara media sosial yang paling banyak diakses adalah

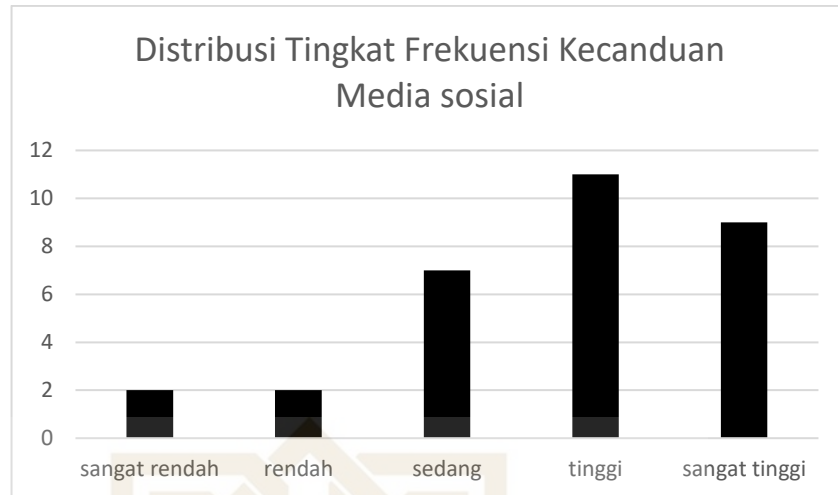


whatsapp dengan 88,7% , instagram 84,8%, facebook 81,3%, dan Tiktok 63,1%.

Beberapa fitur dan kemudahan menjadi alasan remaja untuk bisa mengakses media sosial sebanyak mungkin. Hal ini juga disampaikan dalam penelitian Pratiwi dan Fazriani (2020) bahwasanya fitur-fitur yang ada dalam setiap media sosial memudahkan remaja untuk mengakses dan tetap berada di media sosial, karena remaja sudah terbiasa mengakses media sosial baik untuk komunikasi interpersonal maupun kelompok. Oleh karena itu media sosial tidak bisa kita hindari di era digital ini.

Santrock (2012) mengatakan bahwa banyak penelitian tentang perilaku penggunaan media sosial remaja telah dilakukan. Remaja sering menggunakan media untuk melakukan aktivitas termasuk bermain video game, mendengarkan musik, menonton televisi, dan mengakses media sosial. Mayoritas anak muda, terutama yang tinggal di perkotaan, semakin bergantung pada media sosial. Selain bermain media sosial, remaja juga menggunakan media sosial untuk mempromosikan diri atau sambil berjualan di toko online. Oleh karena itu penggunaan media sosial sangat digemari oleh kalangan remaja karena banyak kegiatan atau aktivitas yang dapat dilakukan selain untuk belajar.

Tanda-tanda kecanduan dalam mengakses media sosial di Indonesia paling sering diamati pada remaja. Menurut survei Marketeers (2013), mayoritas pengguna internet di Indonesia berusia antara 15 dan 22 tahun. 42,4% dan 84,7% dari mereka menggunakan internet melalui smartphone. Hampir 70% anak muda yang menggunakan internet setiap hari masuk lebih dari tiga jam. Remaja mengakses media sosial 94% setiap saat, mencari informasi 64% dari waktu , dan membuka email sebanyak 60,2%



Gambar 1. 1 Hasil mini survei mengenai kecanduan media sosial

Survei awal yang dilakukan peneliti pada remaja dengan rentang usia 15-21 tahun di sekitar lingkungan tempat tinggal peneliti mendapatkan responden berjumlah 31 remaja. Mini survei ini tentang kecanduan media sosial yang terjadi pada remaja berusia 15-21 tahun dan dapat dilihat bahwa pada kategori sangat rendah terdapat 2 orang pada kategori rendah terdapat 2 orang, pada kategori sedang terdapat 7 orang, kategori tinggi 11 orang, dan pada kategori sangat tinggi terdapat 9 orang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja mengalami tingkat kecanduan media sosial paling banyak terjadi pada tingkat sedang hingga sangat tinggi. Hal ini disebabkan karena pada usia 15-21 tahun remaja bisa bebas mendapatkan akses untuk mengakses media sosial dimanapun dan kapanpun yang dia mau tanpa harus melibatkan orang tua mereka. Selain itu, melalui pengamatan peneliti remaja tersebut sering mengakses media sosial dikarenakan sangat mudah mencari arus informasi dan menyukai keterhubungan melalui media sosial dengan orang lain sehingga mereka akan lebih lama mengakses media sosial. Oleh karena itu seiring dengan perkembangannya zaman dan teknologi intensitas dalam mengakses media sosial akan terus meningkat, bahkan bukan tidak mungkin hal tersebut akan menjadikan seseorang menjadi kecanduan.

Hasil survei yang dilakukan Kominfo dan katadata yang ditulis oleh Ra dan Git (2022) menghasilkan bahwa tingkat literasi digital di DIY berada

pada indeks angka 3.64 yang artinya di provinsi DIY sendiri sudah memahami tentang pengetahuan dan penguasaan dalam bermedia sosial yang meliputi *digital skill*, *digital ethics*, *digital safety*, dan *digital culture*. oleh karena itu tingginya angka tersebut juga mempengaruhi lamanya seseorang dalam mengakses media sosial untuk terus mencari informasi dan berada di media sosial lebih lama

Yang dan Tung (2007) memaparkan bahwasanya individu menghabiskan 8,5 hingga 21,5 jam untuk mengakses media sosial maka dianggap kecanduan. Dalam memahami intensitas kecanduan media sosial rata-rata penggunaan media sosial yang diakses oleh remaja adalah 3 jam dimana dalam penelitian Yunita Mansyah Lestari et al., (2020) mengatakan remaja mengakses media sosial rata-rata 3 jam perhari angka ini menunjukkan intensitas waktu yang berlebih dan mengarah kecanduan dalam bermain media sosial, hal senada juga didukung oleh penelitian Syamsoedin et al., (2015) dimana mereka mengatakan penggunaan lebih dari 3 jam adalah kondisi seseorang mengalami kecanduan media sosial. Oleh karena itu sebagai remaja harus tetap bijak dalam menggunakan media sosial atau bisa dimanfaatkan sebagai media yang baik.

Remaja Indonesia sering memanfaatkan media sosial untuk berkomunikasi dengan orang lain. Remaja adalah salah satu dari mereka yang sering menggunakan media sosial sejak mereka dikenalkan dan dibesarkan di era digitalisasi yang cepat. Akibatnya, dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, remaja lebih terbuka terhadap perkembangan dan literasi. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, disertai dengan perubahan fungsi sosioemosional, kognitif, dan biologis. Remaja lebih sering bergaul dengan teman sebaya dan bermasalah dengan orang tuanya jika dilihat dari segi sosioemosional. Oleh karena itu, masa remaja lebih bergejolak daripada tahap perkembangan lainnya. Oleh karena itu, pubertas menjadi topik yang perlu mendapat perhatian lebih. Menurut Hurlock (2009), masa remaja dibagi menjadi dua fase: remaja awal, yang berlangsung dari usia 13 hingga 16 atau 17 tahun, dan remaja akhir, yang berlangsung dari usia 16 atau 17 hingga 18.



Sarwono (2011) menyatakan bahwa pertengahan masa remaja merupakan masa yang krusial bagi remaja. Hal ini terjadi karena remaja melalui peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan pencarian identitas diri mereka saat ini, sangat membutuhkan dukungan teman sebaya, bingung karena mereka tampaknya tidak tahu apa yang harus dilakukan untuk bersenang-senang, dan memiliki minat yang kuat. dalam topik yang tidak mereka mengerti.

Aprilia et al., (2020) mengungkapkan bahwa Sebagian besar remaja percaya semakin aktif mereka di media sosial, mereka akan terlihat semakin keren dan trendi. Di sisi lain, mereka percaya bahwa anak-anak yang tidak aktif di media sosial akan terlihat kurang bersosialisasi dan kurang bersosialisasi. Meskipun banyak anak-anak menggunakan media sosial, banyak yang masih berjuang untuk menggunakannya secara bertanggung jawab dan membedakan antara kegiatan berharga yang tersedia di sana.

Kelebihan dari mengakses media sosial yaitu memiliki banyak sekali manfaat, media sosial menjadi tempat yang paling banyak dikunjungi elemen masyarakat terutama remaja. Manfaat ini antara lain berfungsi sebagai saluran informasi dan komunikasi, membangun koneksi, menyediakan platform bagi pengguna untuk mempromosikan diri mereka sendiri, dan membantu orang-orang di dunia bisnis, karier, pendidikan, dan politik.

Media sosial memiliki banyak pengguna yang memungkinkan untuk menampilkan diri atau menunjukkan kepada pengguna lain bahwa individu berada dalam kondisi tertentu baik untuk dirinya sendiri maupun untuk berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain untuk membentuk ikatan sosial. Kemudahan yang individu dapatkan selain untuk berinteraksi dan membentuk ikatan tentunya dapat melakukan lebih banyak hal, transaksi seperti belanja online atau bermain game online dan seiring dengan perkembangan zaman, fitur-fitur yang lebih canggih akan muncul maka remaja akan dapat dengan mudah mengakses media sosial (R. S. Akbar et al., 2019)

Village (2011) berpendapat bahwa penggunaan media sosial oleh remaja memiliki efek positif yaitu memberi mereka akses ke berbagai kemudahan seperti bersosialisasi dan berkomunikasi dengan teman, keluarga, dan guru, berpartisipasi dalam diskusi dan interaksi dengan kelompok lain tentang tugas sekolah, dan belajar tentang kesehatan online.

Dari segi keuntungan, penggunaan media sosial oleh remaja terkait dengan aktivitas perkembangan, khususnya proses identifikasi diri. Remaja dapat saling berkomunikasi menggunakan media sosial, mendapatkan dukungan dari teman-temannya, dan mendapatkan saran dan informasi terkait karir, yang semuanya merupakan kelebihan dari media sosial untuk meningkatkan identitas dan keberadaan dari remaja sendiri (Fathadhika & Afriani, 2018).

Namun, hal tersebut dapat berubah menjadi kecemasan ketika mereka mengakses media sosial mereka dan melihat berbagai kemudahan yang dilakukan teman-temannya terus menerus dan tentu saja menambah peningkatan penggunaannya. Namun, kegiatan tersebut menunjukkan suatu bentuk kecemasan ketika remaja terus-menerus bermain media sosial untuk melihat berbagai kehebohan yang dilakukan oleh teman sebayanya. Akibatnya, mereka tidak dapat berhenti mengawasi aktivitas media sosial orang lain. (R. S. Akbar et al., 2019)

Oleh karena itu, tingginya dalam mengakses media sosial yang digunakan oleh remaja dapat berdampak buruk dan menyebabkan remaja menjadi kecanduan dalam mengakses media sosial untuk melakukan hal-hal yang bisa merusak kondisi psikologis mereka dan tidak dapat fokus dalam belajar hanya untuk kesenangan sesaat dan membuat mereka lupa tentang aktivitas yang sebenarnya

Hal tersebut juga disampaikan oleh Christina et al., (2019) bahwa terdapat dampak buruk apabila remaja sering mengakses media sosial dengan tingkat yang tinggi yaitu beresiko mengalami gangguan psikologi seperti stres dan depresi seperti mendapat hujatan atau mengalami tidak percaya diri untuk melakukan aktifitas di media sosial karena melihat temanya atau tren berita yang sedang berjalan.

Gangguan perilaku dalam menggunakan media sosial adalah kecanduan media sosial. Media sosial juga disebut sebagai situs jejaring sosial, memfasilitasi interaksi pengguna dengan orang lain sehingga pengguna dapat membuat ikatan sosial virtual. Namun, mereka juga dapat menyebabkan pengguna menampilkan diri mereka secara berlebihan dan mendorong kebiasaan penggunaan media sosial secara terus-menerus. Selain itu, salah satu hal yang memicu kecanduan dalam mengakses media sosial adalah FOMO yaitu berapa lama waktu yang digunakan seseorang di media sosial. Menurut survei yang dilakukan di laman sosial Hootsuite We Are, rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu 3 jam 26 menit di media sosial. Situs web media sosial telah berkembang menjadi sumber pendapatan FOMO yang signifikan. (Aisafitri & Yusriyah, 2021)

Masalah privasi yang rendah dan *cyberbullying*, yang dapat menyebabkan depresi media sosial, adalah efek lain dari kecanduan media sosial. Selain itu, dapat menyebabkan kecanduan media sosial, yang merupakan kelemahan yang lebih serius bagi pengguna media sosial yang sering menggunakan platform.

Remaja lebih cenderung menggunakan media sosial secara beresiko karena mereka menghabiskan lebih banyak waktu online dalam semua aktivitas mereka, yang mengurangi interaksi sosial mereka secara offline. Rajeev et al., (2016) mengatakan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan gejala kecanduan media sosial pada remaja karena mereka terlalu senang ketika mengakses media sosial tanpa memperhatikan batas waktu dan beraktivitas sehari-hari

Kecanduan dalam mengakses media sosial memiliki dampak negatif berupa masalah psikologis dan sosial pada remaja. Contoh masalah psikologis yang disebutkan oleh Pontes et al., (2014) adalah kesepian kemudian ditambahkan oleh Bhandari et al., (2017) yaitu depresi. Kesulitan komunikasi dalam lingkungan sosial mungkin merupakan indikasi masalah sosial. Penggunaan internet yang berlebihan juga dapat merugikan prestasi akademik dan menurunkan nilai pengetahuan yang dipelajari remaja di sekolah.

Adapun yang menyebabkan remaja menjadi kecanduan bermain media sosial dapat bersifat internal dan eksternal. Rafaella et al (2011) menyebutkan bahwa harga diri adalah salah satu faktor internal orang yang mengalami kecanduan media sosial. Sementara itu, Ahmadi & Saghafi (2013) mengatakan lingkungan rumah merupakan elemen lain yang dapat berkontribusi terhadap kecanduan media sosial remaja. Kecanduan media sosial pada remaja merupakan salah satu jenis perilaku merugikan yang terkait dengan lingkungan keluarga.

Bagi penggunanya, kecanduan media sosial bisa berdampak buruk. Menurut Gámez-Guadix, (2014), ada hubungan antara mood dan kecemasan dengan penggunaan internet yang bermasalah, di mana orang lebih cenderung mencari hubungan secara online. Menurut Stead & Bibby, (2017), menyalahgunakan media sosial atau menggunakannya secara berlebihan dapat menurunkan kepuasan hidup, membuat orang lebih cenderung mengalami depresi, menimbulkan kecemasan, atau membuat orang takut kehilangan momen (FOMO) dipengaruhi oleh fear of missing out (FOMO), yang didefinisikan sebagai kekhawatiran yang dirasakan orang ketika mereka tidak menjadi bagian dari suatu kegiatan. Dalam hal ini, gambar ada hubungannya dengan internet. Menurut Przybylski et al., (2013), ciri dari FOMO adalah bahwa orang selalu ingin mengetahui apa yang terjadi di dalam dan di sekitar mereka, oleh karena itu mereka mengunjungi internet dan menggunakan media sosial untuk melakukannya. Mereka berusaha untuk selalu berhubungan agar ia dapat beradaptasi dengan lingkungannya. Orang-orang khawatir jika mereka tidak mengikuti

perkembangan acara, kelompok teman mereka akan mengeluarkan mereka. Akibat masyarakat yang merasa harus mengawasi segala sesuatu yang terjadi di media sosial, muncullah fenomena FOMO yang berujung pada kecanduan media sosial.

Alt, (2015) mengemukakan bahwa FOMO berperan secara aktif dalam hubungan antara motivasi dan kecanduan media sosial, dengan orang-orang yang memiliki motivasi ekstrinsik yang kuat juga memiliki FOMO dan kecanduan media sosial yang tinggi. Studi dari non populasi barat juga menemukan FOMO dikaitkan dengan kecanduan media sosial yang lebih tinggi, artinya semakin tinggi tingkat FOMO maka kecanduan media sosial juga akan tinggi. Hal ini memang dipengaruhi rasa yang kuat dari dalam diri seseorang untuk tetap terhubung atau tetap bertahan di media sosial.

Dalam hal ini peneliti memilih remaja berusia 15-21 tahun yang mengakses media sosial sebagai subjek karena saat ini mereka sering mengakses media sosial lebih lama dari kebutuhan yang semestinya yaitu menunjukkan eksistensinya di media sosial dan tidak bisa mengontrol diri untuk tidak terhubung dengan orang lain sehingga melalaikan kewajiban seperti untuk belajar dan berkomunikasi dengan cukup dari jarak jauh agar tidak luput dari perkembangan media sosial. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat apakah ada hubungan yang positif antara FOMO (*fear of missing out*) dengan kecanduan media sosial pada remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta

## **B. Tujuan Penelitian Penelitian**

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan media sosial dengan *fear of missing out* (FOMO) pada remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta.



### **C. Manfaat Penelitian:**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmu di bidang psikologi mengenai FOMO (*fear of missing out*), Kecanduan media sosial dan remaja. Selain itu diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian yang berkaitan dengan variabel yang diukur.

#### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada:

- a. Remaja mengenai hubungan antara kecanduan media sosial (FOMO) dan kecemasan atas informasi yang hilang (FOMO) pada remaja pengguna media sosial. Sehingga dapat menjadi pedoman dan alat untuk mengevaluasi seberapa baik dan cerdas remaja menggunakan media sosial untuk mencegah kecanduan
- b. Apabila peneliti selanjutnya ingin melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang sudah ada, dapat dijadikan bahan bacaan atau referensi.

### **D. Keaslian penelitian**

Berdasarkan studi literatur terdapat beberapa penelitian sejenis yang telah meneliti variabel-variabel sebelumnya.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Dewi et al (2022) “Analisis Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Lingkungan Sosial Terhadap Perilaku Fear Of Missing Out”. Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi ex post facto, yaitu variabel independen sudah muncul pada saat peneliti mulai mengamati variabel dependen dalam suatu penelitian. Subjek yang dipilih dalam penelitian ini adalah 141 remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua variabel secara simultan memberikan kontribusi tingkat pengaruh sebesar 80,1% sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial dan lingkungan sosial terhadap perilaku Fomo.

Hasil penelitian oleh Pratiwi dan Fazriani (2020) dengan judul “Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FOMO) Dengan Kecanduan

Media Sosial Pada Remaja Pengguna Media Sosial”. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah 168 responden dengan teknik pengumpulan data adalah random sampling dengan menyebarkan kuesioner yang telah valid dan reliabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara rasa takut ketinggalan (FOMO) dengan kecanduan media sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Aprilia dkk (2020) dengan judul “Tingkat Ketergantungan Media Sosial pada Remaja” penelitian kuantitatif dengan analisis deskriptif. Subjek yang diambil adalah 72 siswa SMA plus kelas X, XI, dan XII Al-falah yang tinggal bersama orang tuanya. Peneliti menggunakan instrumen bentuk siswa skala kecanduan media sosial yang dibuat oleh Sahin. Hasil penelitian ini sebagian besar remaja atau 51,4% memiliki tingkat kecanduan media sosial yang rendah, sedangkan hampir separuh dari remaja atau 48,6% memiliki tingkat kecanduan media sosial yang tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Christina et al (2019) dengan judul “Hubungan Tingkat Neurotisme dengan Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial”. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode penelitian korelasional menggunakan teknik purposive sampling. Sampel yang diambil adalah 110 remaja dengan usia antara 13-18 tahun. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif secara signifikan antara skor neurotisme dengan ketakutan kehilangan (*fomo*) pada remaja.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Angesti dan Oriza (2018) dengan judul “peran fear of missing out (*FOMO*) sebagai mediator antara kepribadian dan penggunaan internet yang bermasalah”. Desain penelitian yang digunakan adalah analisis kuantitatif, yaitu analisis mediasi. Penelitian ini menemukan sebanyak 182 subjek dengan rentang usia 18-29 tahun, yaitu usia dewasa baru yang menggunakan internet. Alat ukur yang digunakan ada tiga skala yaitu skala penggunaan internet bermasalah yang diukur dengan skala penggunaan internet bermasalah secara umum yang

dibuat oleh Caplan. Kemudian skala mengukur kepribadian menggunakan big five personality inventory yang diadaptasi oleh Ramdhani, dan skala FOMO disusun oleh Przybylski et al (2013)

### 1. Keaslian topik

Topik atau tema penelitian ini ingin menghubungkan variabel dependen yaitu kecanduan media sosial dengan variabel independen yaitu FOMO (*fear of missing out*). Tema penelitian ini mirip dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Fazriani (2020) yang mendapatkan hasil bahwa terdapat adanya hubungan antara FOMO (*fear of missing out*) dan kecanduan media sosial. Penelitian Fathadika dan Afriani (2018) menunjukkan hasil penelitian bahwa FOMO (*fear of missing out*) memiliki hubungan yang signifikan dengan kecanduan media sosial

### 2. Keaslian teori

Penelitian ini menggunakan teori kecanduan media sosial yang dirancang oleh Eijinden (2016) yang berjumlah 27 aitem. Sedangkan untuk *fear of missing out* (FOMO) menggunakan teori Przybylski et al (2013) yang berjumlah 10 aitem

### 3. Keaslian alat ukur

Pada penelitian yang dilakukan oleh Eijinden (2016) mengenai setiap aspek dari kecanduan media sosial. Pada penelitian yang dilakukan oleh Przyblyski (2013) menggunakan aspek FOMO (*fear of missing out*)

### 4. Keaslian subjek penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek remaja untuk diteliti. Seperti penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fathadika dan Afriyani (2018) mengenai hubungan FOMO dan (*fear of missing out*) yang dimana subjek berjumlah 343 remaja di banda aceh. Pada penelitian Pratiwi (2020) mengenai hubungan antara FOMO dan kecanduan media sosial pada remaja yang mengambil subjek 168 remaja di SMAN 14 kabupaten Tangerang. Pada penelitian Adriansyah (2017) yang menggunakan remaja yang terindikasi perilaku FOMO berjumlah 7 oran



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

NO	Nama peneliti	Judul	Tahun	<i>Grand Theory</i>	Metode penelitian	Alat ukur	Subjek dan Lokasi	Hasil penelitian
1	Noviyanti Kartika Dewi, Imam Hambali, dan Fitri Wahyuni	Analisis intensitas penggunaan media sosial dan <i>social environment</i> terhadap perilaku <i>fear of missing out</i> (FOMO)	2022	Untuk menganalisis <i>social environment</i> terhadap perilaku fomo	Analisis <i>ex pos facto</i>	<i>Social environment</i> dan FOMO	Remaja di smp kota madiun	Terdapat pengaruh antara <i>social environment</i> terhadap perilaku FOMO
2	Ayu Pratiwi dan Anggita Fazriani	Hubungan antara <i>fear of missing out</i> (FOMO) dengan kecanduan media sosial pada remaja	2020	Mengetahui hubungan antara fomo dengan kecanduan media sosial aktif pada remaja	Deskriptif korelasional	Fomo dan kecanduan media sosial	Remaja di SMAN 14 kabupaten Tangerang	Adanya hubungan yang signifikan
3	Rizki Aprilia, Aat Sriati dan Sri	Tingkat kecanduan media sosial pada remaja	2020	Mengetahui seberapa besar tingkat kecanduan	Deskriptif kuantitatif	Kecanduan media sosial	Remaja di SMA Plus Al-Falah padang	Sebagian besar mengalami tingkat kecanduan media



	Hendrawati			media sosial pada remaja				sosial dengan kategori tingkat rendah
4	Riska Christina, Muhammad Salis Yuniardi dan Adhyatman Prabowo	Hubungan tingkat neurotisme dengan <i>fear of missing out</i> (FOMO) pada remaja pengguna aktif media sosial	2019	Mengetahui hubungan neurotisme dengan perilaku fomo	korelasional	<i>Big five inventory</i> dan fomo	Usia 13-18 tahun	Terdapat hubungan positif yang signifikan
5	Ristia Angesti dan Imelda Dian Ika Oriza	Peran <i>fear of missing out</i> sebagai mediator antara kepribadian dan penggunaan internet bermasalah	2018	Mengetahui hubungan peran fomo sebagai mediator dengan kepribadian dan penggunaan internet bermasalah	Analisis mediasi	Penggunaan internet bermasalah, kepribadian, FOMO	Usia 18-29 tahun	Terdapat mediasi sempurna antara trait conscientiousness
6	Sarentya Fathadika dan Afriyani	<i>Social media engagement</i> sebagai	2018	Mengetahui hubungan antara fomo dengan	Multistage cluster dan disproportionate stratified	Kecanduan media sosial, FOMO. <i>Social meda</i>	Usia 13-18 tahun di kota banda	Terdapat hubungan yang signifikan

		mediator antara <i>fear of missing out</i> dengan kecanduan media sosial pada remaja		kecanduan media sosial dimediasi oleh social media engagement		<i>engagement</i>	aceh	
--	--	--	--	---	--	-------------------	------	--

## Bab V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan dan dipaparkan oleh peneliti sebelumnya diatas, maka dapat disimpulkan bahwa :

Dari hasil hipotesis yang telah dilakukan mendapat gambaran bahwasanya adanya hubungan antara fomo dengan kecanduan media sosial pada remaja. Hasil tersebut ditunjukkan oleh penghitungan spss menggunakan analisis product momen dari pearson yang berada pada angka  $0,00 < 0,05$  yang berarti hubungan kedua variabel berpengaruh. Adapun angka yang dihasilkan berada pada angka 0,818 yang menunjukkan adanya pengaruh yang sangat kuat dari hubungan tersebut.

Dari penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat kecanduan media sosial pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata tingkat kecanduan pada laki-laki hal ini dibuktikan dengan angka yang dihasilkan pada perempuan sebesar 81 dan laki-laki sebesar 78

#### B. Saran

##### 1. Bagi remaja

Agar remaja lebih menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya dan mengakses media sosial tidak terlalu lama serta selalu menjalin komunikasi dengan orang tua agar terhindar dari kecanduan media sosial

##### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Agar peneliti selanjutnya dapat memperbarui sumber dan penyempurnaan dari penelitian ini karena seiring berkembangnya zaman dan teknologi akan berpengaruh pada keterbaruan sumber penelitian. Dalam mengerjakan penelitian ini, terdapat keterbatasan yaitu tidak meratanya daerah subjek dan keterbatasan waktu oleh peneliti. Dari keterbatasan tersebut diharapkan

peneliti selanjutnya dapat lebih memperhatikan meratanya jumlah subjek dan waktu yang digunakan agar lebih maksimal dalam melakukan penelitian.



### Daftar pustaka

- Abdullah, P. M. (2015). Living in the world that is fit for habitation: CCI's ecumenical and religious relationships. In *Aswaja Pressindo*.
- 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 (JBER)*, 14(1), 33–44. <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- Adriansyah, M. A., Munawarah, R., Aini, N., Purwati, P., & Muhliansyah, M. (2019). Pendekatan Transpersonal Sebagai Tindakan Preventif “Domino Effect” Dari Gejala Fomo (Fear Of Missing Out) Pada Remaja Milenial. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v6i1.2361>
- Ahmadi, K., & Saghafi, A. (2013). Psychosocial profile of iranian adolescents internet addiction. *cyberpsychology, behavior, and social networking* 16(7), 543-548 doi: 10.1089/cyber.2012.0237
- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). KECANDUAN MEDIA SOSIAL (FoMO) PADA GENERASI MILENIAL. *Jurnal Audience*, 4(01), 86–106. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>
- Akbar, R. F. (2018). Studi Analisis Perilaku (Analisis Faktor-faktor Komitmen Organisasional dan Pengaruhnya terhadap Kinerja Guru Madrasah Swasta di Jawa Tengah. *Skripsi*, 121–180.
- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMo) Pada Remaja Kota Samarinda. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 7(2), 38. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v7i2.2404>
- Al-Menayes, J. (2016). The Fear of Missing out Scale: Validation of the Arabic Version and Correlation with Social Media Addiction. *International Journal of Applied Psychology*, 6(2), 41–46. <https://doi.org/10.5923/j.ijap.20160602.04>
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear



- of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111–119.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057>
- Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018). Links between Adolescents' Deep and Surface Learning Approaches, Problematic Internet Use, and Fear of Missing Out (FoMO). *Internet Interventions*, 13(May), 30–39.  
<https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.05.002>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). “Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja”. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41–53.  
<https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/26928>
- Bhandari, P. M., Neupane, D., Rijal, S., Thapa, K., & Mishra, S. R. (2017). *Sleep quality , internet addiction and depressive symptoms among undergraduate students in Nepal*. 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1275-5>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2019). BPS Provinsi D.I. Yogyakarta
- 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.  
<https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.8024>
- COZBY, PAUL C., S. C. B. (2015). *Methods in Behavior Research*.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182–185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Fathadhika, S., & Afriani, -. (2018). Social Media Engagement Sebagai Mediator Antara Fear of Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(3), 208.  
<https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i3.18741>
- Gámez-Guadix, M. (2014). Depressive symptoms and problematic internet use among adolescents: Analysis of the longitudinal relationships from the

- cognitive-behavioral model. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(11), 714–719. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0226>
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology and Behavior*, 3(2), 211–218. <https://doi.org/10.1089/109493100316067>
- Hartinah, S., Sriati, A., Kosasih, C. E., Padjadjaran, U., Padjadjaran, U., Padjadjaran, U., Media, S., & Addiction, S. M. (2019). *Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran*. VII(1), 123–133.
- Hetz, P. R., Dawson, C. L., & Cullen, T. A. (2015). Social Media Use and the Fear of Missing Out (FoMO) While Studying Abroad. *Journal of Research on Technology in Education*, 47(4), 259–272. <https://doi.org/10.1080/15391523.2015.1080585>
- Hootsuite We are social. (2022). DIGITAL 2022: ANOTHER YEAR OF BUMPER GROWTH - We Are Social UK
- Hurlock, E. B. (2009) Psikologi perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(2), 147–158. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- kominfo dan katadata
- Kootesh, B. R., Raisi, M., & Ziapour, A. (2016). Investigation of relationship internet addict with mental health and quality sleep in students. *Acta Medica Mediterranea*, 32(SpecialIssue5), 1921–1925.
- Lemay, D. J., Bazalais, P., & Lemay, D. J. (2019). *Self-determination , loneliness , fear of missing out , and academic performance Recommended citation : Self-determination , loneliness , fear of missing out , and academic performance Tenzin Doleck \* Paul Bazalais*. 11(4), 485–496.

- Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73–77. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>
- Marketeers. 2013. *markplus insight: pengguna internet indonesia 74 juta ditahun 2013*. Jakarta: Indonesia
- Monks, F. J., Knoers, A., & Haditono, S. R. (2006). Psikologi perkembangan Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Montag, C., & Reuter, M. (2015). Internet addiction: Neuroscientific approaches and therapeutical interventions. Switzerland: Springer International Publishing. Retrieved from <https://netaddiction.com/wp-content/uploads/2012/10/Montag-Reuter-2015-Internet-Addiction-Springer.pdf>.
- Pontes, H. M., Griffiths, M. D., & Patrão, I. M. (2014). *Internet Addiction and Loneliness Among Children and Adolescents in the Education Setting : An Empirical Pilot Study*. 32(1), 91–98.
- Pratiwi, A., & Fazriani, A. (2020). Hubungan antara fear of missing out (Fomo) dengan kecanduan media sosial pada remaja pengguna media sosial. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1–13. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.123>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Computers in Human Behavior Motivational , emotional , and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Putri, L. S., Purnama, D. H., & Idi, A. (2019). Gaya Hidup Mahasiswa Pengidap Fear of missing out di kota Palembang. *Jurnal Masyarakat & Budaya*, 21(2), 129–148. <https://jmb.lipi.go.id/jmb/article/view/867>
- Ra, S., & Git, L (2022) Hasil Survei Literasi Digital Indonesia *Renewable Enenergy*
- Raffaella, P., Giuseppe, D. M., & Serena, R. (2011) Internet Addiction Disorder,

- Self Esteem and Relationship Patterns among Adolescence. *Conference paper Human Science Department University of Urbino "Carlo Bo"* Retrived from <https://www.researchgate.net/publication/247161662>
- Rajeev, R., Soans, S., Aroor, A. R., Shastry, R., & Shriyan, A. (2016). *Jemds.com*. 05(22), 1172–1174. <https://doi.org/10.14260/jemds/2016/272>
- Santrock, J., W. (2003) *ADOLESCENCE:perkembangan remaja*, edisi keenam Terjemahan. Jakarta:Erlangga
- Santrock, J., W. (2012). *Life span Development : Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, S. W. (2011). Psikologi remaja. Jakarta: PT Raja Graafindo Persada
- Suseno, M. N. M. (2012). Statistika: Teori dan aplikasi untuk penelitian ilmu sosial dan humaniora. *Yogyakarta: Ash-Shaff*
- Sma, D. I., Manado, N., & Wowiling, F. (2015). *HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA REMAJA*. 3.
- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality , Fear of Missing Out and Problematic Internet Use and their Relationship to Subjective Well-Being . *Computers in Human Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>
- Van Den Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale: Validity and psychometric properties. *Computers in Human Behavior*, 61, 478–487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.038>
- Village, E. G. (2011). *Clinical Report — The Impact of Social Media on Children , Adolescents , and Families abstract*. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0054>
- Yahya, Y., & Rahim, N. Z. A. (2017). Factors influencing social networking sites addiction among the adolescents in Asian Countries. *Proceedings Ot the 21st Pacific Asia Conference on Information Systems: “‘Societal Transformation Through IS/IT’”, PACIS 2017*.

- Yang, S. C., & Tung, C. (2007). *Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school*. 23, 79–96. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037>
- Young, K. S. (2007). Clinical Assessment of Internet-Addicted Clients. *Internet Addiction*, 19–34. <https://doi.org/10.1002/9781118013991.ch2>
- Yunita Mansyah Lestari, Suzy Yusna Dewi, & Aulia Chairani. (2020). Hubungan Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Jakarta Selatan. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 1(2), 9. <https://doi.org/10.32734/scripta.v1i2.1229>
- Zanah, F. N., & Rahardjo, W. (n.d.). *Peran kesepian dan fear of missing out terhadap kecanduan media sosial : Analisis regresi pada mahasiswa*.