

**FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DITINJAU DARI KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA PADA
REMAJA AKHIR**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun oleh:
Khasyina Aulia
NIM. 18107010040**

**Dosen Pembimbing Skripsi:
Dr. Nurus Sa'adah, S. Psi., M.Si., Psi.
NIP. 19741120 200003 2 003**

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

2023



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1157/Un.02/DSH/PP.00.9/10/2023

Tugas Akhir dengan judul : FoMO (Fear of Missing Out) Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Remaja Akhir

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KHASYINA AULIA
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010040
Telah diujikan pada : Senin, 02 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

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 653aeaed18ee0



Penguji I

Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.
SIGNED

Valid ID: 653909f74e2ad



Penguji II

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 652c9970917bb



Yogyakarta, 02 Oktober 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 653f57f82d27d

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khasyina Aulia

NIM : 18107010040

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “FoMO (*Fear of Missing Out*) ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Remaja Akhir” adalah karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain, adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 14 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Khasyina Aulia

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan skripsi/tugas akhir
Lamp : -
Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Khasyina Aulia

NIM : 18107010040

Judul Skripsi : FoMO (*Fear of Missing Out*) Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Remaja Akhir

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 14 Agustus 2023

Pembimbing



Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.

NIP. 19741120 200003 2 003

HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

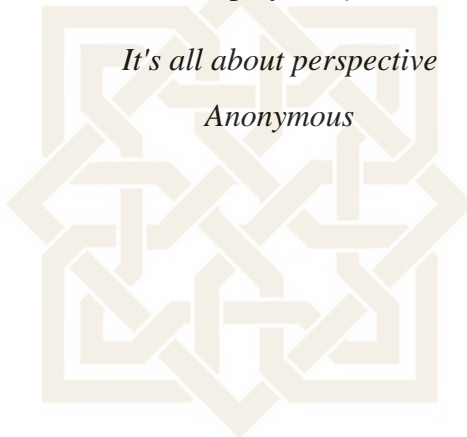
(Q.S Ar-Ra’d:11)

If you never try, you'll never know

Coldplay-Fix you

It's all about perspective

Anonymous



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayahNya berupa kemudahan dan kelancaran atas segala aktivitas kita semua. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

DIRI SENDIRI

Kepada diri saya yang telah berusaha dengan baik, terus belajar dengan baik dan mampu bertahan sampai titik ini

KELUARGA

Kepada kedua orang tua saya tercinta Bapak Tanwiyur dan Ibu Muji Rahayu yang selalu memberikan dukungan dan do'a tiada henti.

ALMAMATER

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

DOSEN

Kepada seluruh dosen yang telah mendedikasikan diri bagi universitas dan dunia pendidikan, yang telah mengajari serta memberi ilmu bagi penulis dari awal perkuliahan hingga akhir.

SAHABAT

Kepada seluruh sahabat penulis yang selalu kebersamai hingga terselesaikannya skripsi ini.

Terimakasih banyak

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “FoMO (*Fear of Missing Out*) Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Remaja Akhir”. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang menjadi sauri tauladan bagi kita semua umat Islam di dunia dan akhirat.

Selanjutnya, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu selama penyelesaian skripsi ini. Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, dukungan dan partisipasi berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih setulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S. Sos., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora.
3. Ibu Lisnawati, S. Psi., M. Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan selama perkuliahan.
4. Ibu Dr. Nurus Sa'adah, S. Psi., M.Si., Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi, terimakasih untuk waktu, motivasi, arahan, saran, dan koreksi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Denisa Apriliawati, S. Psi., M. Res., selaku penguji 1 yang telah memberikan arahan, saran dan koreksi selama pelaksanaan seminar dan munaqasah.
6. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S. Psi., M.Psi., Psi. selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan arahan, saran dan koreksi selama pelaksanaan munaqasah.

7. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberi dukungan dan do'a dari awal hingga akhir penyelesaian skripsi ini.
8. Ketiga kakak saya, Achmad Faisal Al-Ato', Khisbulloh As'ad dan Lutfi Hidayatulloh, terimakasih atas segala do'anya.
9. Kepada seluruh keluarga besar yang senantiasa selalu mendoakan.
10. Seluruh sahabat penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih sudah kebersamai penulis dimasa sulit maupun senang, sebagai tempat bercerita keluh kesah, selalu memberi semangat juga saling mendukung dan selalu bersedia direpotkan.
11. Teman-teman seperjuangan psikologi 2018 terkhusus kelas B yang telah kebersamai penulis dari mulai awal perkuliahan hingga saat ini.
12. Teman-teman KKN 105 Kalirejo, terimakasih atas keakraban, kehangatan, kekompakan, suka duka, canda tawa serta memori yang dapat penulis ingat sampai saat ini.
13. Teman, saudara maupun pihak lain yang telah membantu menyebarkan kuesioner penelitian sehingga skripsi ini dapat segera terselesaikan.
14. Seluruh responden penelitian yang telah berpartisipasi dalam melancarkan terselesaikannya skripsi ini.
15. Semua pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT senantiasa memudahkan segala urusan serta membalas seluruh kebaikan dengan hal yang lebih baik lagi. Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu kritik serta saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Amiin.

Yogyakarta, 7 Oktober 2023

Penulis

Khasyina Aulia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN/ GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DARTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRACT	xv
INTISARI	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
D. Keaslian Penelitian	10
1. Keaslian Topik.....	14
2. Keaslian Teori.....	15
3. Keaslian Alat Ukur	16
4. Keaslian Subjek Penelitian	18
BAB II. DASAR TEORI.....	19
A. FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	19
1. Definisi FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	19
2. Aspek-Aspek FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>).....	20
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	22
B. Kesejahteraan psikologis	27

1. Definisi Kesejahteraan Psikologis	27
2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologis	28
C. Dukungan sosial teman sebaya	31
1. Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya	31
2. Aspek – aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya	32
D. Remaja	34
E. Dinamika Hubungan Antar Variabel	37
F. Hipotesis Penelitian	44
BAB III. METODE PENELITIAN	45
A. Desain Penelitian	45
B. Identifikasi Variabel	45
C. Definisi Operasional Variabel	45
1. Variabel Terikat	45
2. Variabel Bebas	46
D. Populasi dan Sampel	48
1. Populasi	48
2. Sampel	48
E. Teknik Pengumpulan Data	49
1. Skala FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	49
2. Skala Kesejahteraan Psikologis	51
3. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	52
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	54
1. Validitas	54
2. Seleksi Aitem	54
3. Reliabilitas	55
G. Teknik Analisis Data	55
1. Uji Asumsi	55
2. Uji Hipotesis	58
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	59
A. Orientasi Kancah	59
B. Persiapan Penelitian	60
C. Pelaksanaan Penelitian	67

D. Hasil Penelitian.....	68
E. Pembahasan	86
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN.....	106



DAFTAR BAGAN/ GAMBAR

Gambar 1. Dinamika Hubungan Antar Variabel.....	43
Gambar 2. Grafik <i>Q-Q Plot</i> hasil uji normalitas	77
Gambar 3. Grafik <i>scatter plots</i> hasil uji linearitas	77



DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Literature Review</i>	10
Tabel 2. <i>Blueprint</i> skala FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) sebelum digugurkan.....	50
Tabel 3. <i>Blueprint</i> skala kesejahteraan psikologis sebelum digugurkan.....	52
Tabel 4. <i>Blueprint</i> skala dukungan sosial teman sebaya sebelum digugurkan	53
Tabel 5. Distribusi aitem skala ON-FoMO	63
Tabel 6. Distribusi aitem skala kesejahteraan psikologis.....	63
Tabel 7. Distribusi aitem skala variabel X2 sebelum digugurkan	64
Tabel 8. Distribusi aitem skala variabel X2 setelah digugurkan.....	65
Tabel 9. Hasil uji reliabilitas skala penelitian	66
Tabel 10. Distribusi jumlah subjek penelitian	67
Tabel 11. Distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin.....	68
Tabel 12. Distribusi subjek berdasarkan usia.....	69
Tabel 13. Distribusi subjek berdasarkan tempat tinggal	69
Tabel 14. Distribusi subjek berdasarkan pendidikan	70
Tabel 15. Distribusi subjek berdasarkan durasi penggunaan	70
Tabel 16. Distribusi subjek berdasarkan media sosial	71
Tabel 17. Deskripsi statistik	72
Tabel 18. Rumus perhitungan persentase kategori	74
Tabel 19. Kategorisasi skor FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	74
Tabel 20. Kategorisasi kesejahteraan psikologis	75
Tabel 21. Kategorisasi skor dukungan sosial teman sebaya	75
Tabel 22. Hasil uji normalitas	76
Tabel 23. Hasil uji multikolinearitas	78
Tabel 24. Hasil uji heteroskedastisitas	79
Tabel 25. Hasil uji outlier.....	79
Tabel 26. Hasil uji autokorelasi	80
Tabel 27. Hasil uji regresi hipotesis mayor.....	81
Tabel 28. Hasil koefisien regresi.....	81
Tabel 29. Hasil uji regresi hipotesis minor	82
Tabel 30. Hasil uji beda berdasarkan jenis kelamin.....	83
Tabel 31. Hasil uji beda berdasarkan usia.....	84
Tabel 32. Hasil uji beda berdasarkan tempat tinggal	84
Tabel 33. Hasil uji beda berdasarkan pendidikan	85
Tabel 34. Hasil uji beda berdasarkan durasi penggunaan	85

DARTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validitas skala penelitian.....	107
Lampiran 2. Skala penelitian <i>try out</i>	112
Lampiran 3. Tabulasi data hasil <i>try out</i>	118
Lampiran 4. Seleksi aitem dan reliabilitas skala.....	124
Lampiran 5. Skala penelitian.....	128
Lampiran 6. Tabulasi data penelitian.....	134
Lampiran 7. Deskripsi statistik.....	153
Lampiran 8. Uji asumsi.....	153
Lampiran 9. Uji hipotesis.....	156
Lampiran 10. Uji analisis tambahan.....	159



FOMO (FEAR OF MISSING OUT) VIEWED FROM PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PEER SOCIAL SUPPORT IN LATE ADOLESCENTS

Khasyina Aulia

18107010040

ABSTRACT

Abstract: *The rapid use of social media, which continues to increase every year, has various consequences, one of which is social anxiety Fear of Missing Out (FoMO), which has a negative impact on individual development during adolescence. This study aimed to determine the relationship between psychological well-being and peer social support and the Fear of Missing Out (FoMO) of late adolescents. This research used quantitative correlational methods, the sample was selected using accidental sampling techniques, the subjects were 111 late adolescence who live in Yogyakarta. The research instrument consisted of three scales: the ON-FoMO scale, psychological well-being scale, peer social support scale, and methods of data analysis using regression analysis. The results of the research show that there is a significant negative relationship simultaneously between psychological well-being and peer social support and FoMO (Fear of Missing Out) in late adolescence with a significance value of <0.001 ($p = > 0.05$). There is a significant negative relationship between psychological well-being and FoMO (Fear of Missing Out) in late adolescence, as evidenced by a significance value < 0.001 ($p = > 0.05$). There is a negative relationship between social support from peers and FoMO (Fear of Missing Out) in late adolescence with a significance value < 0.001 ($p = > 0.05$). Psychological well-being and social support from peers have an effective contribution of 32.2% to FoMO (Fear of Missing Out) in late adolescents. It can be concluded that psychological well-being and social support from peers can predict FoMO (Fear of Missing Out) in late adolescents.*

Keywords: *FoMO, late adolescence, peer social support, psychological well being*

FOMO (*FEAR OF MISSING OUT*) DITINJAU DARI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA PADA REMAJA AKHIR

Khasyina Aulia

18107010040

INTISARI

Intisari: Pesatnya penggunaan media sosial yang terus meningkat setiap tahunnya menyebabkan berbagai konsekuensi salah satunya kecemasan sosial FoMO (*Fear of Missing Out*) yang memiliki dampak negatif bagi perkembangan individu di masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* melibatkan subjek sebanyak 111 remaja akhir yang berdomisili di Yogyakarta. Instrumen penelitian terdiri dari tiga skala yaitu, skala ON-FoMO, skala kesejahteraan psikologis dan skala dukungan sosial teman sebaya, metode analisis data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan secara bersamaan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p = > 0,05$). Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir, dibuktikan dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p = > 0,05$). Terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p = > 0,05$). Kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya memiliki sumbangan efektif sebesar 32,2% terhadap FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir. Dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dapat memprediksi FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir.

Kata kunci: *dukungan sosial teman sebaya, FoMO, kesejahteraan psikologis, remaja akhir*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pesatnya berbagai perkembangan teknologi dan informasi saat ini, internet menjadi salah satu teknologi yang berkembang dan memasuki berbagai dimensi dalam tatanan masyarakat baik dalam bidang pendidikan, informasi, interaksi sosial, hiburan dan berbagai aspek lain (Andari, 2010). Berdasarkan (CNNIC, 2022), sebanyak 1.047 juta masyarakat Tiongkok merupakan pengguna internet. Di Turki, masyarakat yang terhubungan dengan internet mencapai 70 juta pengguna (*We Are Social*, 2017). Di Indonesia sendiri, masyarakat yang terhubung dengan internet mencapai 210 juta orang pada tahun 2022 menurut penelitian oleh lembaga survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Dapat dikatakan lebih dari separuh penduduk Indonesia menggunakan internet. Alasan dari penggunaan internet sendiri bervariasi, penelitian oleh Mao dan Zhang (2023) menyebutkan bahwa 99,39% dari 551 mahasiswa Cina menggunakan media sosial setiap hari, menurut laporan *We Are Social* (2017) sebanyak 48 juta pengguna internet di Turki mengakses media sosial. Di Indonesia, sebanyak 98,02% individu menggunakan internet untuk mengakses media sosial (APJII, 2022).

Media sosial merupakan ruang publik yang difungsikan untuk berkomunikasi antar sesama individu dengan individu lainnya dengan memuat informasi seperti teks, gambar, video atau audio (Kotler dan Kevin, 2016). Media sosial idealnya dapat memberikan dampak positif bagi individu, seperti

merasa senang ketika orang lain mengomentari atau menyukai postingannya, menambah wawasan, mengembangkan diri, dan bertemu individu lain yang memiliki minat yang sama (Hudson, et. al., 2015). Media sosial dapat digunakan sebagai media untuk bersosialisasi dengan individu lain dan memperluas jaringan pertemanan (Aridarmaputri, dkk., 2016). Disisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan seperti terus menerus mengikuti atau melihat *update* dari kehidupan orang lain di media sosial akan menyebabkan munculnya perasaan tidak puas akan diri sendiri, tidak berharga dan kecemasan (Abel, et. al., 2016).

Kebanyakan individu mengalami kecemasan berlebihan ketika individu merasa tertinggal atau melewatkan suatu informasi yang dirasa berharga. Fenomena ini sering disebut dengan FoMO (*Fear of Missing Out*). FoMO (*Fear of Missing Out*) merupakan perasaan cemas ketika individu kehilangan atau tidak dilibatkan dalam suatu momen berharga yang dilakukan oleh orang lain (Przybylski, 2013). FoMO (*Fear of Missing Out*) dapat dialami oleh berbagai kalangan usia, namun yang paling rentan terjadi pada remaja dan dewasa awal karena tingginya penggunaan media sosial pada masa tersebut (Purba, dkk., 2021). Usia remaja dan dewasa awal (18-25 tahun) merupakan dominan usia dengan persentase pengguna media sosial paling tinggi dibanding usia lainnya (Azharuddin, dkk., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh GezgİN, et.al. (2017) menyatakan bahwa FoMO (*Fear of Missing Out*) tertinggi dialami pada usia di bawah 21 tahun. Sekitar 64% pengguna jejaring sosial di Indonesia merupakan remaja, hal ini menunjukkan bahwa remaja sangat aktif dalam menggunakan media sosial

(Aridarmaputri, dkk., 2016). Prevalensi FoMO (*Fear of Missing Out*) pada kelompok dewasa adalah 25 % sedangkan pada remaja sekitar 50 persen, sebuah penelitian menunjukkan bahwa FoMO (*Fear of Missing Out*) lebih mungkin secara signifikan dialami oleh remaja dibandingkan kelompok dewasa karena media sosial sangat berpengaruh terhadap pembentukan identitas diri pada remaja (Akbar, dkk., 2019).

Remaja merupakan fase pencarian identitas diri yang membutuhkan peran dari keluarga, serta lingkungan seperti teman sebaya, di masa ini remaja juga berada dalam kondisi kebingungan karena ketidakmampuan menentukan aktifitas yang bermanfaat untuk dirinya, serta keingintahuan terhadap hal yang belum diketahuinya (Aprilia, dkk., 2018). Monks (1999) menjelaskan bahwa remaja merupakan individu dengan usia antara 12-21 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dengan pembagian usia 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir. Pada masa remaja, terhubung dan diterima oleh teman sebaya adalah hal yang paling penting (Desjarlais dan Willoughby, 2010). Media sosial digunakan remaja dalam memuaskan kebutuhan individu untuk menjadi bagian dari kelompok sosial, namun media sosial juga dapat memicu risiko kecemasan yang lebih tinggi ketika individu justru merasa dikecualikan dan merasa kehilangan pengalaman atau momen penting dengan teman-teman (Oberst, et. al., 2017). Individu yang terus tertarik menggunakan internet cenderung mengalami kecanduan media sosial sehingga menyebabkan individu mengalami FoMO (*Fear of Missing Out*) (Al-Menayes,

2015). Intensitas FoMO (*Fear of Missing Out*) yang tinggi dapat berdampak negatif bagi individu seperti harga diri yang rendah, tidak bisa mengambil keputusan sendiri, kesepian dan terisolasi dari dunia nyata, melewatkan makan hingga gangguan tidur, serta perasaan iri sosial (Abel, et. al., 2016; Dossey, 2014; Sutanto, 2020; Reagle, 2015).

Terdapat beberapa aspek internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi FoMO (*Fear of Missing Out*) pada individu, faktor internal seperti *sosial self-esteem* (Mandas, 2022; Abel, et. al., 2016), usia dan *gender* (Tomczyk, 2018; Reer, et. al., 2019), kebahagiaan (Halimbash, dkk., 2021), dan kesejahteraan psikologis (Przybylski, 2013; Reer, et. al., 2019) serta faktor eksternal seperti komunikasi interpersonal (Halimbash, dkk., 2021), kecanduan internet (Elhai et al., 2016, Umam, dkk, 2022), penggunaan media sosial (Stead dan Bibby, 2017), dukungan Sosial (Dou, et. al., 2021), dan pengaruh teman sebaya (Xie, et.al. 2018) dapat mempengaruhi FoMO (*Fear of Missing Out*) pada individu.

Salah satu aspek internal yang mempengaruhi FoMO (*Fear of Missing Out*) adalah kesejahteraan psikologis. Ryff dan Keyes (1995) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kemampuan individu untuk mengenali dan mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki. Przybylski, et. al. (2013) menjelaskan penyebab FoMO (*Fear of Missing Out*) terbentuk karena rendahnya kepuasan pada kebutuhan dasar psikologis akan kompetensi, otonomi dan keterkaitan. Pada dasarnya tidak terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis berkaitan secara langsung maupun tidak langsung dengan penurunan kesejahteraan psikologis (Parchami Khoram, et. al., 2022). Kebutuhan dasar

psikologis dianggap sebagai bawaan sejak lahir pada manusia, dan kepuasan individu mengarah pada pengalaman kesejahteraan psikologis yang krusial secara universal (Butt dan Arshad, 2021). Beberapa penelitian menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan kesejahteraan psikologis, namun memiliki nilai kontribusi yang kecil, yaitu kurang dari 15% (Hikmah, 2021; Savitri, 2019), sedangkan beberapa penelitian lain menjelaskan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan yang rendah menunjukkan tingkat FoMO (*Fear of Missing Out*) yang tinggi (Przybylski, 2013; Reer, et. al., 2019; Sari, D. N, 2023).

Kemudian, salah satu aspek eksternal yang dapat mempengaruhi FoMO (*Fear of Missing Out*) yaitu dukungan sosial teman sebaya. House (1987) mendefinisikan dukungan sosial sebagai hubungan antara dua orang atau lebih yang membantu memenuhi kebutuhan dasar individu akan rasa aman, penerimaan sosial, serta kasih sayang. Lebih lanjut, Fauziah (2015) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya lebih berpengaruh pada individu daripada dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain. Ryan dan Deci (2000) menjelaskan bahwa dukungan sosial yang dirasakan pada individu akan berdampak pada pemenuhan kebutuhan dasar psikologis. Ketika individu telah terpenuhi kebutuhan psikologisnya melalui dukungan sosial teman sebaya maka individu akan lebih tenang ketika melewati informasi di media sosial sehingga dapat menurunkan intensitas FoMO (*Fear of Missing Out*). Penelitian yang dilakukan oleh Hye-Young (2022) menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua memoderasi hubungan penggunaan media sosial

dan FoMO (*Fear of Missing Out*). Berbeda dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa dukungan sosial terutama yang didapatkan dari teman sebaya dapat mengurangi intensitas FoMO (*Fear of Missing Out*) (Xie, et.al.,2018; Dou, et.al. 2021). Hal tersebut dapat dikatakan masih terdapat ambiguitas antara pengaruh dukungan sosial yang didapat dari orang tua dan teman sebaya terhadap FoMO (*Fear of Missing Out*).

Peneliti kemudian tertarik untuk melakukan penelitian menggunakan variabel FoMO (*Fear of Missing Out*), kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya berdasarkan penjelasan tersebut diatas. Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu dari beberapa prediktor dari FoMO (*Fear of Missing Out*) (Przybylski, 2013; Reer, et. al., 2019; Sari, D. N, 2023). Adanya hasil kontribusi yang kecil terkait hubungan FoMO (*Fear of Missing Out*) dan kesejahteraan psikologis pada penelitian terdahulu (Hikmah, 2021; Savitri, 2019), serta masih sedikit penelitian yang menghubungkan kesejahteraan psikologis dengan FoMO (*Fear of Missing Out*), sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut variabel kesejahteraan psikologis sebagai variabel bebas pada penelitian ini. Dukungan sosial teman sebaya adalah salah satu dari beberapa faktor yang dapat menyebabkan FoMO (*Fear of Missing Out*) (Xie, et.al.,2018; Dou, et.al. 2021). Alasan peneliti memilih dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel bebas karena sejauh literatur yang telah dibaca, peneliti belum menemukan topik penelitian yang meneliti ketiga variabel tersebut, walaupun ada, masih sedikit penelitian terkait kesejahteraan psikologis, dukungan sosial teman sebaya dan FoMO (*Fear of Missing Out*).

Pada penelitian ini, Yogyakarta digunakan sebagai lokasi pelaksanaan penelitian, karena Yogyakarta merupakan provinsi yang mendapatkan predikat sebagai kota pendidikan, sehingga dekat sekali dengan kehidupan pelajar dan mahasiswa yang sedang berada pada rentan usia remaja (Sugiyanto, 2004). Selain itu, Yogyakarta merupakan salah satu kota dengan penggunaan internet yang cukup tinggi di Indonesia khususnya penggunaan media sosial. Menurut data Badan Pusat Statistik (2020), Yogyakarta menjadi salah satu kota yang mendominasi peningkatan jumlah pengguna internet. Didukung oleh hasil survei APJII (2022) yang memaparkan bahwa tingkat penetrasi internet DIY sebesar 78,6 %, penetrasi tersebut merupakan urutan ke-9 dari total 34 provinsi di Indonesia.

Berdasarkan penjabaran tersebut, peneliti kemudian tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “FoMO (*Fear of Missing Out*) Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Remaja Akhir”. Peneliti ingin mengetahui “Apakah terdapat hubungan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir?”.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan secara teoritis dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta memperkaya data empiris terkait FoMO (*Faer of Missing Out*) yang ditinjau dari kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya pada remaja akhir, serta memberi kontribusi dalam perkembangan psikologi khususnya yang berkaitan dalam bidang psikologi klinis, psikologi sosial, dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Remaja Akhir

Penelitian ini diharapkan bagi remaja akhir dapat bijak dalam bermedia sosial serta menurunkan intensitas penggunaan media sosial sehingga lebih lanjut dapat menurunkan FoMO (*Fear of Missing Out*).

b. Psikolog/Konselor

Bagi psikolog atau konselor, penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk melakukan program pelatihan untuk menurunkan intensitas FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan meninjau terkait tingkat kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial yang didapatkan individu.

c. Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) di tinjau dari kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya pada remaja akhir dapat merujuk penelitian ini sebagai referensi.



D. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Literature Review

No	Judul dan Identitas Jurnal	Teori	Metode dan Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Pengaruh FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) terhadap <i>social connectedness</i> pada <i>emerging adulthood</i> Darmansyah, N. R., dan Sumaryanti, I. U. (2022)	Menggunakan teori FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) milik Przybylski, et al (2013), teori <i>Social Connctedness</i> milik Lee, et al. (2001)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek berjumlah 300 berusia 18 hingga 25 tahun yang menggunakan media sosial Instagram selama minimal 12 bulan.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dan negatif antara FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) dan <i>Social Connectedness</i> pada masa dewasa awal.
2.	Reer, F., Tang, w. y., Quandt, T. (2019)	Teori perbandingan sosial (Feastinger, 1954), teori FoMO (Przybylski, 2013), teori kesejahteraan psikologis (kesepian, Hughes, 2004; depresi dan kecemasan, Kroenke, 2009)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek berjumlah 1865 yang merupakan pengguna internet di Jerman berusia 14-39 tahun.	Kesejahteraan psikologis dan peningkatan keterlibatan media sosial berhubungan positif satu sama lain. FoMO dan perbandingan sosial memediasi hubungan kesejahteraan psikologis dan keterlibatan media sosial. Penurunan kesejahteraan psikologis dikaitkan dengan peningkatan FoMO dan perbandingan sosial. Perbandingan sosial dan FoMO berhubungan positif satu sama lain.
3.	<i>Self-esteem</i> dan kepuasan hidup dengan <i>fear of missing out</i> (FoMO) pada remaja Farida, H., Warni, W.E., Arya, L. (2021)	Teori self esteem milik Rosenderg (1965), teori kepuasan hidup milik Diene (2000) dan teori fear of missing out (FoMO) milik Przybylski (2013).	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian survey dengan subjek berjumlah 384 remaja dengan rentan usia 12-23 tahun di kota Surabaya.	Terdapat hubungan positif antara self esteem dengan fear of missing out (FoMO). Terdapat hubungan negatif antara kepuasan hidup dengan fear of missing out (FoMO) remaja.

No	Judul dan Identitas Jurnal	Teori	Metode dan Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
4.	Peran <i>Trait Mindfulness</i> terhadap <i>Fear of Missing Out</i> Pengguna Media Sosial Witarso, L. S. (2023).	Teori trait mindfulness (Baer, 2006), dan teori Fear of Missing Out (Przybylski, et.al., 2013)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek berjumlah 347 orang berusia 17-40 tahun.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi-dimensi <i>trait mindfulness</i> memprediksi FoMO secara signifikan dengan kontribusi sebesar 20%.
5.	<i>Relationship between depression, Fear of Missing Out and social media addiction: The mediating role of self-esteem</i> Sommantico, M., Ramaglia, F., dan Lacatena, M. (2023).	Teori depression (Lovibond 1995), teori self-esteem Rosenberg 1965, teori FoMO Przybylski, 2013, dan teori media social addiction Areassen, 2014	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek merupakan individu berusia 18-35 tahun berjumlah 311.	Depresi dan FoMO berpengaruh positif terhadap kecanduan media sosial, serta harga diri mempengaruhi kecanduan media sosial secara negatif dengan sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 61,4%.
6.	Hubungan antara Regulasi Diri dengan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Sianipar, N. A., dan Kaloeti, D. V. S. (2019).	Teori FoMO (Przybylski, 2013) dan teori regulasi diri (Bandura, 2012)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek sebanyak 191 yang merupakan mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.	Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan FoMO dengan sumbangan efektif sebesar 2,9 %.

No	Judul dan Identitas Jurnal	Teori	Metode dan Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
7.	Hubungan Adiksi Media Sosial dengan <i>Psychological Well-Being</i> pada Mahasiswa di Kota Bandung Azharuddin, N. R., dan Qodariah, S. (2021).	Teori kesejahteraan psikologis oleh Ryff dan Keyes (1995) dan teori adiksi media sosial oleh Andreassen (2015)	Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan pendekatan kuantitatif dengan jumlah partisipan sebanyak 731 orang mahasiswa.	Hasil yang diperoleh menunjukkan hubungan yang negatif antara adiksi media sosial dengan <i>psychological well-being</i> pada mahasiswa di Kota Bandung
8.	<i>Impact of perceived social support on fear of missing out (FoMO): A moderated mediation model</i> Dou, F., Li, Q., Li, X., Li, Q., dan Wang, M. (2021).	Teori dukungan sosial oleh Jiang (2001), <i>Chinese Perceived Stress</i> oleh Yang dan Huang (2003), teori <i>basic psychological need</i> Johnston dan Finney (2010), dan teori FoMO oleh Przybylski, et. al. (2013)	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini sebanyak 806 mahasiswa di Cina.	Dukungan sosial berhubungan negatif dengan FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) pada mahasiswa, kebutuhan psikologis dapat memediasi hubungan antara dukungan sosial yang dirasakan terhadap FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>).
9.	Maraknya <i>Fear of Missing Out</i> dan Media Sosial di Kalangan Remaja Dwiputri, M. N. (2022)	Teori regulasi diri oleh Miller dan Brown (1991), teori harga diri Rosenberg (1965), dan teori FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>) Przybylski, et. al. (2013)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek berjumlah 100 orang dengan rentang usia 18- 25 tahun.	Hasil penelitian didapatkan pengaruh harga diri terhadap <i>fear of missing out</i> sebesar 5% dan pengaruh regulasi diri terhadap <i>fear of missing out</i> sebesar 2% yang dimoderasi oleh jenis kelamin
10.	<i>Predicting social media use intensity in late adolescence: The role of attachment to friends and fear of missing out</i> Jelena Opsenica Kostić, Ivana Pedović, dan Marina Stošić (2022)	Teori intensitas penggunaan media sosial oleh Rosen (2013), teori keterikatan pada teman Gullone dan Robinson (2005) dan teori FoMO Przybylski (2013)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek berjumlah 557, berusia 18-19 tahun yang menggunakan media sosial.	Dukungan teman sebaya merupakan prediktor positif intensitas penggunaan media sosial yang dimediasi oleh FoMO sebagai prediktor positif intensitas penggunaan media sosial.

No	Judul dan Identitas Jurnal	Teori	Metode dan Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
11.	<i>Smartphone Use Type, Fear of Missing Out, Sosial Support, and Smartphone Screen Time Among Adolescents in Korea: Interavtive Effects.</i> Song, H.Y., Kim, J.H (2022).	Teori FoMO oleh Przybylski (2013), teori dukungan sosial oleh Kim (1998)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif <i>cross-sectional</i> dan deskriptif. Subjek berjumlah 428 peserta dari empat sekolah menengah negeri yang dipilih melalui <i>convenience sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial, <i>game</i> , dan FoMO berhubungan positif dengan waktu penggunaan gawai, sementara video pendidikan dan dukungan orang tua berhubungan negatif dengan waktu penggunaan gawai. Dukungan teman memoderasi hubungan antara <i>game</i> dan waktu penggunaan gawai. Dukungan orang tua memoderasi hubungan antara video pendidikan, video/film/TV, dan waktu penggunaan gawai.
12.	Kebahagiaan dan komunikasi interpersonal terhadap kecenderungan ketakutan akan kehilangan momen. Halimbash, N., Rifayanti, R., dan Putri, E. T. (2021).	Penelitian ini menggunakan teori kebahagiaan Seligman (2013), teori komunikasi interpersonal Devito (2016), dan teori FoMO (<i>Fear of Misisng Out</i>) Przybylski (2013)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel 90 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan dan komunikasi interpersonal berpengaruh terhadap kecenderungan ketakutan akan kehilangan momen dengan nilai kontribusi sebesar 48,7 %.
13.	<i>Basic psychological needs satisfaction amd fear of missing out: Friend support moderated the mediating effect of individual relative deprivation.</i> Xie, X., Wang, Y., Wang, P., Zhao, F., Lei, L. 2018	Teori kebutuhan dasar psikologis (Ryan dan Deci, 2000), teori FoMO (Przybylski, 2013)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek berjumlah 815 mahasiswa di Cina usia 17-23 tahun	Kebutuhan dasar psikologis berkorelasi negatif dengan FoMO. Dukungan temna memediasi hubungan kebutuhan dasar psikologis dan Fomo.

Pemaparan diatas merupakan beberapa penelitian terdahulu yang melibatkan variabel FoMO (*Fear of Missing Out*), kesejahteraan psikologis, dan dukungan sosial teman sebaya. Pada penelitian ini maupun penelitian terdahulu tentunya terdapat perbedaan dan persamaan. Adapun perbedaan maupun persamaan penelitian penelitian ini dengan penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Keaslian topik ditentukan dengan membandingkan topik pada beberapa penelitian sebelumnya. Variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) pada penelitian sebelumnya sering dihubungkan dengan *connectedness* (Darmansyah dan Sumaryanti, 2021), kesejahteraan psikologis dan perbandingan sosial (Reer, et.al., 2019), *self-esteem* (Farida, 2021), regulasi diri dan harga diri (Dwiputri, 2022; Sianipar, 2019; Sommantico, 2023), depresi (Sommantico, 2023), *trait mindfulness* (Witarso, 2023), *social support* (Dou, et. al., 2021; Song dan Kim, 2022), penggunaan media sosial dan *attachment to friends* (Jelena, et.al., 2022), jenis penggunaan gawai, dan durasi penggunaan gawai (Song dan Kim, 2022), kepuasan hidup (Farida, 2021) dan kebahagiaan (Halimbash, dkk., 2021), kebutuhan dasar psikologis (Xie, et. al. 2018)

Persamaan topik penelitian ini dan penelitian sebelumnya yaitu menggunakan variabel FoMO (*Fear of Missing Out*), sedangkan perbedaan topik penelitian ini dan penelitian sebelumnya yaitu penelitian ini akan menghubungkan variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan

kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya pada remaja akhir yang belum pernah dikaji secara bersamaan.

2. Keaslian Teori

Keaslian teori pada penelitian ini ditentukan dengan membandingkan teori pada penelitian-penelitian sebelumnya. Teori FoMO (*Fear of Missing Out*) yang digunakan pada penelitian sebelumnya meliputi: teori FoMO (*Fear of Missing Out*) Przybylski (2013) (Reer, et. al., 2019; Sianipar, 2019; Farida, 2021; Dou, et. al., 2021; Darmansyah, dkk., 2022; Dwiputri, 2022; Jelena, et. al., 2022; Song dan Kim, 2022; Halimbash, dkk., 2021; Sommantico, 2023; Witarso, 2023).

Teori kesejahteraan psikologis yang digunakan pada penelitian sebelumnya meliputi: teori kesejahteraan psikologis teori Ryff (1995) (Azharuddin, 2021). Teori dukungan sosial pada penelitian sebelumnya meliputi: teori dukungan sosial Jiang (2001) pada penelitian Dou, et. al. (2021), dan teori dukungan sosial Kim (1998) pada penelitian Song dan Kim (2022).

Variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) sebagai variabel tergantung pada penelitian ini akan mengacu pada teori Przybylski (2013) yang mendefinisikan FoMO (*Fear of Missing Out*) sebagai perasaan cemas ketika individu kehilangan atau tidak dilibatkan dalam suatu momen berharga yang dilakukan oleh orang lain. Kesejahteraan psikologis sebagai variabel bebas pada penelitian ini akan mengacu pada teori Ryff (1995) yang mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kemampuan individu

untuk mengenali dan mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki. Teori dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini akan mengacu pada teori House (1987) yang menjelaskan dukungan sosial sebagai hubungan antara dua orang atau lebih yang membantu memenuhi kebutuhan dasar individu akan rasa aman, penerimaan sosial, serta kasih sayang.

Teori FoMO (*Fear of Missing Out*) Przybylski (2013), kesejahteraan psikologis Ryff (1995) dan dukungan sosial teman sebaya House (1987) dipilih karena adanya kesesuaian dengan topik pembahasan dan fenomena yang didapatkan, teori-teori tersebut juga banyak di gunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya sebagai acuan karena teori tersebut masih relevan. Teori yang digunakan bertujuan untuk menjelaskan permasalahan penelitian mengenai gambaran konstruk variabel yaitu, kesejahteraan psikologis, dukungan sosial teman sebaya, dan FoMO (*Fear of Missing Out*).

3. Keaslian Alat Ukur

Keaslian alat ukur pada penelitian ini ditentukan dengan membandingkan alat ukur pada beberapa penelitian sebelumnya. Alat ukur variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) yang digunakan pada penelitian sebelumnya meliputi: skala FoMO (*Fear of Missing Out*) dalam teori Przybylski (2013) (Reer, et.al., 2019; Sianipar, 2019; Farida, 2021; Darmansyah et al, 2022; Dou et al, 2021; Dwiputri, 2022; Jelena et al, 2022; Song, H.Y., Kim, J.H, 2022; Sommantico, 2023; Witarso, 2023).

Alat ukur variabel kesejahteraan psikologis pada penelitian sebelumnya meliputi: skala *Ryff's Psychological Well-being Scale* (RPWBS) dari Ryff (1989) (Azharuddin, 2021), skala kesejahteraan psikologis Ryff (1995) (Dwiputri, 2022). Alat ukur variabel dukungan sosial pada penelitian sebelumnya meliputi: skala dukungan sosial Zimer (PSSS) yang dikembangkan oleh Jiang (2001) pada penelitian Dou, *et.al.* (2021), dan skala dukungan sosial oleh Kim (1998) pada penelitian Song, H.Y., Kim, J.H (2022).

Pada penelitian ini, tiga skala alat ukur akan digunakan, skala FoMO (*Fear of Missing Out*) akan menggunakan skala ON-FoMO oleh Sette, *et. al.* (2020) yang didasarkan pada empat aspek yaitu, kebutuhan untuk dimiliki, kebutuhan untuk popularitas, kecemasan dan kecanduan. Skala ON-FoMO kemudian diadaptasi dan diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia oleh Kurniawan dan Utami (2022), pada variabel kesejahteraan psikologis akan menggunakan skala *Psychological well-being* (PWB) versi Indonesia yang di susun oleh Fadhil (2021). Instrumen skala didasarkan pada enam aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1995) yaitu otonomi, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan hubungan positif dengan orang lain. Variabel dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini akan menggunakan skala yang dikembangkan oleh peneliti dengan mengacu teori dan aspek House (1987), adapun aspek yang akan diukur yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Keaslian subjek ditentukan dengan membandingkan subjek pada penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu sering menghubungkan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada subjek remaja (Jelena et.al., 2022; Song, H.Y., Kim, J.H, 2022), dewasa awal pengguna media sosial (Darmansyah et.al., 2022; Dwiputri, 2022), dan mahasiswa (Azharuddin, 2021; Dou et al., 2021). Berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini akan menggunakan subjek remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun yang berdomisili di Yogyakarta. Yogyakarta digunakan sebagai lokasi pelaksanaan penelitian karena Yogyakarta merupakan provinsi yang mendapatkan predikat sebagai kota pendidikan, sehingga dekat sekali dengan kehidupan pelajar dan mahasiswa yang sedang berada pada rentan usia remaja (Sugiyanto, 2004). Selain itu, Yogyakarta merupakan salah satu kota dengan penggunaan internet yang cukup tinggi di Indonesia khususnya penggunaan media sosial.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data penelitian yang telah dilakukan, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif secara bersamaan (simultan) antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir. Dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar < 0.001 ($p < 0.05$) serta koefisien regresi yang bernilai negatif sebesar -0.360 dan -0.301 pada variabel kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya. Besarnya pengaruh kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya terhadap FoMO (*Fear of Missing Out*) ditunjukkan oleh nilai *R Square* sebesar $0,322$ atau $32,2\%$, sedangkan $67,8\%$ sisanya dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti.
2. Terdapat hubungan negatif secara terpisah (parsial) antara kesejahteraan psikologis dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir. Dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar < 0.001 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien regresi bernilai negatif sebesar $-0,481$. Besarnya pengaruh kesejahteraan psikologis dapat dilihat dari nilai *R Square* sebesar 0.307 atau $30,7\%$ dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.
3. Terdapat hubungan negatif secara terpisah (parsial) antara dukungan sosial teman sebaya dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada remaja akhir. Dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar < 0.001 ($p < 0,05$) serta nilai

koefisien regresi bernilai negatif sebesar $-0,677$. Besaran pengaruh dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat dari nilai *R Square* sebesar 0.234 atau $23,4\%$ dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

4. Tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada nilai FoMO (*Fear of Missing Out*) berdasarkan jenis kelamin, usia, tempat tinggal, tingkat pendidikan dan durasi penggunaan media sosial.



B. Saran

Penelitian ini telah diupayakan supaya terlaksana semaksimal mungkin selama proses penyusunan, namun memungkirkan apabila masih terdapat banyak kekurangan. Oleh sebab itu, peneliti memberikan beberapa saran praktis sebagai berikut:

1. Bagi remaja akhir

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan informasi dan gambaran terkait dampak FoMO (*Fear of Missing Out*) terutama bagi remaja akhir. Peneliti juga berharap remaja akhir dapat mengetahui pentingnya meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya supaya dapat menggunakan media sosial dengan bijak dan sesuai kebutuhan serta menurunkan kecenderungan FoMO (*Fear of Missing Out*).

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat pemeratakan jumlah sampel ketika populasi sampel terdiri dari beberapa wilayah. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendalami hubungan antar variabel supaya dapat memberikan gambaran dinamika individu yang memiliki kecenderungan FoMO (*Fear of Missing Out*). Selain itu, bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel FoMO (*Fear of Missing Out*) dalam berbagai bidang yang lebih spesifik seperti FoMO (*Fear of Missing Out*) dalam bidang pendidikan, ekonomi, dan bidang lain yang kemudian dapat dikaitkan dengan ilmu psikologi ataupun meneliti variabel

prediktor FoMO (*Fear of Missing Out*) lainnya. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti subjek FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan lebih spesifik seperti pada suatu kelompok atau komunitas tertentu.



DAFTAR PUSTAKA

- 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).
- Ajhuri, M.A, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Yogyakarta: Penebar Media Pustaka.
- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan akan kehilangan momen (FoMO) pada remaja kota Samarinda. *Psikostudia J. Psikol*, 7(2), 38.
- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric Properties and Validation of the Arabic Social Media Addiction Scale. *Hindawi Publishing Corporation Journal of Addiction*. 6. 1-6.
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in human behavior*, 49, 111-119.
- Andari, S. (2010). Ketertarikan Remaja terhadap Jejaring Sosial melalui Internet. *Media Info: Litkersos*. 34 (2): 113-123.
- Anggraeni, R. D. (2021). *Hubungan antara Subjective Well-Being dan Fear of Missing Out (FoMO) pada Emerging Adulthood* (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- APJII. (2022). Hasil Survey Profil Internet Indonesia 2022. www.apjii.or.id/survei
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2018). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *JNC*, 3(1), 41–53
- Aridarmaputri, G. S., Akbar, S. N., & Yuniarrahmah, E. (2016). Pengaruh jejaring sosial terhadap kebutuhan afiliasi remaja di program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. *Jurnal Ecopsy*, 3(1).
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, C. N. (2021). Hubungan Kepribadian Neurotisme dengan Fear of Missing Out pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2), 245-258.
- Azharuddin, N. R., & Qodariah, S. (2021). Hubungan Adiksi Media Sosial dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 168-172.
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). Reliabilitas dan Validitas Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bloemen, N., & De Coninck, D. (2020). Social media and fear of missing out in adolescents: The role of family characteristics. *Social Media+ Society*, 6(4). 1-11
- Butt, A. K., & Arshad, T. (2021). The relationship between basic psychological needs and phubbing: Fear of missing out as the mediator. *PsyCh Journal*, 10(6), 916-925.
- CNNIC. (2022, Agustus). The 50th Statistical Report on China's Internet Development. Diakses pada 9 September 2023 dari:

<https://www.cnnic.com.cn/IDR/ReportDownloads/202212/P020221209344717199824.pdf>

- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Pendekatan, Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Darmansyah, N. R., & Sumaryanti, I. U. (2022). Pengaruh Fear Of Missing Out (FOMO) terhadap Social Connectedness pada Emerging Adulthood. In *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 5 (3).
- Davis, L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied nursing research*, 5(4), 194-197.
- Desjarlais, M., & Willoughby, T. (2010). A longitudinal study of the relation between adolescent boys and girls' computer use with friends and friendship quality: Support for the social compensation or the rich-get-richer hypothesis. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 896-905.
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.
- Dou, F., Li, Q., Li, X., Li, Q., & Wang, M. (2021). Impact of perceived social support on fear of missing out (FoMO): A moderated mediation model. *Current Psychology*, 1(10).
- Dwiputri, M. N. (2022). Maraknya Fear of Missing Out dan Media Sosial di Kalangan Remaja. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(2), 155-167.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516.
- Fadhil, A. (2021). Evaluasi properti psikometris skala psychological well-being (PWB) versi Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4666-4674.
- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa S1 tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 4(4), 255-261.
- 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.
- Ghozali, Imam. (2005). Analisis Multivariate dengan Program SPSS Ed 3. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegor
- Guilford, J. P., & Fruchter, B. (1978). *Fundamental Statistics in Psychology and Education* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Güllü, B. F., & Serin, H. (2020). The Relationship Between Fear of Missing Out (FoMO) Levels and Cyberloafing Behaviour of Teachers. *Journal of Education and Learning*, 9(5), 205
- Halimbash, N., Rifayanti, R., & Putri, E. T. (2021). Kebahagiaan dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecenderungan Ketakutan Akan Kehilangan Momen. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 381-390.
- Hikmah, N., & Duryati, D. (2021). Hubungan Antara Fear of Missing Out dengan Psychological Well Being pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 10414-10422.
- Sugiyanto. (2004). Yogyakarta Kota Pendidikan Dan Ekonomi Alternatif. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(3), 523-547

- Hurlock. (1916). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- House, J. S. (1987, December). Social support and social structure. In *sociological forum* (Vol.2, No. 1, pp. 135-146). Kluwer Academic Publishers
- Hudson, S., Huang, L., Roth, M. S., & Madden, T. J. (2016). The influence of social media interactions on consumer–brand relationships: A three-country study of brand perceptions and marketing behaviors. *International Journal of Research in Marketing*, 33(1), 27-41.
- Hunt, M.G., Marx, R., Lipson, C. & Young, J. (2018) No more FOMO: limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751–768.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*, 1(2), 137-164.
- Kostić, J. O., Pedović, I., & Stošić, M. (2022). Predicting social media use intensity in late adolescence: The role of attachment to friends and fear of missing out. *Acta psychologica*, 229, 103667.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *A framework for marketing management* (p. 352). Boston, MA: Pearson.
- Mandas, A. L., & Silfiah, K. (2022). Social Self-Esteem dan Fear of Missing Out Pada Generasi Z Pengguna Media Sosial. *Jurnal Sinestesia*, 12(1).
- Mao, J., & Zhang, B. (2023). Differential Effects of Active Social Media Use on General Trait and Online-Specific State-FoMO: Moderating Effects of Passive Social Media Use. *Psychology Research and Behavior Management*, 1391-1402
- Masrifah, & Hendriani, W. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial dan Strategi Self Regulated Learning Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Pascasarjana Multidisiplin UNAIR. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 06, 14– 24.
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer support: a theoretical perspective. *Psychiatric rehabilitation journal*, 25(2), 134.
- Mei, S., Yau, Y. H. C., Chai, J., Guo, J., & Potenza, M. N. (2016). Problematic Internet use, well-being, self-esteem and self-control: Data from a high-school survey in China. *Addictive Behaviors*, 61(May), 74–79
- Midgley, C., Thai, S., Lockwood, P., Kovacheff, C. & Page-Gould, E. (2021) When every day is a high school Reunion: social media comparisons and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(2), 285–307
- Monks, FJ & Knoers, AMP, Haditono, (1999). *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya, (Terjemahan Siti Rahayu Haditono)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muna, K. (2017). Pengaruh interaksi teman sebaya terhadap perilaku penggunaan internet pada siswa kelas XI di SMK N 2 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 112-123.
- Neumann, D. (2020). Fear of missing out. *The International Encyclopedia of Media Psychology*, 1-9.

- Nurmandia, H.N, Denok, W, & Luluk, M. (2013). Hubungan Antara Kemampuan Sosialisasi Dengan Kecanduan Jejaring Sosial. 2013. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 107-119.
- 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, 51-60.
- Parchami Khoram, M., Imani, S., & Ansari, D. (2022). Predicting Psychological Well-Being Based on Basic Psychological Needs: The Mediating Role of Social Networks Addiction. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 20(2), 317-328.
- Parwati, S. R. D. (2018). *Pengaruh konformitas teman sebaya, depresi, dan trait kepribadian terhadap kecanduan game online pada remaja* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Fakultas Psikologi, 2018).
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246-260.
- Pratiwi, I. H. (2013). Pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di yayasan panti asuhan Putra Harapan Asrori Malang. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 1(2).
- Przybylski, A., K., Murayama, K., Haan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computer in Human Behavior*, 29, 1841-1848.
- Purba, B.O., Matulesy, A., Haque, S. (2021). Fear of missing out dan psychological well being dalam menggunakan media sosial. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 42-51.
- Putri, L. S., Purnama, D. H., & Idi, A. (2019). Gaya Hidup Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Palembang (Studi Pada Mahasiswa FoMO di Universitas Sriwijaya dan Universitas Muhammadiyah Palembang). *Jurnal Masyarakat dan Budaya*, 21(2), 129-148.
- Purwatiningsih, Budi & Asnal Mala. (2021). Komparasi Komponen Model Hybrid Learning Dalam Mata Kuliah Eksakta Di PgmI Unsuri Surabaya. *Journal of Art and Science in Primary Education*, 1(2). E ISSN: E-ISSN 2797-0965
- Rahardjo, L. K. D., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 456-461.
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi tingkat kecemasan remaja terhadap no-mobile phone (nomophobia) di sma negeri kota padang. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2).
- Reagle, J. (2015). Following the Joneses: FOMO and conspicuous sociality. *First Monday*, 20(10). 1-8
- Reer, F., Tang, W. y., & Quandt, T. (2019). Psychological well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out. *New Media & Society*, 21(7), 1486-1505.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. 2000. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. (Online).

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23
- Santika, G. Mohammad. (2015). Hubungan antara FOMO (Fear of Missing Out) dengan Kecanduan Internet (Internet Addiction) pada Remaja di SMAN 4 Bandung
- Santrock, John W, (1998). *Adolescence (7nd ed)*. Washington, DC: Mc Graw-Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith T. W. (2010). *Health psychology biopsychosocial interactions (7 ed)*. New York: John Wiley & Sons, Inc
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289.
- Savitri, E. N. A., & Suprihatin, T. (2021). Peran Kontrol Diri dan Fear of Missing Out (FoMO) terhadap Kecenderungan Adiksi Media Sosial pada Generasi Z yang Berstatus Mahasiswa. *Prosiding Berkala Psikologi*, 3(November), 336–346.
- Savitri, J. A. (2019). Fear of Missing Out dan Kesejahteraan Psikologis Individu Pengguna Media Sosial di Usia Emerging Adulthood. *Acta Psychologia*, 1(1), 87-96.
- Sette, C. P., Lima, N. R. S., Queluz, F. N. F. R., Ferrari, B. L., & Hauck, N. (2020). The Online Fear of Missing Out Inventory (ON-FoMO): Development and validation of a new tool. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(1), 20–29.
- Shek, D. T. (1992). Meaning in life and psychological well-being: An empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life Questionnaire. *The Journal of genetic psychology*, 153(2), 185-200.
- Sianipar, N. A., & Kaloeti, D. V. S. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan fear of missing out (Fomo) pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal empati*, 8(1), 136-143
- Sommantico, M., Ramaglia, F., & Lacatena, M. (2023). Relationships between Depression, Fear of Missing Out and Social Media Addiction: The Mediating Role of Self-Esteem. *Healthcare*, 11(12), 2-12
- Sugiyono & Agus Susanto. 2015. *Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel*. CV. Alfabeta: Bandung
- Sujarweni, W. (2016). *SPSS Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Putro, A. W., & Simanjuntak, E. (2021). Stres akademik dan dukungan teman pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran daring. *Stres akademik dan*

- dukungan teman pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran daring, 9(2), 144-153.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). The future of positive psychology. *Handbook of positive psychology*, 751-767.
- Song, H. Y., & Kim, J. H. (2022). Gawai Use Type, Fear of Missing Out, Social Support, and Gawai Screen Time Among Adolescents in Korea: Interactive Effects. *Frontiers in Public Health*, 10(16), 1-10.
- Song, X., Zhang, X., Zhao, Y., & Song, S. (2017). Fearing of Missing Out (FoMO) in Mobile Social Media Environment: Conceptual Development and Measurement Scale. In *iConference 2017 Proceedings* (pp. 733–738).
- 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*, 76, 534-540.
- Sugiyanto. (2004). Yogyakarta Kota Pendidikan Dan Ekonomi Alternatif. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(3), 523–547.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Surasa, I. N., & Murtiningsih, M. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Harga Diri Remaja Di Smpn 258 Jakarta Timur. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 3(1), 14-22.
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff
- Sutanto, F., Sahrani, R., & Basaria, D. (2020, December). Fear of Missing Out (FoMO) and Psychological Well-Being of Late Adolescents Using Social Media. In *The 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)* (pp. 463-468).
- Tarakanita, I. (2001). Hubungan status identitas etnik dengan konsep diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 1-14.
- Tomczyk, Ł., & Selmanagic-Lizde, E. (2018). Fear of Missing Out (FOMO) among youth in Bosnia and Herzegovina—Scale and selected mechanisms. *Children and Youth Services Review*, 88, 541-549.
- Verma, A., & Purty, M. D. Phubbing, Fear of missing out (FoMO) and Psychological Well-being among. *Journal of Research*, vol.13, pp. 96-106
- We are Social (2017). Special reports: digital in 2017: global overview. Diakses pada 8 September 2023 dari <https://wearesocial.com/special-reports/digital-in-2017-global-overview> Wegmann.
- Wei, X., & Wang, C. (2009). Research on the contents and structure of social support for private entrepreneurs. *Asian Social Science*, 5(2), 11-14.
- Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). Uji Persyaratan Analisis. *Klik Media*.
- Widiyastono, M. H., Santi, D.E. (2021). Fear Of Missing Out Syndrome In Generation Z In Review Of Gender Group. *International Conference Of Humanities And Social Science (ICHSS)*, 1(1), 518-522

- Witarso, L. S. (2023). Peran Trait Mindfulness terhadap Fear of Missing Out Pengguna Media Sosial. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 59-72.
- Wortham, J. (2011, April). Feel like a wallflower? Maybe it's your Facebook wall. Diakses pada 10 Desember 2022, dari NYtimes.com: <http://www.nytimes.com/2011/04/10/business/10ping.html>
- Xie, X., Wang, Y., Wang, P., Zhao, F., & Lei, L. (2018). Basic psychological needs satisfaction and fear of missing out: Friend support moderated the mediating effect of individual relative deprivation. *Psychiatry Research*, 268, 223-228.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244
- Zou, Y. R., & Davidson, A. (2018). Age-associated B cells acquire a new wrinkle news-and-view. *Nature Immunology*, 19(4), 317–318.

