

HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA MAHASISWA

SKRIPSI



Oleh:

Kartika Aditya Zafirah

18320060

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS STUDI PSIKOLOGI SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2022

HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA MAHASISWA

SKRIPSI

**Diajukan kepada Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi,
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia,
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi**



Oleh:

Kartika Aditya Zafirah

18320060

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS STUDI PSIKOLOGI SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

Hubungan Antara *Self-Esteem* dan *Fear of Missing Out* Pada Mahasiswa

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi,
Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam
Indonesia, Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat
Sarjana S1 Psikologi

Pada Tanggal



Dewan Penguji

1. Wanadya Ayu Krishna Dewi, S.Psi., M.A.
2. Susilo Wibisono, S.Psi., M.A.
3. Dr. Ahmad Rusdi, S. Psi., S.Sos.I., MA., Si

Tanda Tangan

.....
.....
.....

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kartika Aditya Zafirah
Nomor Mahasiswa : 18320060
Program Studi : Psikologi
Jurusan : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Esteem* dan *Fear of Missing Out*.

Membuat pernyataan sebagai berikut:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi, saya tidak melakukan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apa pun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang berlaku dan dijunjung tinggi di Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, saya menyatakan dengan tegas bahwa skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Indonesia
3. Apabila di kemudian hari setelah saya lulus dari Prodi Psikologi, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, ditemukan terbukti secara meyakinkan bahwa skripsi saya adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang berlaku dan ditetapkan oleh Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 10 Maret 2022

Yang menyatakan



Kartika Aditya Zafirah

UCAPAN TERIMA KASIH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah rabbil 'alamin segala puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala nikmat dan ridho-Nya yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini (skripsi) dengan kelancaran. Penulis menyadari selama menyusun tugas akhir banyak pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa doa, dukungan dan kerelaan waktu serta bimbingannya hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, saya selaku penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.A., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Wanadya Ayu Krishna Dewi S.Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan masukan, saran, dan arahan sekaligus motivasi kepada penulis dan membimbing penulis dengan penuh kesabaran sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Kedua orang tua saya, Alm. Papa Sutrisno Thoha dan Mama Nor Cahya. Terima kasih sudah menjadi orang tua yang baik dan telah memberikan segenap cinta dan kasih sayang kepada saya hingga saya beranjak dewasa. Saya sangat bersyukur memiliki orang tua yang menyayangi saya, membimbing, dan mendidik dengan sangat baik dan menjadikan saya pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab. Terima kasih telah menerima saya apa adanya. Melalui do'a dan dukungan yang diberikan kepada saya, membuat skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sehingga saya mempersembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua saya.
4. Kakak-kakak tersayang saya Aditya Eka Akbar, Tias Aditya Latifah, dan Guntur Aditya Rahman. Terima kasih telah memberikan dukungan dan

semangat kepada saya. Terima kasih sudah memberikan nasihat-nasihat terbaik yang membantu saya menyelesaikan skripsi ini.

5. Keluarga besar Alm. Papa Sutrisno Thoha dan keluarga besar Mama Nor Cahya. Terima kasih telah membantu dan mendukung saya. Terima kasih atas segala perhatian, dukungan, dan do'a yang diberikan kepada saya selama proses pengerjaan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah membantu dan memberikan ilmu-ilmu dan pengetahuan yang bermanfaat kepada penulis dengan kesabaran dan keikhlasannya selama masa perkuliahan.
7. Seluruh karyawan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Terima kasih telah membantu serta memberikan kemudahan dalam proses administrasi.
8. Sahabat saya Coriena Lathifa Dewi dan Dea Indah Safitri. Terima kasih sudah menemani saya dalam proses pengerjaan skripsi ini. Terima kasih telah mendengarkan keluh kesah saya. Saya bersyukur memiliki sahabat seperti mereka sehingga saya dapat menjadi diri saya sendiri.
9. Sahabat saya Mayang Pramesty, Khairunnisa Nursalma, dan Anisa Sri Ayu Islamiani. Terima kasih telah menjadi sahabat saya sejak pertama kali saya ke Jogja. Terima kasih telah membantu dan mendukung saya selama proses pengerjaan skripsi.
10. Sahabat saya Thasya Aurelia, Irfan Ahsa, dan Aulia Noor Hikmah. Terima kasih telah memberikan dukungan dan semangat kepada saya selama pengerjaan skripsi.
11. Sahabat saya Zahrotul Azizah Vania. Terima kasih sudah selalu mengingatkan, membantu, dan mendukung saya selama proses pengerjaan skripsi.

12. Teman spesial baru akan tetapi sudah membantu banyak dalam proses pengerjaan skripsi, Rizaldy Mahendra. Terima kasih sudah menjadi pendukung dan pengingat yang baik.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK..	xi
BAB I PENGANTAR	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	4
C. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. <i>Fear of Missing Out</i>	6
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out</i>	6
2. Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i>	7
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	9
B. <i>Self-Esteem</i>	11
1. Pengertian <i>Self-Esteem</i>	11
2. Aspek-aspek <i>Self-Esteem</i>	13
C. Hubungan Antara <i>Fear of Missing Out</i> dengan <i>Self-Esteem</i>	16
D. Hipotesis Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Partisipan atau Subjek Penelitian	22
B. Pengukuran	22
1. Skala <i>Fear of Missing Out</i>	22

2. Skala <i>Self-Esteem</i>	23
C. Prosedur Penelitian	24
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	26
A. Hasil Penelitian	26
1. Deskripsi Subjek Penelitian	26
2. Deskripsi Data Penelitian	26
3. Hasil Uji Asumsi	28
i. Uji Normalitas	28
ii. Uji Linearitas	29
4. Hasil Uji Hipotesis	30
B. Pembahasan	30
BAB V PENUTUP	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Karakteristik-karakteristik Partisipan Penelitian	22
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Fear of Missing Out</i>	23
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-Esteem</i>	24
Tabel 4. Deskripsi Subjek Penelitian	26
Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian	26
Tabel 6. Penjabaran Kategorisasi Skala	27
Tabel 7. Kategorisasi Skala <i>Fear of Missing Out</i>	27
Tabel 8. Kategorisasi Skala <i>Self-Esteem</i>	28
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas	29
Tabel 10. Hasil Uji Linearitas	29
Tabel 11. Hasil Uji Korelasi	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kuesioner	43
Lampiran 2. Tabulasi Data Tryout Terpakai	56
Lampiran 3. Analisis Validitas dan Reliabilitas	58
Lampiran 4. Tabulasi Data Penelitian	62
Lampiran 5. Persentil	73
Lampiran 6. Analisis Uji Normalitas	74
Lampiran 7. Analisis Uji Linearitas	75
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis	76

Hubungan Antara *Self-Esteem* dan *Fear of Missing Out* Pada Mahasiswa

Kartika Aditya Zafirah¹, Wanadya Ayu Krishna Dewi²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Email: 18320060@students.uii.ac.id

ABSTRAK

Penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan *fear of missing out*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pengolahan data melalui aplikasi SPSS. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah kuesioner dalam bentuk *google form*. Peneliti menyebarkan kuesioner secara online kepada 235 mahasiswa/i aktif Universitas Islam Indonesia dengan 153 perempuan dan 82 laki-laki. Skala yang digunakan diadaptasi dari skala *Fear of Missing Out Scale* (FoMOS) oleh Przybylski, Murayama, Dehaan, dan Gladwell (2013) dan *Rosenberg self-esteem scale* (RSES) oleh Rosenberg (1965). Proses pengolahan data yang dilakukan adalah uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya skala *fear of missing out* dan *self-esteem* terdistribusi secara normal dengan nilai $p = 0.200$ ($p > 0.05$). Hasil Uji linearitas juga menunjukkan variabel *fear of missing out* dan *self-esteem* memiliki hubungan yang linear dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hasil Uji korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Fear of Missing Out* dengan *Self-Esteem* dengan nilai $r = -0.315$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$), yang artinya hipotesis penelitian ini diterima.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, *Self-Esteem*, FoMOS, RSES

**The Relation Between Self-Esteem and Fear of Missing Out Among College
Students**

Kartika Aditya Zafirah¹, Wanadya Ayu Krishna Dewi²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Email: 18320060@students.uii.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out the relation between self-esteem and fear of missing out. This study uses a quantitative approach and uses SPSS to process the data. The research instrument used in this study is a questionnaire in the form of google forms. The researchers distributed the questionnaire to 235 active college students of Islamic University of Indonesia that involved 153 females and 82 males. The scales were adapted from Fear of Missing Out Scale (FoMOS) by Przybylski, Murayama, Dehaan, and Gladwell (2013) and Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) by Rosenberg (1965). The data process conducted is a normality test, linearity test, and correlation test. The result of this study shows the scale of fear of missing out and self-esteem is normally distributed with the value of $p = 0.200$ ($p > 0.05$). The result of linearity test also shows that fear of missing out has linear relations with self-esteem with the value of the $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The result of correlation test shows there is a significant negative relation between fear of missing out and self-esteem with the value of $r = -0.315$ and the value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means the hypothesis of this study is accepted.

Keywords: *Fear of Missing Out, Self-Esteem, FoMOS, RSES*

BAB I

Pengantar

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Fuster, Chamarro, dan Oberst (2017) keinginan untuk terhubung secara sosial, mengetahui hal-hal yang orang lain lakukan, dan berada atau termasuk dalam momen atau pengalaman berharga merupakan kebutuhan dasar manusia. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa individu sering dipengaruhi oleh keputusan orang lain dan cenderung mengikuti kepercayaan umum dan gaya hidup kelompok arus utama. Emosi muncul dari rasa takut dipisahkan dari keinginan untuk berintegrasi ke dalam masyarakat arus utama. Hal ini dapat dijelaskan dengan konsep ketakutan yang terlewatkan (FoMO), yang menggambarkan keadaan psikologis di mana orang khawatir kehilangan kontak dengan beberapa peristiwa sosial, pengalaman, dan interaksi dengan lingkungan mereka. Studi yang terkait dengan FoMO terutama digambarkan sebagai jenis kondisi mental dan perubahan emosional yang dapat menyebabkan penggunaan media sosial yang berlebihan, penggunaan smartphone, dan konsumsi alkohol. Studi ini menunjukkan bahwa FoMO memiliki pengaruh langsung dan tidak langsung terhadap sikap dan perilaku masyarakat. Fenomena FoMO juga berkaitan dengan kecanduan internet yang terbentuk dari evolusi perkembangan teknologi dan komunikasi yang memberi pengaruh terhadap manusia. Dari penelitian-penelitian yang ditemukan kecanduan internet dapat menimbulkan dampak negatif kepada manusia. Penelitian yang telah dilakukan oleh Santika (2015) diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan kecanduan internet pada siswa SMAN 4 Bandung. Hasil dari penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa remaja disekolah tersebut terindikasi mengalami peningkatan toleransi penggunaan internet (Kalisna & Wahyumiani, 2021). Dengan kata lain, berkat FoMO, orang-orang menunjukkan kecenderungan dan kemauan yang kuat untuk mengubah perilaku mereka untuk mengikuti dan meniru suatu kelompok atau kelompok, yang mencerminkan keinginan mereka untuk tetap *mainstream* dan menjadi sama dengan orang lain.

Fear of Missing Out (FoMO) adalah kondisi dimana individu merasa cemas akan kehilangan momen berharga yang dimiliki orang lain saat ia tidak terlibat didalamnya (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013). Menurut Fuster, Chamarro, dan Oberst (2017) *Fear of Missing Out* (FOMO) adalah kondisi dimana individu merasakan perasaan tidak nyaman ketika orang lain mengalami momen atau pengalaman yang menyenangkan dan individu tidak ada atau tidak menjadi bagian dalam pengalaman tersebut, dan juga keinginan individu untuk terus terhubung dengan orang lain. JWT Marketing Communications (Abel, Buff, & Burr, 2016) menjelaskan *fear of missing out* (FOMO) adalah perasaan tidak nyaman dan terkadang perasaan tertinggal ketika orang-orang disekitar individu melakukan kegiatan yang lebih baik dari individu dan individu tidak terlibat didalamnya. Putri, Purnama, dan Idi (2019) menggambarkan FoMO sebagai bentuk kecemasan yang ditandai dengan keinginan untuk selalu mengetahui apa yang dilakukan orang lain melalui sosial media dengan tiga indikator yaitu ketakutan, kekhawatiran, dan kecemasan. Gil, Chamarro, dan Oberst (2015) menjelaskan bahwa FoMO merupakan konsep yang memiliki tujuan untuk menjelaskan perasaan individu saat melihat suatu hal terjadi di sosial media dan individu tersebut tidak menjadi bagian dari hal tersebut. Abel, Buff, dan Burr (2016) juga menjelaskan bahwa perasaan cemas, tidak mampu, mudah tersinggung akan cenderung meningkat pada individu yang mengalami FoMO saat menggunakan sosial media.

Tingginya tingkat level dari FoMO dapat menyebabkan berbagai macam dampak negatif seperti berkurangnya hubungan non-virtual, berkurangnya atensi saat berkomunikasi (Chaudhry, 2015), rendahnya tingkat kesejahteraan hidup (Milyavskaya, Saffran, Hope, & Koestner, 2018; Przybylski dkk, 2013), dan membandingkan diri sendiri dengan orang lain (Reagle, 2015; Utami & Aviani, 2021). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat level *fear of missing out* salah satunya adalah *self-esteem*. Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya juga menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dan *fear of missing out* (Buglass et al., 2017; Siddik et al., 2020; Torres-serrano, 2020).

Penelitian kali ini berfokus pada variabel *fear of missing out* (FOMO). Penelitian yang membahas terkait *self-esteem* dan *fear of missing out* masih tergolong sedikit di Indonesia. Beberapa penelitian yang membahas topik yang sama adalah Abel, Buff, dan Burr (2016) dengan judul penelitian *Social Media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment*. Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) dengan judul penelitian Peran Harga Diri terhadap *Fear of Missing Out* pada Remaja Pengguna Situs Jejaring Sosial. Umam (2021) dengan penelitian yang berjudul Harga Diri, Neurotisme dan Kecanduan Internet sebagai Prediktor *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa. Buglass, Binder, Betts, dan Underwood (2017) dengan penelitian yang berjudul *Motivators Online Vulnerability: The Impact of Social Network Site*. Torres-serrano (2020) dengan penelitian yang berjudul *Fear of Missing out (FOMO) and Instagram use: Analysis of the Relationship Between Narcisim and Self-Esteem*. Penelitian-penelitian tersebut memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian kali ini seperti, metode penelitian yang digunakan, instrument penelitian, topik, maupun karakteristik subjek pada penelitian.

Abel, Buff, dan Burr (2016) melakukan penelitian yang membahas tentang perkembangan skala dan asesmen dari sosial media dan *fear of missing out*. Dalam kesempatan kali ini peneliti akan membahas terkait hubungan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out*. Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) menggunakan instrument penelitian yang berbeda dengan penelitian kali ini, dimana penelitian yang dilakukan oleh Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) menggunakan *Self-liking/Self-Competence Scale-Revised* (SLCS-R) sebagai alat ukur variabel harga diri. Pada penelitian kali ini harga diri atau *self-esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) sebagai alat ukur dari variabel *self-esteem*. Penelitian yang dilakukan oleh Umam (2021) membahas tentang beberapa variabel yang menjadi predictor variabel *fear of missing out* seperti, harga diri, neurotisme, dan kecanduan internet. Terdapat beberapa perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh Umam (2021) dengan penelitian ini. Pertama adalah subjek dari penelitian Umam (2021) merupakan mahasiswa aktif berusia 18-24 tahun yang menempuh Pendidikan di

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Kedua Skala harga diri yang digunakan oleh Umam (2021) merupakan skala harga diri oleh Coopersmith yang dikembangkan oleh Mruk (2006) yang mana penelitian kali ini akan menggunakan skala harga diri Rosenberg (1965). Ketiga penelitian yang dilakukan oleh Umam (2021) menggunakan 3 variabel predictor, di penelitian kali ini hanya memfokuskan *self-esteem* atau harga diri sebagai variabel yang mempengaruhi *fear of missing out*.

Penelitian yang dilakukan oleh Buglass, Binder, Betts, dan Underwood (2017) membahas tentang peran *online vulnerability* terhadap dampak dari *social network site* (SNS) dan FOMO. Dimana pada penelitian ini menjadikan *self-esteem* sebagai tolak ukur untuk *well-being*. Hal yang membedakan adalah pada penelitian kali ini akan langsung menjadikan *self-esteem* sebagai faktor yang mempengaruhi tingkat *fear of missing out* pada individu. Penelitian yang dilakukan oleh Torres-serrano (2020) membahas tentang hubungan antara *fear of missing out* dengan *narcisim* dan *self-esteem*. Hal yang membedakan adalah pada penelitian kali ini hanya membahas salah satu variabel saja yaitu *self-esteem* agar dapat menggali lebih dalam lagi hubungan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem*.

Berdasarkan uraian diatas dari latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah penelitian kali ini adalah sebagai berikut “Bagaimana *self-esteem* berhubungan dengan tinggi rendahnya tingkat level *fear of missing out* (FOMO)?”

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan sebelumnya menunjukkan penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana *self-esteem* individu berhubungan dengan tingkat level dari *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa/I Universitas Islam Indonesia.

C. Manfaat Penelitian

Melalui Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi dan informasi mengenai *Fear of Missing Out* yang terjadi di Indonesia.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terkait referensi yang dibutuhkan peneliti selanjutnya mengenai hubungan *Fear of Missing Out* dengan *self-esteem*.
2. Manfaat Praktis
- a. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan bahan dasar untuk dijadikan pembandingan bagi penelitian selanjutnya.
 - b. Menambah wawasan mengenai topik yang berkaitan dengan *Fear of Missing Out*.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Fear of Missing Out

1. Pengertian *Fear of Missing Out*

Fear of Missing Out (FoMO) digambarkan sebagai bentuk perasaan individu terhadap situasi dimana individu merasa tertinggal. Zhang, Jimenez, dan Cicala (2020) menggambarkan FoMO sebagai respon emosional individu ketika kehilangan pengalaman yang dianggap dapat meningkatkan kehidupan sosial individu. FoMO merupakan kecemasan atau perasaan dimana individu merasa tertinggal ketika tidak berinteraksi (Salem, 2015). Berdasarkan JWT Marketing Communication (2012) *Fear of Missing Out* atau FOMO adalah perasaan dimana individu merasa tertinggal dan teman-temannya memiliki kegiatan yang lebih baik dan menyenangkan dari dirinya. Penelitian lainnya juga mendefinisikan FOMO sebagai perasaan mudah tersinggung, cemas, dan perasaan tidak mampu yang mana ketiganya cenderung meningkat ketika menggunakan sosial media (Wortham, 2011). Alt dan Boniel-Nissim (2018) menggambarkan FOMO sebagai perasaan cemas yang muncul ketika individu mengkhawatirkan dirinya kehilangan kesempatan untuk mendapatkan interaksi sosial, pengalaman menyenangkan, atau hal-hal menyenangkan lainnya.

Definisi-definisi menggambarkan FOMO memfokuskan pada penjelasan secara general tentang fenomena *Fear of Missing Out* atau FOMO, seperti perasaan cemas, tidak nyaman, atau perasaan tidak mampu individu ketika melewatkan satu kegiatan sosial atau interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Przybylski dkk (2013) mendefinisikan FOMO sebagai perasaan cemas yang dialami individu saat kehilangan atau tertinggal momen berharga yang dialami orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2013) mendalami FOMO melalui perspektif psikologis seperti *Self-Determination Theory* (SDT) yang menjelaskan tentang pemenuhan

kebutuhan dasar psikologis (*competence, autonomy, dan relatedness*). Przybylski dkk (2013) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi *fear of missing out* adalah *motivation* dan *well-being*. Menurut JWT Marketing Communication (Abel, Buff, & Burr, 2016) *Fear of Missing Out* (FOMO) merupakan perasaan tidak nyaman dan terkadang perasaan tertinggal ketika orang-orang disekitar individu melakukan kegiatan yang lebih baik dari individu dan individu tidak terlibat didalamnya. Penelitian kali ini memfokuskan pada konsep FOMO yang dijelaskan oleh Przybylski dkk (2013) yang menjelaskan konstruk *fear of missing out* melalui perspektif psikologis. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Abel, Buff, dan Burr (2016) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat level *fear of missing out* adalah *self-esteem*. Hal ini menggambarkan terdapat aspek-aspek psikologis yang mempengaruhi FOMO pada dalam diri individu.

2. Aspek-Aspek *Fear of Missing Out*

Berbagai penelitian berhasil membentuk konstruk *Fear of Missing Out* (FoMO) seperti penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2013) mengungkapkan FOMO memiliki 3 aspek, Zhang, Jimenez, dan Cicala (2020) menyatakan 2 aspek, begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Coco, Salerno, Franchina, La Tona, Blasi, dan Giordano (2020) menyatakan bahwa *Fear of Missing Out* memiliki 2 aspek.

Przybylski dkk (2013) menyusun konstruk FoMO berdasarkan *Self Determination Theory*, yang menghasilkan 3 aspek utama FoMO yang didasari tidak terpenuhinya 3 kebutuhan dasar psikologis menjadi yaitu:

1. Relatedness

Relatedness Merupakan kebutuhan individu untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya. Ketika kebutuhan akan *relatedness* tidak terpenuhi individu akan mengalami perasaan khawatir dan cenderung mencari tahu kegiatan-kegiatan sosial di lingkungan sekitarnya. Martela dan Riekkii (2018) berpendapat bahwa *relatedness* merupakan dimensi interpersonal

individu yang menggambarkan tentang perasaan terhubung individu dengan individu lain, sikap peduli dalam hubungan, dan perasaan terikat dengan lingkungan sosialnya.

2. Autonomy

Autonomy adalah kemampuan individu untuk dapat mengendalikan dirinya atau situasi di lingkungan sekitarnya. *Autonomy* juga merupakan bentuk dari kemampuan individu dalam menentukan keputusan di kehidupannya. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa *autonomy* merupakan keinginan individu untuk menjadi *causal agents* pada kehidupannya dengan menyelaraskan tindakan-tindakan yang terintegrasi, keinginan ini merupakan bentuk dari kebebasan psikologis dan kebebasan kehendak secara internal (Deci & Vansteenkiste, 2003; Van Assche, Kaap-Deeder, Audenaert, Schryver, & Vansteenkiste, 2018).

3. Competence

Competence adalah kebutuhan individu agar dapat secara efektif berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan menunjukkan kemampuan yang dimiliki (Deci, 1975). *Competence* juga bentuk dari keyakinan individu untuk tetap melakukan tindakan secara efektif dan efisien. Martela & Riekk (2018) menggambarkan *competence* sebagai perasaan mampu individu untuk mencapai suatu tujuan yang sudah ditetapkan.

Zhang, Jimenez, dan Cicala (2020) menyusun aspek FoMO untuk membedakan FoMO dengan *Self-Concept Theory*. Berdasarkan studi yang sudah dilakukan Zhang, Jimenez, dan Cicala (2020) menghasilkan 2 aspek utama FoMO yaitu:

1. Personal FoMO

Personal FoMO digambarkan sebagai bentuk FoMO yang bersangkutan dengan internal individu terkait perasaan dan pemikiran ketika tidak terlibat dalam suatu kegiatan sosial terhadap individu itu sendiri.

2. Social FoMO

Social FoMO digambarkan sebagai bentuk FoMO yang bersangkutan dengan internal individu terkait perasaan dan pemikiran individu ketika tidak terlibat dalam suatu kegiatan sosial terhadap lingkungan sosial individu.

Penelitian kali ini menggunakan aspek *Fear of Missing Out* dari Przybylski dkk (2013) karena aspek-aspek FoMO yang disusun dapat menjelaskan *fear of missing out* melalui perspektif psikologis.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Fear of Missing Out*

JWT Intelligence (2012) menyebutkan terdapat 6 faktor utama yang dapat mempengaruhi munculnya *Fear of Missing Out* pada individu, yaitu:

a. Keterbukaan Informasi di Media Sosial

Fitur-fitur yang disediakan dalam media sosial menjadikan kehidupan semakin terbuka mengingat mudahnya masyarakat untuk membagikan kegiatan sehari-hari mereka.

b. Usia

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh JWT Intelligence (2012) rentang usia 13-33 tahun memiliki level FoMO tertinggi.

c. Social One-Upmanship

Berdasarkan kamus Bahasa Inggris *online* Cambridge, *social one-upmanship* adalah situasi dimana ketika individu melakukan atau mengatakan suatu hal untuk membuktikan bahwa dirinya lebih baik daripada orang lain.

d. Peristiwa yang Disebarkan Melalui Fitur *Hashtag*

Penggunaan fitur *hashtag* (#) bertujuan untuk mempermudah pengguna sosial media untuk mengetahui kejadian yang sedang marak dibicarakan. Ketika lingkungan sosial individu banyak menggunakan *hashtag* yang sama untuk menandai suatu kegiatan, individu akan merasa tertinggal ketika tidak menjadi bagian dari kegiatan tersebut.

e. Kondisi Deprivasi Relatif

Deprivasi relatif adalah kondisi dimana individu merasakan kesenjangan antara harapan individu dengan kenyataan (Santhoso & Hakim, 2012). Individu dengan kondisi deprivasi relatif akan cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain.

f. Banyak Stimulus untuk Mengetahui suatu Informasi

Mudah dalam mendapatkan informasi menjadi keunggulan tersendiri di zaman yang serba digital seperti sekarang ini. Kemudahan ini menjadi salah satu stimulus individu untuk terus mengikuti dan mencari informasi-informasi terkini. Keinginan individu untuk terus mengikuti informasi dan perkembangan terkini merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan FoMO.

Przybylski dkk (2013) menyebutkan terdapat 5 faktor yang mempengaruhi tingkat level FoMO individu, yaitu:

a. Usia dan Gender

Pada penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2013) menunjukkan usia berhubungan secara negatif dengan FoMO dan laki-laki cenderung memiliki level FoMO yang lebih tinggi. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan laki-laki dengan usia muda cenderung memiliki level FoMO yang lebih tinggi.

b. Psychological Need Satisfaction

Individu yang memiliki level *need satisfaction* yang rendah akan cenderung memiliki level FoMO yang tinggi. Hal ini menunjukkan jika individu tidak memenuhi kebutuhan dasar psikologis (*relatedness, autonomy, dan competence*) akan membuat individu memiliki level *need satisfaction* yang rendah dan peningkatan pada level FoMO.

c. Well-Being

Penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2013) menunjukkan bahwa *general mood* dan *overall life satisfaction* berhubungan secara negatif. Hal tersebut berarti individu yang memiliki level FoMO yang

tinggi cenderung memiliki level *general mood* yang rendah. Begitu pula pada *overall life satisfaction*, individu yang memiliki level FoMO yang tinggi cenderung memiliki level *overall life satisfaction* yang rendah.

Abel, Buff, dan Burr (2016) menyebutkan terdapat 2 faktor yang mempengaruhi *fear of missing out*, yaitu:

a. Anxiety

Penelitian yang dilakukan oleh Abel, Buff, dan Burr (2016) menunjukkan *anxiety* terbagi menjadi 2 bagian yaitu, *trait anxiety* dan *state anxiety*. *Trait anxiety* merupakan keadaan cemas individu pada tingkat level tertentu, sedangkan *state anxiety* merupakan tipe kecemasan yang terjadi dalam waktu singkat (Wilt, Oehlberg, & Revelle, 2011).

b. Self-Esteem

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out*. Dimana ketika individu memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi maka individu tersebut memiliki tingkat level *fear of missing out* yang rendah. Begitu pula sebaliknya, ketika level *self-esteem* individu rendah maka tingkat level *fear of missing out* individu akan semakin tinggi (Buglass, Binder, Betts, & Underwood, 2017; Siddik, Mafaza, & Sembiring, 2020).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat kita simpulkan bahwa *self-esteem* berhubungan dengan kondisi *fear of missing out* yang dialami oleh individu.

B. Self-Esteem

1. Pengertian *Self-Esteem*

Self-esteem adalah asesmen secara keseluruhan yang dilakukan individu terhadap nilai diri individu. Individu yang memiliki tingkat level *self-esteem* yang rendah akan cenderung tidak menyukai dirinya sendiri dan merasa tidak berharga, sedangkan individu yang memiliki tingkat level *self-esteem* yang tinggi akan menyukai diri mereka sendiri dan percaya diri akan nilai diri mereka sendiri (Jordan, Hill, & Cameron, 2020). Pengertian lainnya menurut Rosenberg (Orth & Robins,

2014) *self-esteem* sering kali diartikan sebagai perasaan dimana individu merasa cukup baik terhadap dirinya dan ketika tingkat level *self-esteem* individu tinggi tidak membuat individu merasa *superior* terhadap individu lain. *Self-esteem* merupakan penilaian individu secara keseluruhan terhadap diri individu yang akan menentukan bagaimana individu tersebut akan menghargai diri mereka sendiri (Siddik, Mafaza, & Sembiring, 2020).

Orth dan Robins (2014) juga menjelaskan bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam kehidupan, dimana mereka memiliki 3 kesimpulan sebagai bukti bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam kehidupan. Pertama tingkat level *self-esteem* akan terus meningkat dari masa remaja hingga dewasa tengah, dengan puncaknya berada pada umur 50 sampai 60 tahun dan akan menurun seiring bertambahnya usia. Kedua adalah *self-esteem* merupakan sikap yang relatif stabil, tapi bukan berarti tidak dapat diubah. Ketiga *self-esteem* yang tinggi akan memprediksikan kesuksesan dan kesejahteraan hidup dalam lingkup hubungan, pekerjaan, dan Kesehatan. *Self-Esteem* sendiri dapat dibedakan menjadi 2 tipe yaitu *global* atau *domain*. Shavelson, Hubner, dan Satnton menyatakan bahwa *Global self-esteem* merupakan evaluasi secara keseluruhan terhadap nilai individu sebagai manusia. *Domain self-esteem* merupakan evaluasi atau penilaian yang dilakukan individu terhadap lingkup yang lebih spesifik seperti kemampuan, Pendidikan, atau penampilan dirinya sendiri (Jordan, Hill, & Cameron, 2020). Menurut Leary (2005) terdapat banyak hal yang dapat menurunkan tingkat *self-esteem* individu seperti, kegagalan, penolakan, situasi memalukan, evaluasi negatif, dikucilkan atau ditinggalkan oleh lingkungan sekitar, dan masih banyak lagi. Definisi-definisi tersebut menggambarkan *self-esteem* sebagai pandangan atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri.

Penelitian kali ini akan memfokuskan *self-esteem* sebagai faktor psikologis yang memiliki peran penting dalam kehidupan individu sehari-hari dan juga komponen penting dalam kehidupan. Hal ini sejalan dengan Kernis (2003) yang menjelaskan *self-esteem* sebagai konstruk psikologi yang penting karena *self-esteem*

adalah komponen inti dari pengalaman sehari-hari individu, dimana hal ini menggambarkan bagaimana pandangan atau perasaan individu terhadap dirinya sendiri yang mana akan mempengaruhi transaksi atau interaksi individu dengan lingkungannya dan orang-orang disekitarnya. Dan juga sesuai dengan penjelasan Orth dan Robins (2014) dimana *self-esteem* yang tinggi akan memprediksi kesuksesan dan kesejahteraan dalam kehidupan baik di lingkup hubungan, pekerjaan, maupun Kesehatan. Individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan cenderung pesimis dan mengkritik kemampuannya sendiri (Jordan, Hill, & Cameron, 2020)

2. Aspek-Aspek *Self-Esteem*

Beberapa konstruk yang sudah berhasil disusun pada penelitian sebelumnya mengenai *self-esteem* juga berhasil menyusun aspek-aspek dari *self-esteem*. Rosenberg (Richardson, Ratner, & Zumbo 2009) terdapat 2 aspek *self-esteem*. Penelitian yang dilakukan Cast dan Burke (2002) memaparkan terdapat 2 aspek *self-esteem*. Coopersmith (Khairat & Adiyanti, 2015) memaparkan 4 aspek *self-esteem*. Heatherton dan Polivy (1991) menyebutkan ada 3 aspek *self-esteem*.

Rosenberg (Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009) menyebutkan terdapat 2 aspek dari *self-esteem*, yaitu:

a. Self-Competence

Self-Competence disini didefinisikan sebagai pengalaman berharga individu sebagai *causal agent* atau agen penyebab, individu yang dapat membawa hasil yang diinginkan dengan melaksanakan kehendaknya dan menggunakan kekuatannya. Berdasarkan Ohannesian, Lincoln, Vannucci, Flannery, dan Trinh (2018) *self-competence* penting bagi keseharian dan penyesuaian psikologis, dimana *self-competence* mempengaruhi formasi identitas interaksi interpersonal, pengambilan keputusan, dan *mood*.

b. Self-Liking

Self-liking didefinisikan sebagai pengalaman individu menjadi objek sosial, baik atau buruk berdasarkan kriteria. Tafordi dan Swann (Philp, Pyle, & Ashworth, 2018) menjelaskan *self-liking* secara konsep sama dengan inti pengertian dari *self-esteem* itu sendiri (perilaku terhadap diri sendiri) dan dijelaskan sebagai pengalaman individu sebagai objek yang baik atau buruk. *Self-liking* merupakan perasaan dan pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang menilai perilaku individu baik atau buruk di lingkungan sosial.

Cast dan Burke (2002) menjelaskan bahwa *self-esteem* memiliki 2 aspek, yaitu:

a. Competence

Competence diartikan sebagai tahapan atau tingkatan seseorang dalam melihat diri mereka sendiri sebagai individu yang mampu dan efektif dalam melakukan suatu kegiatan.

b. Worth

Worth diartikan sebagai tahapan atau tingkatan individu dalam menilai atau menghargai diri mereka sendiri.

Coopersmith (Khairat & Adiyanti, 2015) menyebutkan terdapat 4 aspek dari *self-esteem*, yaitu:

a. Power

Power atau kekuatan merupakan kemampuan untuk mengontrol tingkah laku orang lain yang dilakukan berdasarkan pengakuan dan rasa hormat oleh individu dari orang lain. Berdasarkan Franks dan Marolla (1976) *power* adalah kemampuan dalam mengontrol dan mempengaruhi orang lain.

b. Significance

Significance merupakan penerimaan, perhatian, dan afeksi yang diterima individu dari lingkungan sekitarnya (Franks & Marolla, 1976).

Significance adalah kebutuhan individu untuk mendapatkan perhatian dan kehormatan (Lane, 1982).

c. Virtue

Virtue adalah kekuatan pada nilai moral, etika, dan aturan-aturan yang diterapkan di lingkungan sekitar individu. *Virtue* merupakan kesadaran untuk mengikuti standar moral dan etika yang ada di lingkungannya (Franks & Marolla, 1976).

d. Competence

Competence adalah keberhasilan yang diindikasikan dengan pencapaian yang tinggi. *Competence* merupakan kemampuan untuk sukses dan mencapai target yang telah ditetapkan (Franks & Marolla, 1976).

Heatherton dan Polivy (1991) menyebutkan terdapat 3 aspek dari *self-esteem*, yaitu:

a. Performance

Performance merupakan aspek yang membahas tentang hasil evaluasi individu terhadap kemampuan individu, baik secara kemampuan intelektual, prestasi akademik, atau kepercayaan diri.

b. Social

Social merupakan aspek yang membahas tentang pandangan individu terhadap dirinya sendiri saat berada di lingkungan sosial atau pandangan orang lain terhadap diri individu menurut individu.

c. Appearance

Appearance merupakan aspek yang membahas tentang fisik individu. *Appearance* merupakan penilaian individu terhadap diri individu mengenai fisik atau penampilan individu.

Berdasarkan pemaparan aspek di atas penelitian kali ini akan menggunakan aspek *self-esteem* yang dijelaskan oleh Rosenberg

(Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009) karena berkaitan dengan aspek-aspek *Fear of Missing Out* dari Przybylski dkk (2013).

C. Hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Self-Esteem*

Sosial media menjadi salah satu tempat bagi orang-orang untuk mencari informasi terbaru dan informasi yang dibutuhkan. Fitur-fitur yang disediakan memberikan kemudahan dan ketertarikan tersendiri bagi penggunanya untuk mencari informasi baru yang dibutuhkan individu. Hal ini menjadi salah satu faktor meningkatnya penggunaan sosial media setiap tahunnya. Survey yang dilakukan oleh We Are Social dan Hootsuite,(2020) peningkatan sebanyak 9,2% pada pengguna sosial media aktif dari tahun 2019 hingga 2020. Pada tahun 2019 pengguna sosial media aktif berjumlah 150 juta (We Are Social & Hootsuite, 2019) dan mengalami peningkatan di tahun 2020 menjadi 160 juta pengguna sosial media aktif (We Are Social & Hootsuite, 2020). Tingginya intensitas penggunaan sosial media ini tentu memberikan dampak kepada penggunanya. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa salah satu dampak dari penggunaan sosial media adalah ketergantungan terhadap sosial media itu sendiri (Hanika, 2015; Soliha, 2015).

Dengan berkembangnya fitur-fitur yang diberikan oleh sosial media, individu cenderung memanfaatkan sosial media untuk mengikuti atau mencari tahu terkait kehidupan yang dimiliki orang lain. Fitur yang diberikan di sosial media terkait penggunaan *hashtag* memberikan kemudahan bagi individu untuk mengetahui *trend* yang sedang terjadi di sekitarnya dan berusaha untuk terus mengikutinya agar tidak tertinggal. Hal ini memberikan dampak seperti munculnya kegelisahan pada individu karena terus mencoba untuk mengikuti *trend* yang sedang terjadi. Individu juga akan mulai membandingkan kehidupan yang dimilikinya dengan kehidupan orang lain yang dilihat di sosial media. Kondisi seperti ini disebut dengan *Fear of Missing Out* atau FoMO. Beberapa penelitian

menunjukkan bahwa tingkat penggunaan sosial media yang tinggi akan meningkatkan level FoMO pada individu (Hunt, Marx, Lipson, & Young, 2018; Maysitoh, Ifdil, & Ardi, 2020; Przybylski dkk, 2013; Roberts & David, 2020).

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya FoMO pada individu adalah rendahnya *psychological need satisfaction* dan regulasi diri pada individu tersebut (Przybylski dkk, 2013). Faktor lain yang mempengaruhi munculnya FoMO adalah *anxiety* dan *self-esteem* (Abel, Buff, & Burr, 2016). Pada penelitian kali ini akan membahas *self-esteem* yang mempengaruhi munculnya *fear of missing out* pada individu. Hal ini didukung dengan pentingnya peran *self-esteem* dalam kehidupan sehari-hari (Kernis, 2003). Beberapa penelitian menunjukkan adanya keterhubungan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out*. Penelitian yang dilakukan Hunt, Marx, Lipson, & Young (2018) menyebutkan bahwa individu yang memiliki tingkat *self-esteem* lebih rentan atau lebih mudah untuk terikat dan menghabiskan waktunya dengan bermain sosial media, yang mana sosial media berperan atau berhubungan dengan *fear of missing out* (FOMO). Menurut Przybylski dkk (2013) *fear of missing out* memiliki 3 aspek yang didasari oleh ketidakpuasan 3 kebutuhan dasar psikologis individu yaitu, *relatedness*, *autonomy*, dan *competence*. Berdasarkan Rosenberg (Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009) *self-esteem* memiliki 2 aspek yaitu, *self-competence* dan *self-liking*. *Self-competence* didefinisikan sebagai pengalaman individu sebagai *causal agent* atau agen penyebab, individu yang dapat membawa hasil yang diinginkan dengan melaksanakan kehendaknya dan menggunakan kekuatannya. *Self-liking* didefinisikan sebagai pengalaman individu menjadi objek sosial, baik atau buruk berdasarkan kriteria (Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009).

Keterkaitan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out* dapat dilihat dari aspek-aspek yang saling berhubungan. Aspek *self-competence* dari *self-esteem* berhubungan dengan aspek *competence* dari *fear of missing out*, Aspek *self-liking* dari *self-esteem* berhubungan dengan aspek *relatedness* dan *autonomy* dari *fear of missing out*. *Self-Competence* digambarkan sebagai pengalaman berharga individu sebagai *causal agent* atau agen penyebab, individu yang dapat membawa hasil yang diinginkan dengan melaksanakan kehendaknya dan menggunakan kekuatannya (Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009). *Competence* kebutuhan individu agar dapat secara efektif berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan menunjukkan kemampuan yang dimiliki (Deci, 1975). Menurut Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) *competence* berkaitan dengan keyakinan dan kepercayaan diri individu dalam menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Keduanya berkaitan dimana *self-competence* merupakan pengalaman berharga individu sebagai *causal agent* atau agen penyebab, dan menjalankan kehendaknya dengan menggunakan kekuatannya yang akan membantu individu untuk memenuhi kebutuhan *competence* individu dalam menunjukkan kemampuan yang dimiliki individu. Penelitian yang dilakukan oleh Muller, Skues, dan Wise (2017) menyatakan bahwa *self-esteem* berhubungan dengan *competence* individu tersebut. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Khezerlou (2017) menunjukkan individu yang memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi akan memiliki kualitas seperti *self-confidence* dan *entrepreneurship*, merasa berharga, memiliki *coping skills* yang kuat, memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri, dan dapat mengatasi kesulitan.

Aspek lainnya adalah *self-liking* yang berkaitan dengan kedua aspek *fear of missing out* yaitu *autonomy* dan *relatedness*. Individu yang menilai dirinya baik sebagai objek sosial akan cenderung dapat mengendalikan dirinya atau situasi di lingkungan sekitarnya dan juga

akan berusaha untuk tetap terhubung dengan lingkungan sekitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Leary (2010) menyatakan bahwa cara berperilaku individu dalam memenuhi kebutuhannya dalam mencari penerimaan di lingkup sosial dipengaruhi oleh tingkat level *self-esteem* individu. Penelitian lainnya menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi akan mudah beradaptasi secara sosial dan berkompeten (Curcio, Mak, & George, 2019).

Pada penelitian kali ini peneliti akan memfokuskan *self-esteem* sebagai faktor yang mempengaruhi *fear of missing out* dikarenakan *self-esteem* merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan. Hal ini sejalan dengan apa yang dijelaskan oleh Orth dan Robins (2014) dimana *self-esteem* yang tinggi akan memprediksi kesuksesan dan kesejahteraan dalam kehidupan baik di lingkup hubungan, pekerjaan, maupun Kesehatan. Beberapa penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out*. Individu yang mengalami *fear of missing out* selalu ingin *up to date* akan tetapi disaat yang bersamaan individu mengalami kecemasan tentang kegiatan yang dilakukan teman-temannya, informasi yang sudah diketahui teman-temannya sebelum individu tersebut, dan barang-barang yang dibeli temannya. Bentuk dari kecemasan ini berhubungan dengan rendahnya tingkat *self-esteem* individu tersebut (Modzelewski, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) terdapat peran yang signifikan antara *self-esteem* dengan *fear of missing out* dimana harga diri dapat memprediksi FOMO pada individu. Semakin tinggi tingkat FOMO maka semakin rendah harga diri individu. Torres-serrano (2020) juga menyatakan adanya hubungan negatif antara *self-esteem* dengan *fear of missing out*. Penelitian lainnya yang juga menyebutkan bahwa *self-esteem* merupakan variable yang dapat memprediksi *fear of missing out* (FOMO)

dan juga memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *fear of missing out* (FOMO) (Buglass, Binder, Betts, & Underwood, 2017; Siddik, Mafaza, & Sembiring, 2020).

Self-esteem seringkali diartikan sebagai evaluasi keseluruhan dan perasaan individu terhadap dirinya sendiri (MacDonals & Leary, 2012). Menurut Coopersmith (Umam, 2021) *self-esteem* adalah penilaian atau evaluasi yang dilakukan individu terhadap dirinya dalam bentuk penerimaan atau penolakan. Individu yang memiliki tingkat level *self-esteem* yang rendah memiliki kemungkinan *Self-esteem* dipahami sebagai sifat yang relatif stabil, termasuk sikap yang positif dan datang dari pendewasaan yang normal (Cvencek & Greenwald, 2020). Hunt dkk (2018) menyebutkan bahwa individu yang memiliki tingkat *self-esteem* lebih rentan atau lebih mudah untuk terikat dan menghabiskan waktunya dengan bermain sosial media, yang mana sosial media berperan atau berhubungan dengan *fear of missing out* (FOMO). Buglass dkk (2017) menyebutkan bahwa rendahnya tingkat level *self-esteem* individu dapat meningkatkan *fear of missing out*. Individu yang memiliki tingkat *self-esteem* yang rendah cenderung lebih sering merasakan emosi aversif dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi (Mruk, 2006). Moghadas dan Ghasemipour (2021) juga menyatakan kurangnya *self-esteem* dapat meningkatkan pengguna sosial media *Instagram* yang mana berdampak pada *fear of missing out* individu. Berdasarkan Rosenberg (Richardson, Ratner, & Zumbo, 2009) *self-esteem* memiliki 2 aspek yaitu, *self-competence* dan *self-liking*. *Self-competence* didefinisikan sebagai pengalaman individu sebagai *causal agent* atau agen penyebab, individu yang dapat membawa hasil yang diinginkan dengan melaksanakan kehendaknya dan menggunakan kekuatannya. *Self-liking* didefinisikan sebagai pengalaman individu menjadi objek sosial, baik atau buruk berdasarkan kriteria (Richardson,

Ratner, & Zumbo, 2009). Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan adanya hubungan antara *fear of missing out* (FOMO) dengan *self-esteem*.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Fear of Missing Out* dengan *self-esteem*. Semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah FoMO. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi FoMO. Pada penelitian kali ini, peneliti berhipotesis bahwa akan ada hubungan negatif antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia angkatan 2018 – 2021.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Partisipan atau Subjek Penelitian

Dalam penelitian kali ini, peneliti membutuhkan partisipan yang merupakan mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia angkatan 2018 – 2021. Hanya partisipan yang memenuhi kriteria dapat melakukan pengisian skala-skala penelitian. *Table 1* merupakan informasi demografi partisipan penelitian:

Table 1. Karakteristik-karakteristik Partisipan Penelitian

Angkatan	% 2018 = 44.7 (n=105)
	% 2019 = 30.6 (n=72)
	% 2020 = 14.5 (n=34)
	% 2021 = 10.2 (n=24)
Gender	% Laki-Laki = 34.9 (n=82)
	% Perempuan = 65.1 (n=153)

Keterangan: n = Jumlah Partisipan

B. Pengukuran

Untuk memperoleh data penelitian, peneliti menggunakan alat ukur yaitu skala. Penelitian kali ini menggunakan dua skala, yaitu:

1. Skala *Fear of Missing Out*

Skor *Fear of Missing Out* (FoMO) diperoleh dari skala *Fear of Missing Out* (FoMO) yang diadaptasi peneliti dari Przybylski dkk., (2013). Skala akan diukur dengan menggunakan metode skala *likert* yang memiliki alternatif jawaban dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Agak Sesuai (AS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS) diberi skor 5, Sesuai (S) diberi skor 4, Agak Sesuai (AS) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek, semakin tinggi *Fear of Missing Out* (FoMO) pada subjek. Sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan oleh subjek, semakin rendah *Fear of Missing Out* (FoMO) pada subjek. Skala ini terdiri dari 10 aitem pernyataan yang merupakan skala *unidimensional*. Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa pengguna sosial media.

Table 2. Blue Print Skala Fear of Missing Out

No	Aitem	Favourable	
		Nomor Butir	Jumlah
1	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	1	1
2	Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga dari pada saya.	2	1
3	Saya merasa khawatir ketika saya mengetahui teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya.	3	1
4	Saya merasa cemas ketika saya tidak mengetahui kegiatan yang teman-teman saya sedang lakukan.	4	1
5	Penting bagi saya untuk memahami lelucon yang dipahami oleh teman-teman saya.	5	1
6	Terkadang saya berpikir, apakah saya terlalu menghabiskan banyak waktu untuk mengikuti perkembangan yang terjadi saat ini.	6	1
7	Saya merasa terganggu ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman saya	7	1
8	Penting bagi saya membagikan online kejadian menyenangkan yang saya alami secara detail (Contoh: <i>Update status</i>)	8	1
9	Saya merasa terganggu ketika saya tidak bisa mengikuti acara yang sudah direncanakan sebelumnya.	9	1
10	Saat saya pergi liburan, saya terus mencari tau apa yang sedang teman-teman saya lakukan pada saat itu.	10	1
Total			10

2. Skala *Self-Esteem*

Skor *Self-Esteem* diperoleh dengan mengadaptasi skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang disusun oleh Rosenberg (1965). Skala akan diukur dengan menggunakan metode skala *likert* dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Semakin tinggi skor yang didapatkan subjek, semakin tinggi *self-esteem* pada subjek. Sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan subjek, semakin rendah *self-esteem* pada subjek. Aitem pada skala *self-esteem* terbagi menjadi aitem *favourable* dan *unfavourable*. Respon akan diukur dengan memberikan skor pada masing-masing jawaban Pada aitem *favourable*, pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) diberi skor 4, Setuju (S) diberi skor 3,

Tidak Setuju (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1. Sebaliknya pada aitem *unfavourable*, pilihan jawaban Sangat Setuju (SS) diberi skor 1, Setuju (S) diberi skor 2, Tidak Setuju (TS) diberi skor 3, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 4.

Table 3. Blue Print Skala Self-Esteem

No	Aitem	<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>	
		Nomor Butir	Jumlah	Nomor Butir	Jumlah
1	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.	1	1		
2	Kadang saya merasa saya tidak baik sama sekali.			2	1
3	Saya merasa saya memiliki beberapa kualitas yang baik.	3	1		
4	Saya dapat melakukan hal-hal dengan baik seperti yang dilakukan orang lain.	4	1		
5	Saya merasa tidak memiliki banyak hal yang bisa dibanggakan.			5	1
6	Saya yakin terkadang saya merasa tidak berguna			6	1
7	Saya merasa saya adalah orang yang berharga, setidaknya sama berharganya dengan orang lain.	7	1		
8	Saya berharap saya dapat menghargai diri saya lebih.			8	1
9	Saya cenderung untuk merasa saya adalah kegagalan			9	1
10	Saya memiliki sikap positif terhadap diri saya sendiri	10	1		
	Total		5		5

C. Prosedur Penelitian

Penelitian diawali dengan menyusun proposal penelitian yang selama penyusunannya dibimbing oleh dosen pembimbing yang ahli dalam bidangnya. Dalam proses penyusunan proposal juga dilakukan pencarian skala pengukuran yang akan digunakan dalam penelitian. Setelah mendapatkan skala pengukuran untuk masing-masing variabel yang akan digunakan, skala diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia. Proposal penelitian kemudian diajukan dan disetujui oleh dosen pembimbing, yang kemudian peneliti memasuki tahapan pembuatan kuesioner skala

penelitian yang akan disebarluaskan. Dalam kuesioner penelitian, sebelum memasuki skala yang akan diisi, dilampirkan *informed consent* atau lembar kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian sebagai bentuk pelaksanaan kode etik penelitian. Pengisian kuesioner dilakukan secara sukarela tanpa adanya paksaan. Kuesioner dibagikan melalui sosial media. Setelah partisipan sudah memenuhi target, peneliti kemudian melakukan pengujian alat ukur menggunakan *Cronbach Alpha* dan *Corrected Item-Total Correlation* untuk melihat item-item mana saja yang gugur berdasarkan reliabilitas masing-masing skala. Proses pengujian alat ukur dilakukan dengan menggunakan *SPSS*. Setelah proses pengguguran aitem, peneliti melakukan analisis data, dengan item-item yang memenuhi syarat, menggunakan *SPSS*. Langkah selanjutnya adalah menyusun laporan akhir dengan mengaitkan hasil analisis data dengan teori yang sudah disusun dalam proposal penelitian, yang kemudian dibuat kesimpulannya sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian. Setelah menyelesaikan serangkaian proses penelitian, peneliti kemudian menyusun laporan akhir sesuai dengan format penelitian dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021. Jumlah subjek yang terlibat dalam penelitian kali ini sebanyak 235 subjek.

Table 5. Deskripsi Subjek Penelitian

Klasifikasi Responden	Keterangan	Jumlah	Persentase
Angkatan	2018	105	44.7 %
	2019	72	30.6%
	2020	34	14.5%
	2021	24	10.2%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	82	34.9%
	Perempuan	153	65.1%
Total		235	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa subjek dalam penelitian kali ini yang berasal dari Angkatan 2018 sebanyak 105 orang (44.7%), subjek yang berasal dari Angkatan 2019 sebanyak 72 orang (30.6%), subjek yang berasal dari Angkatan 2020 sebanyak 34 orang (14.5%), dan subjek yang berasal dari angkatan 2021 sebanyak 24 orang (20.2%). Total subjek keseluruhan adalah 235 orang. Subjek dalam penelitian ini yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 82 orang (34.9%) dan subjek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 153 orang (65.1%).

2. Deskripsi Data Penelitian

Tujuan dari deskripsi data penelitian adalah untuk mengetahui tingkat *fear of missing out* dan *self-esteem* pada subjek penelitian. Mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021 merupakan subjek pada penelitian kali ini. Pada penelitian ini juga menetapkan kategorisasi, sehingga dapat mengelompokkan data subjek sesuai dengan keadaan subjek.

Table 6. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Fear of Missing</i>	10	50	30	6.66	24.43	81.51	50	10

<i>Out Self-Esteem</i>	8	32	20	4	22.81	70.68	50	10
------------------------	---	----	----	---	-------	-------	----	----

Menurut Azwar (dalam Maharani & Mujiasih, 2020) kategorisasi bertujuan untuk menempatkan sampel dalam kelompok yang terpisah secara berurutan. Sebelum melakukan proses kategorisasi, peneliti terlebih dahulu mengubah data kedalam bentuk *T-Score*. Berikut merupakan penjabaran dari 5 kategorisasi, dari kategori sangat rendah hingga kategori sangat tinggi:

Table 7. Penjabaran Kategorisasi Skala

Kategorisasi	Norma Kategorisasi
Sangat Rendah	$< P20$
Rendah	$P20 \leq X < 40$
Sedang	$P40 \leq X < P60$
Tinggi	$P60 \leq X \leq P80$
Sangat Tinggi	$> P80$

Keterangan :
 X : Skor Total
 μ : Mean
 SD : Standar Deviasi

Berdasarkan pemaparan kategorisasi diatas, 235 subjek penelitian dapat dikategorikan ke dalam lima kategori, yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 8. Kategorisasi Skala Fear of Missing Out

Kategorisasi	Norma Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Sangat Rendah	$< P41.83$	47	20%
Rendah	$P41.83 \leq X < P47.26$	40	17%
Sedang	$P47.26 \leq X < P52.96$	52	22.1%
Tinggi	$P52.96 \leq X \leq P58.67$	45	19.1%
Sangat Tinggi	$> P58.67$	51	21.7%
Total		235	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa sebanyak 47 orang (20%) termasuk dalam kategorisasi sangat rendah dalam *fear of missing out*, terdapat 40 orang (17%) yang memiliki tingkat *fear of missing out* dalam kategorisasi rendah, 52 orang (22.1%) memiliki tingkat *fear of missing out* dalam kategorisasi sedang, 45 orang (19.1%) memiliki tingkat *fear of missing out* dalam kategorisasi tinggi, dan 51 orang (21.7%) yang

memiliki tingkat *fear of missing out* dalam kategori sangat tinggi. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dari 235 subjek penelitian, kategorisasi tingkat *fear of missing out* tertinggi ada pada kategorisasi sedang.

Table 9. Kategorisasi Skala Self-Esteem

Kategorisasi	Norma Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Sangat Rendah	$< P41.54$	41	17.4%
Rendah	$P41.54 \leq X < P47.78$	50	21.3%
Sedang	$P47.78 \leq X < P51.94$	34	14.5%
Tinggi	$P51.94 \leq X \leq P58.19$	50	21.3%
Sangat Tinggi	$> P58.19$	60	25.5%
Total		235	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 41 orang (17.4%) subjek memiliki kategorisasi *self-esteem* pada tingkat sangat rendah, 50 orang (21.3%) subjek memiliki kategorisasi *self-esteem* pada tingkat rendah, 34 orang (14.5%) subjek memiliki kategorisasi *self-esteem* pada tingkat sedang, 50 orang (21.3%) subjek memiliki kategorisasi *self-esteem* pada tingkat tinggi, dan 60 orang (25.5%) subjek memiliki kategorisasi *self-esteem* pada tingkat sangat tinggi. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dari 235 subjek penelitian, tingkat kategorisasi yang paling tinggi dialami subjek adalah tingkat kategorisasi sangat tinggi.

3. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya pendistribusian data selama penelitian. Uji normalitas kali ini dilakukan dengan menggunakan SPSS perhitungan *Kolmogrov Smirnov*. Berdasarkan Hulu dan Sinaga (2019) metode analitik dari *Kolmogrov Smirnov* digunakan ketika jumlah sampel lebih dari 50 dan pendistribusian data dapat dikatakan normal jika nilai $p > 0.05$, jika $p < 0.05$ pendistribusian data dikatakan tidak normal. Hasil dari uji normalitas pada penelitian kali ini dapat dilihat pada tabel dibawah.

Table 10. Hasil Uji Normalitas

Variabel	p	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i>	0.200	Normal
<i>Self-Esteem</i>	0.200	Normal

Berdasarkan hasil pengolahan data diatas menggunakan *Kolmogrov Smirnov*, dapat diketahui bahwa nilai p pada variabel *fear of missing out* sebesar $p=0.200$, sehingga dapat dikatakan normal. Nilai p pada variabel *self-esteem* sebesar $p=0.200$, sehingga dapat dikatakan normal juga. Dapat disimpulkan bahwa pendistribusian data pada variabel *fear of missing out* dan *self-esteem* adalah normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel yang diujikan bersifat linear atau tidak. Variabel dapat dikatakan linear ketika memiliki nilai $p < 0.05$ dan dikatakan tidak linear ketika nilai $p > 0.05$ (Widhiarso, 2010). Uji linearitas pada penelitian kali ini menggunakan *Compare Means* dari SPSS *version 23.0*. Hasil dari uji linearitas yang dilakukan dapat dilihat pada tabel dibawah.

Table 11. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	p	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i> * <i>Self-Esteem</i>	25.856	0.000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas, dapat dilihat bahwa nilai $F = 25.856$ dan $p = 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0.05$ dan dapat dikatakan bahwa antara variabel *fear of missing out* dan *self-esteem* memiliki hubungan yang linear.

4. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas dan uji linearitas pada penelitian kali ini, maka dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan pada penelitian kali ini diterima atau tidak. Penelitian kali ini mengajukan hipotesis bahwa adanya hubungan antara *fear of missing out* dan *self-esteem*. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan sebelumnya, diketahui bahwa kedua variabel memiliki pendistribusian data yang normal, sehingga uji hipotesis ini menggunakan teknik korelasi *Pearson*. Hasil dari uji hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah

Table 12. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Koefisien Determinasi (r^2)	Koefisien Signifikan (p)	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i> * <i>Self-Esteem</i>	-0.315	0.099	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil pengolahan data uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* dengan nilai $r = -0.315$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Menurut Harahap dan Widyaiswara, (2019) variabel bebas dengan variabel terikat dapat dikatakan memiliki korelasi yang signifikan ketika nilai signifikansi antara kedua variabel lebih kecil daripada 0.05. Berdasarkan dari data diatas, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021. Hal ini menunjukkan semakin tinggi *fear of missing out* maka tingkat *self-esteem* akan semakin rendah begitu pula sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out* maka tingkat *self-esteem* akan semakin tinggi.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian kali ini adalah 235 responden.

Semua responden sesuai dengan kriteria penelitian yaitu mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia angkatan 2018 – 2019 dan pengguna sosial media. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 13 Januari 2022 – 19 Januari 2022. Penelitian dilakukan secara daring, kuesioner disebar dalam bentuk *google form* melalui jejaring sosial media. Pada penelitian kali ini, subjek penelitian yang memiliki tingkat *fear of missing out* tertinggi ada pada kategori rendah dengan total 53 orang subjek. Subjek penelitian yang memiliki tingkat *self-esteem* tertinggi ada pada kategori sangat tinggi dengan total 60 orang subjek.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021 yang menggunakan sosial media. Hal ini dapat diartikan, semakin tinggi tingkat *fear of missing out* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia angkatan 2018 – 2021 maka tingkat *self-esteem* yang dimiliki akan semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *fear of missing out* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021, maka akan semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki. Dengan nilai koefisien korelasi antar variabel sebesar $r = -0.315$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan, bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini **diterima**.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Torres-serrano (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *fear of missing out* dengan *self-esteem*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Weaver dan Swank (2021) dimana *fear of missing out* dan *self-esteem* memiliki hubungan korelasi yang negatif. Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketika individu memiliki tingkat *fear of missing out* yang tinggi, maka tingkat *self-esteem* yang dimiliki akan rendah. Begitupun sebaliknya, ketika tingkat *fear of missing out* individu rendah, maka tingkat *self-esteem* yang dimiliki akan tinggi.

Dalam penelitian kali ini, peneliti mempertimbangkan sumbangan efektif variabel *self-esteem* terhadap *fear of missing out* berdasarkan nilai r atau koefisien

korelasi. Ditemukan bahwa tingkat *fear of missing out* mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021 dipengaruhi sebesar 9.9% oleh tingkat *self-esteem* dan 90.1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Beberapa faktor lain yang mempengaruhi tingkat *fear of missing out* individu adalah waktu penggunaan sosial media (Aisafitri & Yusriyah, 2021), *psychology basic needs* (Przybylski dkk, 2013), dan regulasi diri (Sianipar & Kaloeti, 2019).

Secara garis besar, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia angkatan 2018 – 2021 pengguna sosial media. Pada penelitian kali ini menunjukkan hubungan korelasi yang negatif antara *fear of missing out* dan *self-esteem*. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *fear of missing out*, maka semakin rendah tingkat *self-esteem*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *fear of missing out*, maka semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki. Dalam penelitian yang dilakukan kali ini terdapat beberapa kelemahan, pertama adalah jumlah responden laki-laki dan perempuan yang tidak seimbang. Kedua pengambilan data yang dilakukan secara *online* melalui *google form* membuat peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung proses pengisian skala penelitian yang dilakukan subjek. Ketiga pengumpulan data yang kurang lengkap, seperti intensitas penggunaan media sosial.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa *fear of missing out* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 – 2021 yang menggunakan sosial media. Hasil penelitian tersebut menunjukkan, ketika tingkat *fear of missing out* tinggi maka tingkat *self-esteem* akan cenderung rendah. Hal ini berlaku sebaliknya, ketika tingkat *fear of missing out* rendah maka tingkat *self-esteem* akan cenderung tinggi. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian kali ini diterima. Hipotesis yang diajukan pada penelitian kali ini adalah terdapat hubungan negatif antara *fear of missing out* dengan *self-esteem* pada mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018-2021 pengguna sosial media.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian kali ini memiliki tingkat *fear of missing out* pada kategori rendah dan tingkat *self-esteem* pada tingkat kategori sangat tinggi. Dari total 235 responden yang berpartisipasi pada penelitian kali ini, subjek penelitian yang memiliki tingkat *fear of missing out* tertinggi ada pada kategori sedang dengan total 52 (22.1%) orang subjek. Subjek penelitian yang memiliki tingkat *self-esteem* tertinggi ada pada kategori sangat tinggi dengan total 60 (25.5%) orang subjek. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia Angkatan 2018 - 2021 memiliki tingkat *fear of missing out* yang rendah dan *self-esteem* yang sangat tinggi.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang diperoleh, peneliti menyadari bahwa penelitian kali ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti memiliki beberapa saran untuk pihak-pihak yang terkait:

1. Peneliti Selanjutnya

Sebelum melakukan penelitian, peneliti selanjutnya disarankan untuk terlebih dahulu menentukan target subjek yang ingin diteliti menggunakan data yang lebih konkrit. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian yang sama akan tetapi menggunakan metode penelitian kualitatif. Hal ini bertujuan untuk lebih mendalami faktor-faktor yang mempengaruhi variabel *fear of missing out* dan peran variabel *self-esteem*. Peneliti selanjutnya juga dapat lebih melengkapi data subjek, karena dalam penelitian kali ini memiliki kekurangan dimana data subjek yang dikumpulkan belum cukup lengkap. Pada penelitian kali ini data yang dikumpulkan hanya sebatas Angkatan dan jenis kelamin, untuk penelitian selanjutnya dapat menambahkan umur dan intensitas penggunaan sosial media.

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), 33–44. <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- 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>
- 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*(June), 30–39. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.05.002>
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. M. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, *66*, 248–255. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A Theory of Self-Esteem ". *Social Forces*, *80*(3), 1041–1068.
- Chaudhry, L. A. (2015). *affect human relationships Can You Please Put Your Phone Away? Abstract Results / Discussion addiction connections.*
- Coco, G. L., Salerno, L., Franchina, V., La Tona, A., Blasi, M. D., & Giordano, C. (2020). Addictive Behaviors Examining bi-directionality between Fear of Missing Out and problematic smartphone use . A two-wave panel study among adolescents. *Addictive Behaviors*, *106*(January), 106360. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106360>
- Curcio, A. L., Mak, A. S., & George, A. M. (2019). Maternal and Paternal Bonding and Self-Esteem as Predictors of Psychological Distress Among Male and Female Adolescents. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, *29*(1), 54–68. <https://doi.org/10.1017/jgc.2018.14>
- Cvencek, D., & Greenwald, A. G. (2020). Self-Esteem, Expression of. *Personality*

- Processes and Individual Differences*, 3(1), 400–404.
- Deci, E. (1975). Intrinsic Motivation. In E. Aronson (Ed.), *Plenum Press* (1st Edition).
<https://doi.org/10.4135/9781412972024.n1366>
- Deci, E. L., & Vansteenkiste, M. (2003). *Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology*. 121, 0–13.
- Franks, D. D., & Marolla, J. (1976). Efficacious A Tentative Formulation Dimensions of Self-Esteem : Through Construct Validation. *Sociometry*, 39(4), 324–341.
- Fuster, H., Chamarro, A., & Oberst, U. (2017). *Fear of Missing Out , online social networking and mobile phone addiction : A latent profile approach*. 35(1), 23–30.
- Gil, F., Chamarro, A., & Oberst, U. (2015). Addiction to online social networks: A question of " Fear of Missing Out. *Journal of behavioral addictions*, 4(January 2016), 1–66. <https://doi.org/10.1556/JBA.4.2015.Suppl.1>
- Harahap, S. S., & Widayaiswara. (2019). Hubungan Usia, Tingkat Pendidikan, Kemampuan Bekerja dan Masa Bekerja Terhadap Kinerja Pegawai Menggunakan Metode Pearson Correlation Core PEARSON CORRELATION CORE View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk provided by E-Jurnal Politeknik LP3I Medan. *Jurnal Teknovasi*, 6(2), 12–26.
- Heatherton, T. E., & Polivy, J. (1991). Development and Validation of a Scale for Measuring State Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 895–910.
- Hulu, V. T., & Sinaga, T. R. (2019). *Analisis Data Statistik Parametrik Aplikasi Spss Dan Statcal: Sebuah Pengantar Untuk Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., & Young, J. (2018). No more FOMO: social media usage and types of social media content on students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751–768.
- Jordan, C. H., Hill, V.-Z., & Cameron, J. J. (2020). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (V.-Z. Hill & T. K. Shackerlford (ed.)). Springer

Reference.

- Kalisna, M. D., & Wahyumiani, N. (2021). HUBUNGAN ANTARA SINDROM FOMO (FEAR OF MISSING OUT) DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA PADA SISWA KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 2 GODEAN SLEMAN TAHUN AJARAN 2019/2020. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 282-285.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a Conceptualization of Optimal Self-Esteem. *Psychology Inquiry*, 14(1), 1–26.
https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1207/S15327965PLI1401_01
- Khairat, M., & Adiyanti, M. G. (2015). Self-esteem dan Prestasi Akademik sebagai Prediktor Subjective Well-being Remaja Awal. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, 1(3), 180–191.
- Khezerlou, E. (2017). Professional self-esteem as a predictor of teacher burnout across Iranian and Turkish EFL teachers Iranian Journal of Language Teaching Research. *Iranian Journal of Language Teaching Research*, 5(1), 113–130.
www.urmia.ac.ir/ijltr
- Lane, R. E. (1982). Government and Self-Esteem. *Political Theory*, 10(1), 5–31.
- Leary, M. R. (2005). Leary, M. R. Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 16, 75-111 Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 16, 75–111. <https://doi.org/10.1080/10463280540000007>
- Leary, M. R. (2010). Affiliation, Acceptance, and Belonging. In *The Pursuit of Interpersonal Connection* (hal. 864–897).
- MacDonals, G., & Leary, M. R. (2012). Individual Differences in Self-Esteem. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Ed.), *Handbook of Self and Identity* (2nd Editio, hal. 354–377).
- Maharani, A. P., & Mujiasih, E. (2020). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kompensasi Gaji Pokok Dengan Work Engagement Pada Pegawai Honorar.

- Jurnal Empati*, 7(Nomor 2), 87–99.
- Martela, F., & Riekkilä, T. J. J. (2018). Autonomy, competence, relatedness, and beneficence: A multicultural comparison of the four pathways to meaningful work. *Frontiers in Psychology*, 9(JUN), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01157>
- Maysitoh, M., Idris, I., & Ardi, Z. (2020). Tingkat Kecenderungan FoMO (Fear of Missing Out) Pada Generasi Millennial. *Journal of Counseling, Education and Society*, 1(1), 1–4.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out : prevalence , dynamics , and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and Emotion*, 42(5), 725–737. <https://doi.org/10.1007/s11031-018-9683-5>
- Modzelewski, P. (2020). FOMO (fear of missing out)–an educational and behavioral problem in times of new communication forms. *Konteksty Pedagogiczne*, 14(1), 215-232.
- Moghadas, A., & Ghasemipour, F. (2021). The study of Instagram membership on arising Fomo syndrome collective case study of 18- 40 youth in Mashhad. *Biannual Journal*, 11(1), 245–270. <https://doi.org/10.30465/ismc.2021.33937.2305>
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem, Research, Theory, and Practice* (3rd Edition). Springer Publishing Company.
- Muller, R. D., Skues, J. L., & Wise, L. Z. (2017). Cyberbullying in Australian Primary Schools : How Victims Differ in Attachment , Locus of Control , Self-Esteem , and Coping Styles Compared to Non-Victims. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 27(1), 85–104. <https://doi.org/10.1017/jgc.2016.5>
- Ohannessian, C. M., Lincoln, C. R., Vannucci, A., Flannery, K. M., & Trinh, A. (2018). Self-Competence and Depressive Symptoms in Middle-Late Adolescence: Disentangling the Direction of Effect. *Journal of Research Adolescence*, 1–16.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). *The Development of Self-Esteem*. 23(5), 381–387.

<https://doi.org/10.1177/0963721414547414>

- Philp, M., Pyle, M. A., & Ashworth, L. (2018). *Risking the self: the impact of self-esteem on negative word-of-mouth behavior*. *29*(1), 101–113.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). 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>
- Reagle, J. (2015). Following the Joneses: FOMO and Conspicuous Sociality. *First Monday*, *20*(10). <https://doi.org/https://doi.org/10.5210/fm.v20i10.6064>
- Richardson, C. G., Ratner, P. A., & Zumbo, B. D. (2009). Further Support for Multidimensionality Within the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Curr Psychology*, *28*, 98–114. <https://doi.org/10.1007/s12144-009-9052-3>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2020). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*, *36*(4), 386–392. <https://doi.org/10.1080/10447318.2019.1646517>
- Rosenberg, M. (1965). *SOCIETY AND THE ADOLESCENT SELF-IMAGE*. Utrecht University Library.
- Santhoso, F. H., & Hakim, M. A. (2012). Deprivasi Relatif dan Prasangka Antar Kelompok. *Deprivasi relatif dan prasangka antar kelompok*, *39*(1), 121–128. <http://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6971/5432>
- Santika, M. G. (2015). *Hubungan antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan kecanduan internet (Internet Addiction) pada remaja di SMAN 4 Bandung*.
- 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.

- Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Jurnal Psikologi Teori dan Terapan 2020,. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 10(2), 127–138.
<https://doi.org/10.26740/jppt.v10n2.p127-138>
- Torres-serrano, M. (2020). Fear of missing out (FoMO) and the use of Instagram : relationship analysis between narcissism and self-esteem. *Journal of Psychology*, 38(1), 31–38.
<https://doi.org/https://doi.org/10.51698/aloma.2020.38.1.31-38>
- Umam, N. (2021). HARGA DIRI, NEUROTISME & KECANDUAN INTERNET SEBAGAI PREDIKTOR FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA SELF-ESTEEM , NEUROTISM & INTERNET ADDICTION AS PREDICTORS OF FEAR OF MISSING OUT AMONG STUDENTS. *Prosiding Seminar Nasional 2021 Fakultas Psikologi UMBY*, 55–69.
- Utami, P. D., & Aviani, Y. I. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out (Fomo) pada Remaja Pengguna Instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 177–185.
- Van Assche, J., Kaap-Deeder, J. V. D., Audenaert, E., Schryver, M. D., & Vansteenkiste, M. (2018). *Are the Benefits of Autonomy Satisfaction and teh Costs of Autonomy Frustration Dependent on Individuals Autonomy Strength*. 86(6), 1017–1036.
- Weaver, J. L., & Swank, J. M. (2021). An Examination of College Students' Social Media Use, Fear of Missing Out, and Mindful Attention. *Journal of College Counseling*, 24(2), 132-145.
- We Are Social & Hootsuite. (2019). Digital Data Indonesia 2019. In *Global Digital Insights*. https://es.slideshare.net/DataReportal/digital-2019-argentina-january-2019-v01?from_action=save
- We Are Social & Hootsuite. (2020). Indonesia Digital report 2020. In *Global Digital Insights*. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>
- We Are Social & Hootsuite. (2021). Indonesia Digital report 2021. In *Global Digital Insights*. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>

- Widhiarso, W. (2010). Pengembangan Skala Psikologi: Lima Kategori Respon ataukah Empat Kategori Respon. *Fakultas Psikologi UGM. Yogyakarta*, 1-5.
- Wilt, J., Oehlberg, K., & Revelle, W. (2011). Anxiety in Personality. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 987–993.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.11.014>
- Zhang, Z., Jimenez, F. R., & Cicala, J. E. (2020). Fear of Missing Out Scale: A self-concept perspective. *Psychology and Marketing*, 37(11), 1619–1634.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

KUESIONER

12.43   

docs.google.com


Kuesioner Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saudara/i yang saya hormati, perkenalkan nama saya Kartika Aditya Zafirah mahasiswa S1 Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial dan Budaya, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta. Saat ini saya sedang melakukan penelitian guna memenuhi tugas akhir atau skripsi dengan bu Wanadya Ayu Krishna Dewi S.Psi., M.A. sebagai dosen pembimbing. Oleh karena itu, saya bermaksud memohon kesediaan Saudara/i agar berkenan meluangkan waktunya sekitar 5-10 menit untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui informasi seputar pergaulan generasi milenial. Adapun kriteria partisipan penelitian ini sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif Universitas Islam Indonesia (2018-2021)
2. Laki-laki/Perempuan
3. Pengguna sosial media (Instagram, Twitter, Whatsapp, dan/atau TikTok)

Sebelum mengisi kuesioner, dimohon Saudara/i membaca pertanyaan dengan seksama. Jawaban-jawaban yang Saudara berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan akan dijaga kerahasiannya, sehingga Saudara/i tidak perlu ragu

12.44



docs.google.com

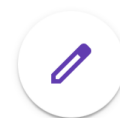
Sebelum mengisi kuesioner, dimohon Saudara/i membaca pertanyaan dengan seksama. Jawaban-jawaban yang Saudara/i berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan akan dijaga kerahasiannya, sehingga Saudara/i tidak perlu ragu menjawab sesuai dengan keadaan sebenarnya. Segala informasi dan data dalam kuesioner ini akan dijaga kerahasiannya dan hanya dipergunakan untuk keperluan penelitian.

Sebagai ucapan terima kasih atas partisipan Saudara/i sekalian, maka peneliti akan memberikan hadiah berupa saldo Gopay/OVO senilai 25.000 untuk 4 partisipan yang terpilih.




Terima kasih atas perhatian dan partisipan Saudara/i. Apabila Saudara/i memiliki pertanyaan terkait penelitian ini, silahkan hubungi saya melalui e-mail 18320060@students.uii.ac.id atau melalui pesan ke nomor [082251311619](tel:082251311619). Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan Saudara /i sekalian, Aamiin.

Hormat Peneliti,
Kartika Aditya Zafirah
Wanadya Ayu Krishna Dewi S.Psi., M.A.

18320060@students.uii.ac.id
[Switch account](#)



Your email will be recorded when you submit


12.44   

docs.google.com

rebakah.../.../.../...

Hormat Peneliti,
Kartika Aditya Zafirah
Wanadya Ayu Krishna Dewi S.Psi., M.A.

18320060@students.uui.ac.id
[Switch account](#)



Your email will be recorded when you submit this form


*** Required**


Dengan ini saya menyatakan bersedia mengisi survei ini secara jujur sesuai dengan apa yang saya alami, rasakan, dan pikirkan, serta data yang diisi dapat digunakan oleh peneliti sebagai data penelitian sesuai dengan etika penelitian. *

IYA

TIDAK

[Next](#) [Clear form](#)

Never submit passwords through Google Forms. 

 This form was created inside of education. [Report Abuse](#)

12.44 📶 🔋

docs.google.com

Identitas Partisipan

Nama (boleh inisial) *

Your answer

Angkatan *

2018

2019

2020


2021

Jenis Kelamin *

Laki-laki

Perempuan

Nomor Aktif OVO/Gopay *

Your answer 

12.44



docs.google.com

Fear of Missing Out

Petunjuk pengisian skala:

Dibawah ini merupakan sekumpulan pernyataan tentang pengalaman sehari-hari anda. Dengan menggunakan skala yang sudah disediakan, tunjukkan seberapa sesuai setiap pernyataan dengan pengalam umum anda. Diharapkan untuk menjawab sesuai dengan pengalaman yang benar-benar anda alami bukan yang anda pikirkan seharusnya terjadi. Masing-masing item berbeda satu dengan yang lain, dimohon untuk memperlakukan item secara terpisah. Pernyataan dibawah memiliki 5 alternatif jawaban, yaitu:

- 1 : Sangat Sesuai
- 2 : Sesuai
- 3 : Agak Sesuai
- 4 : Tidak Sesuai
- 5 : Sangat Tidak Sesuai

Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. *

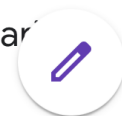
1 2 3 4 5

Sangat
Sesuai



Sangat Tidak
Sesuai

Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. *



12.44 📶 🔋

docs.google.com

Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga dari pada saya. *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

Saya merasa khawatir ketika saya mengetahui teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya. *

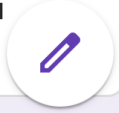
1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

Saya merasa cemas ketika saya tidak mengetahui kegiatan yang teman-teman saya sedang lakukan. *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai



⚠️

12.44 📶 🔋

docs.google.com

Penting bagi saya untuk memahami lelucon yang dipahami oleh teman-teman saya. *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai


Terkadang saya berfikir, apakah saya terlalu menghabiskan banyak waktu untuk mengikuti perkembangan yang terjadi saat ini. *


1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

Saya merasa terganggu ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman saya *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai 



12.45   

docs.google.com

Penting bagi saya membagikan online kejadian menyenangkan yang saya alami secara detail (Contoh: Update status) *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

Saya merasa terganggu ketika saya tidak bisa mengikuti acara yang sudah direncanakan sebelumnya. *

1 2 3 4 5




Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

Saat saya pergi liburan, saya terus mencari tau apa yang sedang teman-teman saya lakukan pada saat itu. *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai 



12.45   

docs.google.com

Self-Esteem

Petunjuk pengisian skala:
Dibawah ini merupakan sekumpulan pernyataan tentang perasaan anda secara umum tentang diri anda. Dimohon untuk menunjukkan seberapa setuju atau tidak setuju anda terhadap masing-masing pernyataan.

1 : Sangat Setuju
2 : Setuju
3 : Tidak Setuju
4 : Sangat Tidak Setuju

Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya. *


1 2 3 4



Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

Terkadang saya merasa saya tidak baik sama sekali. *

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju



12.45   

docs.google.com

Saya merasa saya memiliki beberapa kualitas yang baik. *

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

Saya dapat melakukan hal-hal sebaik yang dilakukan orang lain. *


1 2 3 4


Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju




Saya merasa tidak memiliki banyak hal yang bisa dibanggakan. *

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

 Saya terkadang merasa tidak berguna. *



12.45   

docs.google.com

Saya terkadang merasa tidak berguna.
*

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

Saya merasa saya adalah orang yang berharga, setidaknya sama berharganya dengan orang lain. *


1 2 3 4


Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju



Saya berharap saya dapat lebih menghargai diri saya sendiri *

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

 Dapat disimpulkan, saya cenderung merasa saya adalah keadilan. *



12.45   

docs.google.com

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

Dapat disimpulkan, saya cenderung merasa saya adalah kegagalan. *

1 2 3 4

Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju

Saya memiliki sikap positif terhadap diri saya sendiri *



1 2 3 4




Sangat Setuju Sangat Tidak Setuju



[Back](#) [Next](#) [Clear form](#)

Never submit passwords through Google Forms.

This form was created inside of education. [Report Abuse](#)


 

12.46   

AA  docs.google.com 

Kuesioner Penelitian

18320060@students.uii.ac.id
[Switch account](#)



Your email will be recorded when you submit this form

Terima Kasih!



Terima kasih atas kesediaan dan partisipasinya.
Have a Good Day!






[Back](#) [Submit](#) [Clear form](#)

Never submit passwords through Google Forms.

This form was created inside of education. [Report Abuse](#)

Google Forms

LAMPIRAN 2
TABULASI DATA TRY OUT TERPAKAI

A. Fear of Missing Out

Subjek	Aitem										TotalF
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	
1	4	3	4	5	4	5	2	5	2	5	39
2	2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	26
3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	1	24
4	2	2	4	1	4	1	4	4	4	1	27
5	3	3	2	2	4	4	3	2	4	1	28
6	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	33
7	3	3	4	3	5	3	5	3	4	1	34
8	3	2	2	1	3	4	2	1	4	1	23
9	3	3	3	3	2	4	4	5	5	5	37
10	4	2	2	1	2	3	1	4	4	1	24
11	2	2	4	4	3	2	2	5	3	5	32
12	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	40
13	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	29
14	2	2	2	2	4	3	2	2	3	1	23
15	2	2	2	2	2	4	2	3	3	2	24
16	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	25
17	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	31
18	1	2	2	3	2	1	4	4	5	1	25
19	1	1	2	3	2	4	4	4	5	2	28
20	2	2	4	4	1	4	4	5	5	5	36
21	1	1	5	1	5	1	5	5	5	1	30
22	5	5	3	5	5	1	3	4	2	5	38
23	3	3	2	2	3	4	3	4	4	2	30
24	3	3	4	3	4	4	4	3	5	2	35
25	2	1	2	2	2	3	4	1	5	2	24
26	3	3	3	3	4	4	5	4	5	5	39
27	3	4	2	2	5	2	4	3	5	1	31
28	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	27
29	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	31
30	3	3	5	3	3	5	4	3	5	1	35
31	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	15
32	2	2	2	3	1	2	1	4	1	5	23
33	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	20
34	1	1	1	1	3	2	2	2	1	1	15
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
36	3	3	1	1	4	3	2	2	4	1	24
37	2	2	1	1	4	4	2	4	3	1	24
38	3	3	4	4	5	3	3	3	4	3	35
39	2	3	1	1	4	4	2	1	5	1	24
40	4	3	2	3	5	2	5	4	5	1	34
41	2	3	1	1	3	4	3	2	5	3	27
42	3	5	3	1	4	5	3	4	4	4	36
43	1	2	4	1	3	4	5	3	5	1	29
44	3	3	3	3	4	4	2	2	3	1	28
45	1	1	2	2	3	5	4	3	3	1	25
46	1	1	3	3	5	3	3	1	5	1	26
47	2	2	3	4	2	3	3	4	2	5	30
48	4	4	3	1	5	5	3	5	4	1	35
49	2	2	4	2	4	4	3	2	3	3	29
50	1	1	3	1	2	2	1	2	3	2	18

B. Self Esteem

Subjek	Aitem										TotalS
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	
1	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	26
2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	4	22
3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	20
4	2	4	4	3	2	3	3	1	3	3	22
5	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	20
6	2	1	3	3	2	2	3	1	3	2	19
7	2	2	3	3	2	1	3	2	4	4	22
8	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	26
9	2	4	2	2	3	1	3	2	1	2	16
10	2	2	3	2	2	2	3	1	4	3	20
11	3	2	3	3	1	2	3	4	2	3	21
12	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	17
13	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	22
14	3	2	3	3	2	2	3	1	2	4	20
15	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	22
16	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	18
17	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	22
18	3	2	4	3	3	2	3	1	3	4	23
19	3	2	3	4	3	2	4	1	2	4	23
20	2	3	1	1	4	4	1	4	4	1	20
21	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	29
22	2	4	1	2	3	3	2	4	2	2	19
23	3	3	4	4	4	3	4	1	4	4	28
24	3	1	2	1	2	2	3	1	2	2	15
25	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	22
26	1	2	1	1	4	1	1	4	1	1	14
27	3	1	3	2	2	3	3	1	2	2	18
28	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	19
29	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	22
30	3	1	3	3	3	1	4	1	3	3	21
31	1	4	1	1	4	4	1	4	4	1	20
32	1	4	3	2	3	4	1	4	4	2	23
33	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	23
34	4	3	2	4	3	3	2	3	3	1	21
35	3	1	4	4	4	1	4	1	4	4	26
36	3	4	4	4	4	4	3	1	4	3	27
37	3	4	3	3	4	4	3	1	4	3	25
38	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	20
39	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	29
40	2	4	4	3	2	4	3	1	4	4	25
41	2	3	3	4	2	3	4	1	4	4	25
42	2	1	3	2	1	2	3	1	1	2	15
43	2	1	4	3	1	1	3	1	1	3	17
44	3	2	3	3	2	2	3	1	2	3	19
45	3	1	3	4	2	1	3	1	3	3	20
46	1	2	3	3	2	2	2	1	2	1	16
47	1	4	1	2	2	2	2	4	3	2	18
48	2	3	4	2	1	2	4	2	4	4	23
49	3	1	3	3	1	1	3	1	1	3	16
50	2	1	4	4	4	4	4	1	4	4	29

LAMPIRAN 3

ANALISIS VALIDITAS RELIABILITAS

A. Fear of Missing Out (Putaran 1)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.751	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
F1	25.8800	35.414	.534	.717
F2	25.8000	35.020	.554	.714
F3	25.6400	34.276	.561	.711
F4	25.9200	36.157	.374	.737
F5	24.9200	37.422	.285	.748
F6	25.1800	37.049	.286	.749
F7	25.3200	34.916	.485	.721
F8	25.2600	33.421	.528	.713
F9	24.6400	37.296	.269	.752
F10	26.1400	34.490	.348	.745

B. Self-Esteem

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.637	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
S1	23.7800	18.665	.214	.629
S2	23.7200	16.655	.334	.605
S3	23.2800	17.512	.349	.603
S4	23.4200	16.575	.467	.578
S5	23.5600	16.782	.397	.591
S6	23.6800	15.691	.499	.564
S7	23.3000	17.765	.336	.607
S8	24.4600	23.641	-.387	.760
S9	23.2400	14.962	.646	.530
S10	23.3600	16.480	.446	.580

C. Fear of Missing Out (Putaran 2)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.751	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
F1	25.8800	35.414	.534	.717
F2	25.8000	35.020	.554	.714
F3	25.6400	34.276	.561	.711
F4	25.9200	36.157	.374	.737
F5	24.9200	37.422	.285	.748
F6	25.1800	37.049	.286	.749
F7	25.3200	34.916	.485	.721
F8	25.2600	33.421	.528	.713
F9	24.6400	37.296	.269	.752
F10	26.1400	34.490	.348	.745

D. Self-Esteem

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.758	8

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
S2	19.5600	17.394	.267	.771
S3	19.1200	16.802	.487	.727
S4	19.2600	16.360	.528	.719
S5	19.4000	17.347	.344	.752
S6	19.5200	16.255	.446	.734
S7	19.1400	17.307	.438	.736
S9	19.0800	15.218	.633	.697
S10	19.2000	16.000	.544	.716

LAMPIRAN 4

TABULASI DATA PENELITIAN

A. Fear of Missing Out

Subjek	Aitem										TotalF
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	
1	4	3	4	5	4	5	2	5	2	5	39
2	2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	26
3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	1	24
4	2	2	4	1	4	1	4	4	4	1	27
5	3	3	2	2	4	4	3	2	4	1	28
6	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	33
7	3	3	4	3	5	3	5	3	4	1	34
8	3	2	2	1	3	4	2	1	4	1	23
9	3	3	3	3	2	4	4	5	5	5	37
10	4	2	2	1	2	3	1	4	4	1	24
11	2	2	4	4	3	2	2	5	3	5	32
12	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	40
13	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	29
14	2	2	2	2	4	3	2	2	3	1	23
15	2	2	2	2	2	4	2	3	3	2	24
16	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	25
17	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	31
18	1	2	2	3	2	1	4	4	5	1	25
19	1	1	2	3	2	4	4	4	5	2	28
20	2	2	4	4	1	4	4	5	5	5	36
21	1	1	5	1	5	1	5	5	5	1	30
22	5	5	3	5	5	1	3	4	2	5	38
23	3	3	2	2	3	4	3	4	4	2	30
24	3	3	4	3	4	4	4	3	5	2	35
25	2	1	2	2	2	3	4	1	5	2	24
26	3	3	3	3	4	4	5	4	5	5	39
27	3	4	2	2	5	2	4	3	5	1	31
28	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	27
29	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	31
30	3	3	5	3	3	5	4	3	5	1	35
31	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	15
32	2	2	2	3	1	2	1	4	1	5	23
33	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	20
34	1	1	1	1	3	2	2	2	1	1	15
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
36	3	3	1	1	4	3	2	2	4	1	24
37	2	2	1	1	4	4	2	4	3	1	24
38	3	3	4	4	5	3	3	3	4	3	35
39	2	3	1	1	4	4	2	1	5	1	24
40	4	3	2	3	5	2	5	4	5	1	34
41	2	3	1	1	3	4	3	2	5	3	27
42	3	5	3	1	4	5	3	4	4	4	36
43	1	2	4	1	3	4	5	3	5	1	29
44	3	3	3	3	4	4	2	2	3	1	28
45	1	1	2	2	3	5	4	3	3	1	25
46	1	1	3	3	5	3	3	1	5	1	26
47	2	2	3	4	2	3	3	4	2	5	30
48	4	4	3	1	5	5	3	5	4	1	35
49	2	2	4	2	4	4	3	2	3	3	29
50	1	1	3	1	2	2	1	2	3	2	18
51	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	36
52	1	1	2	2	3	2	2	3	3	1	20
53	2	3	4	3	3	4	4	3	3	2	31

54	2	3	2	2	4	3	3	4	4	2	29
55	2	2	2	1	4	4	2	1	4	2	24
56	1	4	2	3	4	3	3	5	4	3	32
57	3	4	2	1	5	3	4	2	4	1	29
58	3	5	5	4	4	5	4	1	3	5	39
59	3	2	2	3	4	2	3	4	3	1	27
60	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	16
61	4	4	5	5	3	3	2	3	4	2	35
62	3	3	4	2	4	3	3	3	5	2	32
63	1	1	2	1	3	4	3	3	3	1	22
64	2	2	2	1	3	3	3	3	3	1	23
65	1	1	1	1	4	3	1	3	4	1	20
66	1	2	2	1	1	3	2	1	3	1	17
67	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	33
68	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	17
69	2	2	3	3	4	3	3	2	3	1	26
70	1	1	3	2	5	5	4	3	5	3	32
71	2	2	1	1	3	3	1	3	2	1	19
72	3	2	5	4	1	1	3	3	2	5	29
73	5	5	5	5	3	2	2	3	3	1	34
74	2	2	5	4	2	2	3	3	3	4	30
75	4	3	1	1	4	1	2	1	4	1	22
76	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	34
77	1	2	4	5	2	1	4	1	3	2	25
78	2	1	2	3	4	2	2	4	2	1	23
79	3	3	4	3	5	3	5	5	5	2	38
80	1	1	1	1	2	2	2	1	3	1	15
81	2	4	3	2	5	5	4	3	4	2	34
82	3	4	2	2	4	2	5	4	5	2	33
83	3	3	2	4	3	2	3	5	2	4	31
84	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
85	5	4	2	1	5	2	2	4	3	1	29
86	5	5	4	4	4	3	3	1	4	3	36
87	4	4	3	1	2	2	2	1	3	1	23
88	2	2	4	2	4	4	4	4	4	2	32
89	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	24
90	3	4	2	2	4	2	3	1	4	2	27
91	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	16
92	2	2	4	1	4	4	3	3	4	1	28
93	1	5	5	3	3	2	3	1	3	1	27
94	5	4	3	2	4	4	3	1	3	1	30
95	2	3	1	2	2	4	2	2	4	1	23
96	5	5	4	4	3	3	4	2	4	3	37
97	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
98	4	3	3	3	5	4	5	2	3	2	34
99	2	2	4	2	4	1	5	2	4	2	28
100	1	1	3	2	3	1	3	1	1	1	17
101	4	4	4	1	5	1	1	1	4	1	26
102	2	4	4	3	5	2	3	5	5	1	34
103	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	14
104	4	4	5	3	5	4	3	3	5	4	40
105	2	2	3	4	4	3	4	4	4	2	32
106	5	5	5	5	5	5	5	3	3	5	46
107	3	4	4	4	3	3	2	2	3	1	29
108	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	19
109	3	3	1	1	3	1	4	1	5	1	23
110	3	3	1	1	2	2	2	2	4	1	21
111	4	3	3	2	1	5	3	3	3	1	28
112	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	15
113	4	4	2	2	1	2	4	1	5	1	26
114	3	2	2	1	4	4	2	2	3	2	25
115	3	2	3	4	4	3	5	2	5	2	33

116	2	3	2	1	2	4	2	1	3	1	21
117	2	4	3	3	5	4	3	3	5	3	35
118	3	4	2	1	1	5	2	2	5	1	26
119	4	4	2	1	5	4	3	5	5	2	35
120	5	4	4	5	5	4	5	3	5	5	45
121	2	2	4	4	5	3	4	3	5	1	33
122	2	2	3	1	4	2	1	2	5	1	23
123	3	3	4	4	1	5	4	4	3	1	32
124	1	1	1	1	3	3	4	1	5	1	21
125	1	1	4	3	5	3	4	2	4	2	29
126	3	4	5	4	4	4	4	1	4	2	35
127	1	1	3	1	4	5	5	5	5	1	31
128	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	27
129	3	5	3	2	2	3	3	2	3	1	27
130	1	1	1	1	5	5	1	1	5	1	22
131	2	2	1	3	4	3	4	1	4	1	25
132	4	4	5	5	5	4	5	2	5	2	41
133	3	4	4	4	2	5	4	3	4	3	36
134	2	2	3	2	4	4	3	3	4	2	29
135	4	4	3	3	4	2	5	3	5	2	35
136	3	4	5	4	4	5	1	1	3	1	31
137	4	4	4	4	3	2	4	1	3	3	32
138	2	1	1	1	2	4	2	1	4	1	19
139	2	2	3	1	5	2	4	3	5	3	30
140	3	3	1	2	3	2	3	4	2	2	25
141	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	26
142	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	49
143	2	2	2	1	4	4	2	1	4	1	23
144	2	1	2	2	4	3	4	2	3	2	25
145	2	3	4	4	2	4	3	2	4	2	30
146	4	4	5	3	5	2	2	4	5	3	37
147	2	2	3	2	4	3	4	2	4	3	29
148	1	1	1	1	3	1	5	1	1	1	16
149	3	4	2	2	3	3	4	1	2	2	26
150	3	2	4	4	3	2	2	5	3	4	32
151	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	34
152	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	47
153	4	4	3	2	2	3	2	1	2	3	26
154	3	3	4	2	2	4	1	1	1	1	22
155	2	2	3	2	3	4	3	1	3	2	25
156	2	2	3	2	4	2	5	4	5	2	31
157	2	3	2	1	3	1	1	1	4	1	19
158	3	3	2	3	4	5	2	2	2	1	27
159	4	4	3	3	2	4	2	1	3	2	28
160	2	3	1	2	4	3	2	1	4	1	23
161	2	3	2	1	2	3	2	1	4	2	22
162	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	23
163	1	1	1	1	2	4	1	1	2	2	16
164	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	26
165	3	3	2	3	5	5	3	2	4	2	32
166	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	30
167	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	35
168	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	36
169	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	14
170	2	1	3	2	4	4	2	2	4	4	28
171	5	4	5	1	5	3	2	1	4	1	31
172	1	1	2	1	4	2	2	1	5	2	21
173	4	5	4	3	4	5	4	2	4	3	38
174	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	32
175	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2	27
176	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	28
177	1	2	3	1	4	2	2	3	2	3	23

178	4	5	3	5	4	2	2	2	3	3	33
179	2	2	3	1	4	2	4	2	4	1	25
180	2	2	3	1	4	3	4	3	4	2	28
181	3	5	3	3	3	4	4	3	3	3	34
182	1	1	2	3	4	4	4	1	4	1	25
183	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	36
184	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	20
185	3	2	3	3	4	5	3	1	4	3	31
186	3	3	2	2	3	3	4	4	3	2	29
187	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	17
188	1	1	1	1	5	1	2	1	3	1	17
189	4	4	3	3	5	4	4	2	3	4	36
190	2	2	3	3	2	2	2	3	2	4	25
191	2	3	1	3	1	4	1	4	3	1	23
192	3	3	1	1	1	1	3	2	4	1	20
193	2	2	4	4	2	5	2	1	4	3	29
194	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	21
195	5	4	4	3	2	2	3	1	1	1	26
196	4	4	3	3	4	5	3	2	5	2	35
197	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	27
198	1	1	4	3	5	5	4	3	5	1	32
199	3	3	4	4	3	4	3	5	4	4	37
200	1	1	1	1	3	3	3	1	3	2	19
201	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	17
202	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	34
203	1	1	3	3	5	5	4	2	4	2	30
204	2	2	4	3	5	2	3	1	3	2	27
205	1	1	4	5	5	2	4	3	5	2	32
206	1	1	1	1	3	4	5	1	4	1	22
207	3	3	3	1	2	3	1	3	3	1	23
208	2	2	2	2	2	2	3	1	4	2	22
209	4	3	2	3	3	2	2	4	3	2	28
210	2	2	1	2	2	2	3	4	3	2	23
211	3	5	4	5	5	5	4	2	3	1	37
212	3	3	1	2	4	4	2	2	4	1	26
213	2	3	2	4	5	5	3	2	5	2	33
214	2	2	2	2	4	5	5	2	5	1	30
215	1	1	2	1	3	3	3	4	5	1	24
216	2	3	4	2	5	4	4	3	5	1	33
217	4	5	4	5	4	2	1	1	4	1	31
218	1	1	2	1	5	2	5	1	5	1	24
219	1	1	4	3	3	2	1	3	3	1	22
220	2	1	2	1	4	4	4	3	3	2	26
221	3	2	4	4	5	3	2	1	3	1	28
222	3	3	4	3	3	5	3	4	3	2	33
223	2	2	2	4	3	1	3	5	3	4	29
224	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	20
225	4	5	3	3	3	5	5	5	5	3	41
226	2	2	3	4	5	5	5	3	4	5	38
227	3	3	3	4	2	4	3	5	4	1	32
228	2	2	2	1	4	3	4	1	3	2	24
229	4	2	5	4	2	4	2	2	2	4	31
230	2	2	1	1	2	3	2	1	2	1	17
231	3	4	3	3	5	3	4	4	4	3	36
232	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	17
233	2	2	3	2	4	3	4	2	4	1	27
234	1	1	1	1	1	1	3	2	2	3	16
235	1	1	1	1	4	4	2	1	1	1	17

B. Self-Esteem

Subjek	Aitem								
	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S9	S10	TotalS
1	3	3	3	3	4	3	4	3	26
2	3	3	3	3	2	3	3	4	24
3	2	3	3	2	2	3	3	3	21
4	4	4	3	2	3	3	3	3	25

5	2	3	3	2	2	3	3	3	21
6	1	3	3	2	2	3	3	2	19
7	2	3	3	2	1	3	4	4	22
8	4	3	3	4	4	4	4	3	29
9	4	2	2	3	1	3	1	2	18
10	2	3	2	2	2	3	4	3	21
11	2	3	3	1	2	3	2	3	19
12	3	2	2	2	3	2	2	2	18
13	2	3	3	3	2	3	3	3	22
14	2	3	3	2	2	3	2	4	21
15	2	3	3	3	3	3	3	3	23
16	2	3	1	2	2	3	3	2	18
17	2	3	2	3	3	3	3	3	22
18	2	4	3	3	2	3	3	4	24
19	2	3	4	3	2	4	2	4	24
20	3	1	1	4	4	1	4	1	19
21	4	4	4	4	4	4	4	4	32
22	4	1	2	3	3	2	2	2	19
23	3	4	4	4	3	4	4	4	30
24	1	2	1	2	2	3	2	2	15
25	2	3	3	3	3	3	3	3	23
26	2	1	1	4	1	1	1	1	12
27	1	3	2	2	3	3	2	2	18
28	2	2	2	3	2	2	3	2	18
29	3	3	3	2	3	3	3	3	23
30	1	3	3	3	1	4	3	3	21
31	4	1	1	4	4	1	4	1	20
32	4	3	2	3	4	1	4	2	23
33	3	3	3	3	3	3	3	3	24
34	3	2	4	3	3	2	3	1	21
35	1	4	4	4	1	4	4	4	26
36	4	4	4	4	4	3	4	3	30
37	4	3	3	4	4	3	4	3	28
38	2	3	3	2	2	2	3	3	20
39	4	4	4	4	4	4	4	4	32
40	4	4	3	2	4	3	4	4	28
41	3	3	4	2	3	4	4	4	27
42	1	3	2	1	2	3	1	2	15
43	1	4	3	1	1	3	1	3	17
44	2	3	3	2	2	3	2	3	20
45	1	3	4	2	1	3	3	3	20
46	2	3	3	2	2	2	2	1	17
47	4	1	2	2	2	2	3	2	18
48	3	4	2	1	2	4	4	4	24
49	1	3	3	1	1	3	1	3	16
50	1	4	4	4	4	4	4	4	29
51	2	3	3	2	3	3	3	3	22
52	2	3	3	2	4	4	4	4	26
53	1	4	3	2	3	1	2	4	20
54	3	3	3	4	3	3	4	3	26
55	2	3	3	3	3	3	3	3	23
56	3	3	3	3	3	3	3	3	24
57	2	3	4	3	1	4	3	3	23
58	1	4	3	1	1	3	3	4	20
59	2	3	2	2	2	3	3	4	21
60	2	3	2	2	2	3	3	3	20
61	1	3	2	1	1	1	1	2	12
62	3	3	3	4	4	4	4	4	29
63	1	4	4	3	4	4	3	4	27
64	3	3	3	3	3	4	4	3	26
65	1	4	3	2	1	3	3	2	19
66	2	3	4	3	3	3	3	4	25

67	2	3	3	4	3	4	4	3	26
68	3	4	3	3	3	4	3	4	27
69	3	3	3	2	2	2	2	2	19
70	2	3	3	3	3	3	3	4	24
71	2	3	3	4	3	2	4	3	24
72	4	2	3	2	2	1	1	1	16
73	2	3	3	2	1	2	1	2	16
74	2	3	3	3	4	3	4	3	25
75	2	4	3	2	2	3	3	4	23
76	2	3	3	3	2	3	3	3	22
77	2	2	3	4	4	2	3	3	23
78	4	4	3	3	3	4	3	4	28
79	2	2	2	2	1	3	3	2	17
80	4	4	4	4	4	4	4	4	32
81	1	3	2	3	2	3	3	4	21
82	2	3	3	2	2	3	3	4	22
83	2	3	2	2	3	3	3	3	21
84	2	3	3	2	2	3	2	3	20
85	3	3	2	4	2	4	3	4	25
86	1	3	3	2	1	3	2	2	17
87	2	3	3	3	4	4	4	3	26
88	3	4	3	4	3	3	4	3	27
89	2	3	3	2	1	2	2	2	17
90	2	3	2	2	2	4	3	4	22
91	1	1	2	1	1	2	1	2	11
92	4	4	3	4	4	4	4	4	31
93	1	4	1	1	1	2	1	2	13
94	1	3	2	1	1	3	1	2	14
95	3	3	3	2	3	4	3	3	24
96	1	3	4	1	1	3	2	2	17
97	1	4	4	1	1	4	1	2	18
98	1	1	1	1	2	2	1	1	10
99	1	3	2	1	1	3	1	1	13
100	4	4	4	1	1	4	1	4	23
101	1	4	4	2	2	4	4	4	25
102	4	3	2	2	2	3	4	2	22
103	1	4	4	4	4	3	4	4	28
104	4	3	2	1	2	1	1	1	15
105	3	4	4	3	3	4	4	4	29
106	1	1	2	1	1	2	2	3	13
107	3	4	4	2	3	4	4	4	28
108	3	2	2	3	4	2	3	1	20
109	4	4	3	4	4	4	4	4	31
110	2	3	3	3	3	3	4	3	24
111	3	3	2	4	3	2	3	3	23
112	4	4	3	4	4	4	4	4	31
113	2	4	4	4	3	4	4	3	28
114	3	3	3	3	3	3	3	4	25
115	2	4	4	4	4	4	4	4	30
116	4	4	4	3	3	4	4	4	30
117	2	2	2	3	3	2	3	2	19
118	3	3	4	2	4	4	4	4	28
119	1	4	4	1	2	3	2	3	20
120	1	2	2	2	2	2	2	3	16
121	2	2	2	2	2	3	3	3	19
122	4	4	3	4	3	4	4	4	30
123	1	2	3	2	1	3	2	2	16
124	3	1	2	3	4	4	2	1	20
125	2	3	3	3	3	3	4	4	25
126	2	3	3	3	2	3	3	3	22
127	1	4	4	3	2	4	4	4	26
128	2	3	3	2	2	3	2	3	20

129	1	3	2	3	2	3	2	2	18
130	1	4	4	1	4	4	4	4	26
131	1	4	4	2	2	4	3	4	24
132	2	3	3	2	2	3	2	4	21
133	3	1	3	2	2	3	2	3	19
134	2	3	3	2	2	2	3	3	20
135	2	3	4	3	4	3	4	3	26
136	2	2	3	3	3	3	3	3	22
137	4	4	4	4	4	4	4	4	32
138	3	3	2	3	3	4	4	3	25
139	3	4	4	3	4	4	4	4	30
140	2	3	3	2	4	4	1	4	23
141	2	2	2	3	2	2	3	2	18
142	1	4	4	1	1	4	1	4	20
143	2	1	2	2	3	2	3	2	17
144	3	3	3	3	4	4	3	3	26
145	1	2	2	2	1	3	2	2	15
146	1	2	1	1	1	1	1	1	9
147	3	3	3	2	2	3	3	3	22
148	1	4	4	4	4	4	3	4	28
149	3	4	4	4	4	3	3	3	28
150	1	2	2	1	2	3	2	3	16
151	3	3	3	3	2	3	3	3	23
152	2	4	3	1	1	4	2	3	20
153	1	3	2	4	1	2	1	2	16
154	2	4	3	2	2	4	4	3	24
155	2	3	3	2	3	3	2	2	20
156	4	4	3	3	4	4	4	4	30
157	2	3	3	2	1	2	3	4	20
158	2	3	2	2	2	4	4	3	22
159	1	2	2	2	2	2	2	2	15
160	1	2	2	2	2	3	2	3	17
161	2	3	3	2	3	4	4	3	24
162	4	2	2	3	3	2	3	2	21
163	1	3	3	1	1	2	1	2	14
164	2	2	2	2	2	3	2	4	19
165	2	3	3	4	3	4	4	3	26
166	3	3	3	3	4	3	4	3	26
167	1	3	3	2	1	3	3	3	19
168	3	2	2	3	3	2	3	2	20
169	4	3	2	3	3	3	4	4	26
170	3	3	3	3	4	4	4	3	27
171	1	4	4	3	1	4	4	3	24
172	3	4	3	3	2	3	3	3	24
173	3	3	4	2	2	3	3	3	23
174	2	3	3	1	1	2	2	3	17
175	2	3	3	3	3	4	2	3	23
176	3	3	3	2	2	3	3	3	22
177	3	3	3	3	3	3	4	4	26
178	1	3	2	2	1	3	2	2	16
179	2	4	4	3	4	4	3	4	28
180	3	3	2	1	1	2	1	2	15
181	1	4	3	2	2	4	2	3	21
182	2	2	3	1	3	3	2	2	18
183	3	3	3	4	4	3	4	3	27
184	2	3	3	3	2	3	3	2	21
185	2	2	2	1	1	2	2	1	13
186	3	3	2	3	4	4	3	3	25
187	3	4	4	3	3	4	4	4	29
188	3	3	2	2	4	3	4	3	24
189	4	3	1	4	4	3	4	3	26
190	2	3	3	2	2	3	2	3	20

191	1	3	2	2	2	2	2	3	17
192	3	4	4	4	4	4	4	4	31
193	1	4	4	1	1	4	1	3	19
194	3	3	3	3	3	2	3	3	23
195	3	3	3	2	4	3	4	2	24
196	3	3	2	2	3	4	2	3	22
197	3	3	3	3	3	3	3	3	24
198	1	3	4	2	2	3	1	2	18
199	3	2	2	2	1	2	1	3	16
200	2	3	2	2	2	2	3	3	19
201	3	2	4	4	2	3	2	4	24
202	2	3	3	2	2	3	2	3	20
203	2	3	4	3	1	2	2	2	19
204	1	2	2	1	1	3	1	2	13
205	2	3	1	4	2	2	2	3	19
206	4	4	4	4	4	4	4	4	32
207	2	4	4	2	1	1	3	4	21
208	3	3	3	3	3	4	4	4	27
209	1	3	3	2	1	2	3	2	17
210	4	2	2	3	3	2	3	2	21
211	2	3	3	3	4	3	3	3	24
212	2	4	3	3	2	4	3	3	24
213	2	4	3	1	1	3	2	2	18
214	1	2	2	3	2	3	3	3	19
215	2	3	4	2	2	3	2	2	20
216	4	4	3	3	3	4	3	4	28
217	1	4	3	2	1	4	3	3	21
218	3	4	3	3	3	4	4	3	27
219	1	2	2	2	1	2	2	2	14
220	2	3	3	2	2	3	3	3	21
221	1	2	2	2	1	2	1	2	13
222	3	3	3	3	2	3	4	3	24
223	4	1	1	4	4	2	4	2	22
224	1	3	3	2	4	4	3	2	22
225	1	3	3	3	3	3	2	2	20
226	3	2	2	3	1	2	1	2	16
227	3	3	3	3	3	3	3	4	25
228	3	4	3	3	2	3	3	3	24
229	2	4	4	3	4	4	4	3	28
230	2	3	3	4	3	4	4	3	26
231	2	3	3	3	3	3	3	3	23
232	2	4	4	4	4	4	4	4	30
233	1	4	3	2	2	4	3	4	23
234	4	4	2	3	4	3	4	4	28
235	3	3	2	2	1	3	4	3	21

LAMPIRAN 5

PERSENTIL

A. Fear of Missing Out

Statistics

		TFOMO	TSELFES TEEM
N	Valid	235	235
	Missing	0	0
Std. Error of Mean		.65233	.65233
Std. Deviation		10.00000	10.00000
Minimum		24.43	22.81
Maximum		81.51	70.68
Percentiles	20	41.8381	41.5421
	40	47.2612	47.7859
	60	52.9696	51.9484
	80	58.6781	58.1922

KategorisasiTFOMO

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	47	20.0	20.0	20.0
	Rendah	40	17.0	17.0	37.0
	Sedang	52	22.1	22.1	59.1
	Tinggi	45	19.1	19.1	78.3
	Sangat Tinggi	51	21.7	21.7	100.0
Total		235	100.0	100.0	

B. Self-Esteem

Statistics

		TFOMO	TSELFES TEEM
N	Valid	235	235
	Missing	0	0
Std. Error of Mean		.65233	.65233
Std. Deviation		10.00000	10.00000
Minimum		24.43	22.81
Maximum		81.51	70.68
Percentiles	20	41.8381	41.5421
	40	47.2612	47.7859
	60	52.9696	51.9484
	80	58.6781	58.1922

Kategorisasi TSEFLESTEEM

		Freque ncy	Perce nt	Valid Percent	Cumulativ e Percent
Val id	Sangat Rendah	41	17.4	17.4	17.4
	Rendah	50	21.3	21.3	38.7
	Sedang	34	14.5	14.5	53.2
	Tinggi	50	21.3	21.3	74.5
	Sangat Tinggi	60	25.5	25.5	100.0
	Total	235	100.0	100.0	

LAMPIRAN 6

ANALISIS UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		TFOMO	TSELFES TEEM
N		235	235
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	50.0000	50.0000
	Std. Deviation	10.0000 0	10.00000
	Most Extreme Differences	Absolute Positive Negative	.041 .035 -.041
Test Statistic		.041	.053
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN 7
ANALISIS UJI LINEARITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Si g.
TFOMO * TSELFESTE EM	Betw een Grou ps	(Combin ed)	4511.15 8	2 3	196.13 7	2.19 1	.0 0 2
		Linearity	2314.65 4	1	2314.6 54	25.8 56	.0 0 0
		Deviatio n from Linearity	2196.50 4	2 2	99.841	1.11 5	.3 3 2
	Within Groups	18888.8 42	2 1 1	89.521			
Total			23400.0 00	2 3 4			

LAMPIRAN 8
UJI HIPOTESIS

Correlations

		TFOM O	TSELFES TEEM
TFOMO	Pearson Correlation	1	-.315**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	235	235
TSELFES TEEM	Pearson Correlation	-.315**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	235	235

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).