

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN
KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA
MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS
BHAYANGKARA**



SKRIPSI

Oleh:

Candias Cathartika Sukarta

201810515037

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

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

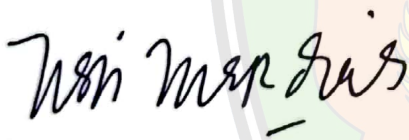
Judul Skripsi : Hubungan *fear of missing out* dengan
Kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa
Psikologi Universitas Bhayangkara
Nama Mahasiswa : Candias Cathartika Sukarta
Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515037
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 27 Juni 2022

Bekasi, 07 Juli 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si

NIDN: 0321126303



Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0326107706

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Fear of Missing Out* dengan
Kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa
Psikologi Universitas Bhayangkara
Nama Mahasiswa : Candias Cathartika Sukarta
Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515037
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 27 Juni 2022

Bekasi, 07 Juli 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Wustari L Mangundjaya, M. Org, Psy

NIDK: 8957830022

Penguji I : Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0326107706

Penguji II : Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si

NIDN: 0321126303

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN: 0314078503

Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD

NIDN: 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan *fear of missing out* dengan Kecenderungan *nomophobia* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Bhayangkara

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 di kemudian 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, 03 Juli 2022

Yang Membuat Pernyataan,



Candias Cathartika Sukarta

NPM : 201810515037

ABSTRAK

Candias Cathartika Sukarta. 201810515037. Hubungan antara *fear of missing out* dengan *nomophobia* terhadap mahasiswa psikologi Universitas Bhayangkara.

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan *nomophobia* yang memusatkan pada mahasiswa psikologi di Universitas Bhayangkara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa psikologi. dengan menggunakan total 147 responden yang berasal dari fakultas psikologi Universitas Bhayangkara. Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan tujuan untuk melihat hubungan dari dua variabel yang diteliti, menggunakan SPSS versi 25. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa *fear of missing out* berhubungan secara positif dengan *nomophobia* pada mahasiswa psikologi Universitas Bhayangkara. Saran bagi mahasiswa khususnya, agar mampu mengatur penggunaan *smartphone* sebagai upaya mencegah kecenderungan *nomophobia* yang akan berdampak buruk bagi kesehatan serta interaksi sosial, sehingga mahasiswa akan lebih mudah dalam berinteraksi serta memiliki perasaan yang tenang.

Kata Kunci: *fear of missing out*, *nomophobia*

ABSTRAK

Candias Cathartika Sukarta. 201810515037. *The relationship between fear of missing out with nomophobia tendencies towards psychology students at Bhayangkara University.*

This study explains the relationship between fear of missing out and the tendency of nomophobia which focuses on psychology students at Bhayangkara University. This study aims to determine whether there is a relationship between fear of missing out with nomophobia tendencies in psychology students. And Using a total of 147 respondents from the psychology faculty of Bhayangkara University. The method used in this study is correlational with the aim of seeing the relationship of the two variables studied, using SPSS version 25. The results obtained show that fear of missing out is positively related to nomophobia in psychology students at Bhayangkara University. Suggestions for students in particular, to be able to regulate the use of smartphones as an effort to prevent the tendency of nomophobia which will have a negative impact on health and social interaction, so that students will be easier to interact and have a calm feeling.

Sentence case : fear of missing out, nomophobia

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah Swt atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul **Hubungan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa psikologi Universitas Bhayangkara**. Peneliti menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya peneliti dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.
2. Ibu Dr. Netty Merdiaty, MM, M.Si dan ibu Kus Hanna Rahmi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi serta pembimbing akademik.
3. Dr. Wustari L Mangundjaya, M.Org., Psy, Psikolog sebagai dosen penguji siding skripsi.
4. Keluarga yang telah mendukung baik dari segi finansial maupun secara mental, demi lancarnya penelitian skripsi ini.
5. Mahasiswa psikologi angkatan 2019 sebagai responden yang telah membantu dalam memperoleh data dan pengisian kuesioner penelitian.
6. Athala Insyrania, ka Ajeng Juniar dan seluruh teman teman yang berada dalam satu bimbingan skripsi maupun angkatan yang telah mendukung kelancaran skripsi ini dengan berdiskusi dan bertukar pikiran.

Akhir kata peneliti menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, peneliti masih melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, peneliti meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan peneliti. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik.

Bekasi 10 Juni 2022.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Uraian Variabel	10
2.1.1 Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	10
2.1.2 <i>Fear of Missing Out</i>	16

2.1.3 Hubungan Antar Variabel.....	21
2.2 Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III	24
METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Tipe Penelitian	24
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
3.3.1 Definisi Operasional Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	25
3.3.2 Definisi Operasional <i>Fear of Missing Out</i>	25
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.4.1 Populasi.....	25
3.4.2 Sampel	26
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5.1 Instrumen Penelitian	27
3.5.2 Skala <i>Nomophobia</i>	28
3.5.3 Skala <i>Fear of missing out</i>	30
3.5.4 Validitas dan Reliabilitas.....	31
3.6 Analisis Data	32
3.6.1 Uji Asumsi	33
BAB IV.....	35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Profil Responden Penelitian.....	35
4.2 Pelaksanaan Penelitian	36
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	36
4.2.2 Pelaksaan Penelitian	37
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	38

4.3 Hasil Penelitian	42
4.3.1 Profil Demografis	42
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian	43
4.3.3 Kategorisasi Penelitian	44
4.3.4 Uji Hipotesis	48
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	49
BAB V	55
KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
5.1 Kesimpulan	55
5.2 Saran.....	55
5.2.1 Saran Praktis	55
5.2.2 Saran Teoritis.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pemberian Skor pada Skala	28
Tabel 2. Skala Nomophobia	29
Tabel 3. Skala Fear of missing out	30
Tabel 4. Indeks Diskriminan Aitem.....	31
Tabel 5. Klasifikasi Skor Reliabilitas	32
Tabel 6. Profil Responden Penelitian	35
Tabel 7. Validitas.....	38
Tabel 8. Uji Validitas Nomophobia.....	39
Tabel 9. Uji Validitas Fear of Missing Out	39
Tabel 10. Uji Reliabilitas.....	41
Tabel 11. Reliabilitas	41
Tabel 12. Demografis Variabel.....	42
Tabel 13. Demografis Responden.....	42
Tabel 14. Uji Asumsi Penelitian.....	43
Tabel 15. Hasil Perhitungan SPSS dan Manual Fear of Missing out	45
Tabel 16. Kategori Skor fear of missing out	46
Tabel 17. Kategorisasi Data Penelitian.....	46
Tabel 18. Hasil Perhitungan SPSS dan Manual Nomophobia.....	47
Tabel 19. Kategori Skor Nomophobia.....	47
Tabel 20. Kategorisasi Nomophobia	48
Tabel 21. Uji Korelasi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir Penelitian	23
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.....	61
Lampiran 2.....	65
Lampiran 3.....	102
Lampiran 4.....	109

