

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT*
DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN MEDIA
SOSIAL PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS BHAYANGKARA
JAKARTA RAYA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya



Oleh :

RAMADHAN SIREGAR

201610515075

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BHAYANGKARA
JAKARTA RAYA
2020**



UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jl. Darmawangsa I/1 Kebayoran Baru Jakarta Selatan 12140
Telepon : 021. 7231948-7267655 Fax: 7267657
Kampus II : Jl Perjuangan Raya Bekasi Utara Telp : 021. 88955882

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* dengan
Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas
Bhayangkara Jakarta Raya
Nama Mahasiswa : Ramadhan Siregar
Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515075
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 Juli 2020

Bekasi, 22 Juli ,2020
MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Andreas Corsini Widya N, S.Fil., M.A
NIDN : 0316028901

Penguji I : Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si
NIDN : 0324048801

Penguji II : Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0313128901

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi
Fakultas Psikologi

Dekan
Fakultas Psikologi

Fathana Gina, M.Psi., Psikolog
NIDN 0315078603

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog
NIDN 0317128504

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 06 Agustus 2020

Yang membuat pernyataan,



Ramadhan Siregar

201610515075

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan
Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas
Bhayangkara Jakarta Raya.

Nama Mahasiswa : Ramadhan Siregar

Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515075

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : Rabu, 15 Juli 2020

Bekasi, 15 Juli 2020

MENYETUJUI

Pembimbing



Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog

NIDN 0313128901

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan laporan proposal penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya”.

Penyusunan laporan proposal penelitian ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan pada Universitas Bhayangkara Jakarta Raya fakultas Psikologi. Penyusunannya dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Mira S. Arumi, M.Psi., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Fathana Gina, M.Psi., Psikolog. Selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing.
4. Ibu Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Reviwer.
5. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
6. Seluruh Staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
7. Ayah, Ibu dan keluarga tercinta yang selalu memberikan motivasi, doa dan semangat kepada penulis.
8. Monica Andini WA selaku pacar yang telah memberikan motivasi, doa dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan.
9. Teman – teman satu angkatan yang selalu memberikan motivasi, dukungan, semangat, canda dan tawa

10. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu – persatu yang telah membantu penulis baik langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.

Walaupun demikian, dalam laporan penelitian ini, peneliti menyadari masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan penelitian ini. Namun demikian adanya, semoga proposal skripsi ini dapat dijadikan acuan tindak lanjut penelitian selanjutnya dan bermanfaat bagi kita semua.

Bekasi, 11 Juli 2020

Peneliti



Ramadhan Siregar



ABSTRACT

Ramadhan Siregar. 201610515075. *The Relationship Between Fear of Missing Out and the Tendency of Social Media Addiction in the Psychology Faculty Students of Bhayangkara University, Greater Jakarta.*

*Social media addiction is an aspect of compulsive behavior, dependence, and lack of control. Addiction is a term used to describe the dependency that individuals have both physically and psychologically in an activity, drinking alcohol or drugs that are under conscious control. The impact that occurs when an individual experiences social media addiction is that he spends most of his time using social media, feels anxious when not using social media, and even disrupts other aspects of life. One of the factors that influence social media addiction is fear of missing out, fear of missing out is a phenomenon where individuals feel the fear of others having a pleasant experience but not directly involved, causing individuals to try to stay connected with what other people do through the media and internet. The independent variable in this study was social media addiction and the dependent variable in this study was fear of missing out. The technique used in this research is nonprobability sampling technique, snowball sampling. with a sample of 100 subjects from the students of the Faculty of Psychology at the University of Bhayangkara, Greater Jakarta. Correlation test results show the correlation coefficient (r) of 0.670 ** with a significance level (p) 0,000 ($p \leq 0,01$). This shows that there is a significant relationship between the variable fear of missing out and the tendency of social media addiction with a strong category or most likely based on the classification of correlation coefficients according to Periantalo (2016). Then it can be concluded that there is a positive correlation between the two variables. So that the alternative hypothesis (H_a) is accepted and the null hypothesis (H_o) is rejected. This shows that the higher the fear of missing out by psychology faculty students, the higher the social media addiction faculty of psychology students are about the use of social media.*

Keywords : fear of missing out, tendency towards social media addiction, college students.

ABSTRAK

Ramadhan Siregar. 201610515075. Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Kecanduan media sosial merupakan aspek perilaku yang kompulsif, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol. Kecanduan merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan ketergantungan yang dimiliki individu baik secara fisik dan psikologis dalam sebuah aktivitas, meminum minuman keras atau obat-obatan yang berada dibawah kontrol kesadaran. Dampak yang terjadi ketika individu mengalami kecanduan media sosial adalah menghabiskan hampir sebagian besar waktunya untuk menggunakan media sosial, merasa cemas ketika tidak menggunakan media sosial, dan bahkan sampai mengganggu aspek kehidupan lainnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial adalah *fear of missing out*, *fear of missing out* merupakan fenomena dimana individu merasa ketakutan orang lain memperoleh pengalaman yang menyenangkan namun tidak terlibat secara langsung sehingga menyebabkan individu berusaha untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui media dan internet. variabel independen dalam penelitian ini adalah kecanduan media sosial dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah *fear of missing out*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *nonprobability sampling* yaitu *snowball sampling*. dengan sampel penelitian sebanyak 100 subjek yang berasal dari mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,670** dengan taraf signifikansi (p) 0,000 ($p \leq 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel *fear of missing out* dengan kecendrungan kecanduan media sosial dengan kategori kuat atau kemungkinan besar berdasarkan klasifikasi koefisien korelasi menurut Periantalo (2016). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif diantara kedua variabel. Sehingga Hipotesis alternatif (H_a) diterima dan Hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *fear of missing out* yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas psikologi maka semakin tinggi juga kecendrungan kecanduan media sosial mahasiswa fakultas psikologi tentang penggunaan media sosial.

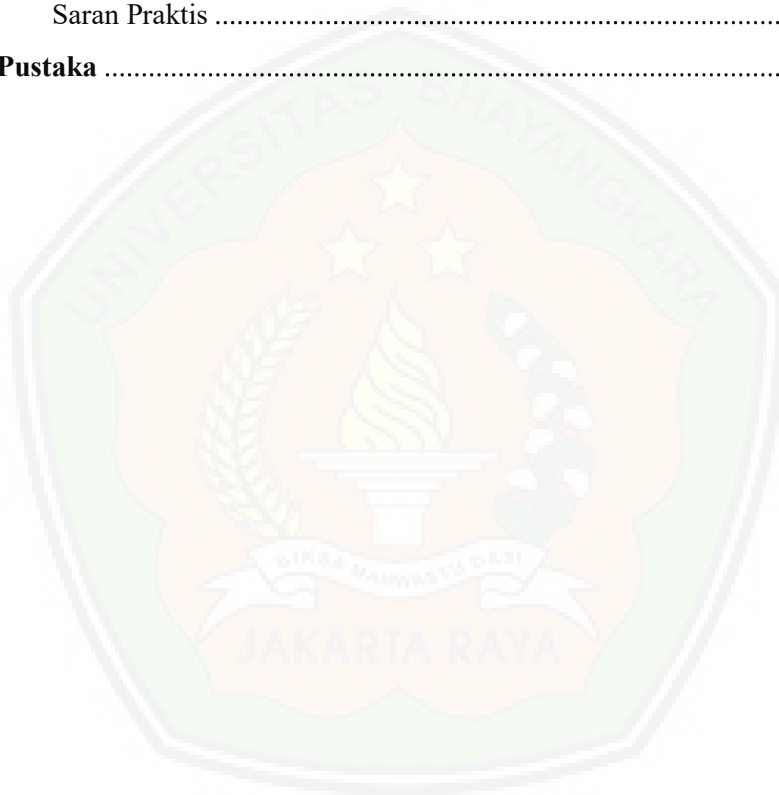
Kata kunci : *fear of missing out*, kecendrungan kecanduan media sosial, mahasiswa.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	15
1.3 Tujuan Penelitian	15
1.4 Manfaat Penelitian	15
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	15
1.4.2 Manfaat Praktis	15
1.5 Keaslian Penelitian.....	16
BAB II	20
TINJAUAN PUSTAKA	20
2.1 Kenderungan Kecanduan Media sosial.....	20
2.1.1 Definisi Kecanduan media sosial.....	20
2.1.2 Aspek - aspek kecanduan media sosial	21
2.1.3 Faktor-Faktor Penyebab Kecendrungan Kecanduan Media Sosial.....	22
2.2 <i>Fear of missing out</i>	25
2.1.1 Definisi <i>fear of missing out</i>	25
2.1.2 Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i>	26
2.1.1 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	27
2.3 Hubungan antara Kecendrungan Kecanduan Media Sosial dengan <i>Fear of Missing Out</i>	29
2.4 HIPOTESIS.....	32
BAB III	33

METODE PENELITIAN	33
3.1 Tipe Penelitian	33
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	33
3.3.1 Definisi Operasional Kecenderungan Kecanduan Media Sosial.....	33
3.3.2 Definisi Operasional <i>Fear Of Missing Out</i>	34
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	34
3.4.1 Populasi.....	34
3.4.2 Sampel.....	34
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.5.1 Instrumen Penelitian	35
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas	39
3.5.2.1 Validitas	39
3.5.5.2 Reliabilitas	43
3.6 Analisis Data	44
3.6.1 Katagorisasi.....	44
3.6.2 Uji Asumsi	44
a. Uji Normalitas.....	44
b. Uji Linieritas	45
3.6.3 Uji Hipotesis	45
a. Uji Korelasi.....	45
BAB IV	47
4.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	47
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	47
4.2.1 Persiapan Penelitian	47
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	48
4.3 Hasil Penelitian	48
4.3.1 Katagorisasi Subjek Penelitian.....	48
4.3.1.1 Kategorisasi <i>Fear of missing out</i>	49
4.3.1.2 Kategorisasi kecendrungan kecanduan media sosial	52
4.3.2 Uji Asumsi	55
a. Uji Normalitas.....	55
b. Uji Linieritas	56

4.3.3	Uji Hipotesis	56
a.	Uji Korelasi.....	56
4.4	Pembahasan.....	58
BAB V	62
KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1	Kesimpulan	62
5.2	Saran	62
5.2.1	Saran Teoritis.....	62
5.2.2	Saran Praktis	63
Daftar Pustaka	65



LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian Mahasiswa
- Lampiran 2. Skala Data Penelitian
- Lampiran 3. Hasil SPSS Validitas dan Reliabilitas Aitem
- Lampiran 4. Hasil SPSS Kategorisasi
- Lampiran 5. Hasil SPSS Uji Asumsi
- Lampiran 6. Hasil SPSS Hipotesis
- Lampiran 7. Tabulasi Data Try Out
- Lampiran 8. Tabulasi Data Setelah Try Out
- Lampiran 9. Kartu bimbingan skripsi



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor pada Skala Likert (Menurut Azwar, 2015).....	36
Tabel 3.2 Skor pada Skala Likert (Menurut Azwar, 2015).....	36
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Kecendrungan Kecanduan Media Sosial Sebelum Uji Coba	37
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Fear Of Missing Out</i> Sebelum Uji Coba	38
Tabel 3.5 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem (Periantalo, 2016)	39
Tabel 3.6 <i>Blue Print</i> Skala Kecanduan Media Sosial Setelah Uji Coba	40
Tabel 3.7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Fear Of Missing Out</i> Setelah Uji Coba.....	42
Tabel 3.8 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas (Periantalo, 2015).....	43
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Uji Coba kecanduan media sosial.....	43
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala uji coba <i>Fear of missing out</i>	44
Tabel 3.11 Klasifikasi Kekuatan Korelasi (Periantalo, 2016).....	46
Tabel 4.1 Rumus Kategorisasi	49
Tabel 4.2 Perhitungan <i>Fear of missing out</i> dengan SPSS.....	50
Tabel 4.3 Perhitungan <i>Fear of missing out</i> dengan SPSS dan Manual.....	50
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor <i>Fear of missing out</i>	51
Tabel 4.5 Kategorisasi <i>Fear of missing out</i>	51
Tabel 4.6 Perhitungan kecendrungan kecanduan media sosial dengan SPSS.....	53
Tabel 4.7 Perhitungan kecendrungan kecanduan media sosial dengan SPSS & Manual.	53
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor kecendrungan kecanduan media sosial.....	54
Tabel 4.9 Kategorisasi kecanduan media sosial.....	54
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 4.11 Hasil Uji Linear	56
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi	57