

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN *FEAR OF MISSING OUT*
(FOMO) PADA MAHASISWA YANG MELAKUKAN INVESTASI ATAU
*TRADING CRYPTO***

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana
S-1 Psikologi**



Bramasta Devi Patria Negara

18090000165

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Bramasta Devi Patria Negara
Nim : 18090000165
Universitas : Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Diri dengan *Fear Of Missing Out*
(FOMO) Pada Mahasiswa yang Melakukan Investasi atau
Trading Crypto

Malang, 21 Februari 2023

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing

Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dr. Nawang Warsi W. S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W. S.Psi., M.Si., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
PADA MAHASISWA YANG MELAKUKAN INVESTASI ATAU *TRADING*
*CRYPTO***

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Bramasta Devi Patria Negara

18090000165

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 21 Februari 2023

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Sekretaris Penguji

Dr. Nawang Warsi W, S.Psi., M.Si., Psikolog

Deasy Christia S, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji

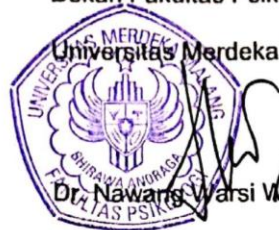
Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana

Tanggal, 21 Februari 2023

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bramasta Devi Patria Negara
Nomor Pokok : 18090000165
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Diri dengan *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada Mahasiswa yang Melakukan Investasi atau *Trading Crypto*
Lokasi Tempat Penelitian : Kota Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. Adisantoso No.06
No. Telp/Email : 081216559166
bramassta99@gmail.com

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut di atas benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 21 Februari 2023




Bramasta Devi Patria Negara

MOTTO

Don't rush the process, great things take time

~Bramz

LEMBAR PERSEMBAHAN

Ku persembahkan skripsi ini untuk diriku yang telah berjuang dan berhasil
menyelesaikannya

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penulisan tugas akhir terlampir, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada beberapa pihak yang telah berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini, antara lain:

1. Allah S.W.T yang telah memberikan rahmat, kekuatan dan kuasanya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan juga selaku Dosen Pembimbing Utama yang senantiasa membimbing dan membantu saya dalam proses pengerjaan skripsi saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya dengan baik.
3. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan juga selaku Dosen Pembimbing ke dua saya yang senantiasa membimbing dan membantu dalam proses pengerjaan skripsi saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya dengan baik.
4. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang saya ucapkan terimakasih atas segala ilmu yang telah diberikan.
5. Terima kasih kepada ke dua orang tua saya atas doa dan dukungan yang telah diberikan, sehingga dapat menyelesaikan skripsi.

6. Terima kasih Rifkha Annisa Nirmala Adialul Fikri yang telah memberi dukungan dan doanya untuk menyelesaikan skripsi.
7. Terima kasih kepada teman-teman saya Agges, Yudhi, Helmi, Hadhit dan tim Persehum yang telah memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
8. *Last but not least, i wanna thank me, i wanna thank me for believing ini me, i wanna thank me for doing all this hard work, i wanna thank me for having no days off, i wanna thank me for never quitting.*

Malang, 21 Februari 2023

Penulis,

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dengan *Fear Of Missing Out* pada Mahasiswa yang Melakukan Investasi atau *Trading Crypto*”. Peneliti sangat menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini sangatlah jauh dari kata kesempurnaan karena keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti. Oleh karena itu, peneliti meminta maaf dan membutuhkan dukungan berupa saran dan kritik yang bersifat membangun.

Akhir kata, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi sumbangan pemikiran untuk pihak yang membutuhkan ataupun yang membacanya.

Malang, 21 Februari 2023

Penulis,

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan dan Manfaat	6
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. <i>Fear Of Missing Out</i>	9
1. Pengertian <i>Fear Of Missing Out</i>	9
2. Aspek-aspek <i>Fear Of Missing Out</i>	10
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Fear Of Missing Out</i>	11
B. Regulasi Diri.....	13
1. Pengertian Regulasi Diri.....	13
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri	14
C. Mahasiswa.....	16
D. Hubungan antara variabel Regulasi Diri dan FOMO.....	17
E. Kerangka Pemikiran Penelitian	18
F. Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	20
1. Variabel Penelitian.....	20
2. Definisi Operasional.....	20

B. Subjek Penelitian	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel	22
3. Teknik Sampling	22
C. Cara Pengumpulan Data.....	23
1. Skala <i>Fear Of Missing Out</i>	25
2. Skala Regulasi Diri	26
3. Validitas dan Reliabilitas	28
D. Desain Penelitian	29
E. Cara Analisis Data	29
1. Uji Asumsi	30
2. Uji Hipotesis	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Deskripsi Penelitian.....	32
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data.....	33
1. Deskripsi Data	33
2. Validitas Data	35
3. Reliabilitas Skala	38
C. Hasil.....	38
1. Hasil Uji Normalitas	38
2. Hasil Uji Linieritas	39
3. Hasil Uji Hipotesis.....	39
D. Pembahasan.....	40
BAB V PENUTUP.....	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel. 1 Blueprint Skala Fear Of Missing Out	25
Tabel. 2 Blueprint Skala Regulasi Diri.....	27
Tabel. 3 Jumlah Responden Berdasarkan Usia	32
Tabel. 4 Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	32
Tabel. 5 Hasil Analisa Deskriptif Statistik	33
Tabel. 6 Rumus Skor Standar.....	33
Tabel. 7 Kategori Data FOMO	34
Tabel. 8 Kategori Data Regulasi Diri	34
Tabel. 9 Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur Regulasi Diri.....	36
Tabel. 10 Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur FOMO	37
Tabel. 11 Reliabilitas Skala Regulasi Diri dan Skala FOMO	38
Tabel. 12 Tabel Normalitas Skala Regulasi Diri dan FOMO.....	39
Tabel. 13 Uji Linieritas Skala Regulasi Diri dan FOMO	39
Tabel. 14 Uji Hipotesis Skala Regulasi Diri dan FOMO.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar. 1 Kerangka Pemikiran Penelitian Hubungan Regulasi Diri dengan Fear Of Missing Out pada Mahasiswa yang Melakukan Trading atau Investasi Crypto	18
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Hasil Uji Aiken's V	50
Lampiran. 2 Tabel Responden Issac & Michael	54
Lampiran. 3 Skala Try Out Regulasi Diri dan FOMO.....	56
Lampiran. 4 Skala Penelitian Regulasi Diri dan FOMO	62
Lampiran. 5 Tabulasi Data Try Out Regulasi Diri dan FOMO.....	68
Lampiran. 6 Tabulasi Data Penelitian Regulasi Diri dan FOMO	75
Lampiran. 7 Validitas Skala Try Out Regulasi Diri dan FOMO	101
Lampiran. 8 Reliabilitas Skala Try Out Regulasi Diri dan FOMO.....	105
Lampiran. 9 Reliabilitas Skala Penelitian Regulasi Diri dan FOMO	108
Lampiran. 10 Deskriptif Data, Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Korelasi....	111
Lampiran. 11 Hasil Turnitin dan Daftar Riwayat Hidup	114

HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA MAHASISWA YANG MELAKUKAN INVESTASI ATAU TRADING CRYPTO

Bramasta Devi Patria Negara

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

bramassta99@gmail.com

INTISARI

FOMO merupakan masalah utama bagi investor atau *trader* muda khususnya mahasiswa, karena mahasiswa selaku investor atau *trader* memasuki fase dewasa awal, menurut Patrick James McGinnis (2020) memaparkan didalam bukunya siklus FOMO menurut tahapan hidup bahwa puncaknya siklus FOMO pada masa dewasa awal. Tingginya FOMO pada mahasiswa yang melakukan investasi atau *trading crypto* diduga karena adanya regulasi diri yang kurang baik, karena menurut Ryan & Deci (2017) *Fear of Missing Out* mampu jadi indikasi rendahnya regulasi diri pada diri seseorang karena kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan FOMO pada mahasiswa yang melakukan investasi atau *trading crypto*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian korelasional. Instrument penelitian yang digunakan adalah skala regulasi diri dan skala FOMO. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 272 responden mahasiswa yang melakukan investasi atau *trading crypto* dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Hasil penelitian dari penelitian ini terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan FOMO ($r = -0,762$; $p = 0,000$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin rendah regulasi diri, maka semakin tinggi FOMO pada mahasiswa yang melakukan investasi atau *trading crypto*.

Kata Kunci: Regulasi Diri, FOMO, Crypto, Mahasiswa

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND FEAR OF MISSING OUT (FOMO) IN STUDENTS WHICH INVEST OR TRADING CRYPTO

Bramasta Devi Patria Negara

Faculty Of Psychology, University Of Merdeka Malang

bramassta99@gmail.com

ABSTRACT

FOMO is a major concern for investors or traders, young people, especially students, because students, as investors or traders, enter the early adult phase, according to Patrick James McGinnis explains in his book the FOMO cycle according to the stages of life that the peak of the FOMO cycle is in early adulthood (McGinnis, 2020). High FOMO in students who invest or trade crypto allegedly due to poor self-regulation because, according to Ryan & Deci (2017), Fear of Missing Out can indicate low self-regulation in individuals due to unfulfilled psychological urgency. The purpose of this study was to determine the relationship between self-regulation and FOMO in students who invest or trade crypto. This research is a quantitative research using correlational research methods. The research instrument used was the self-regulation scale and the FOMO scale. The number of respondents in this study was 272 student respondents who made investments or trading crypto by using the method of purposive sampling. The results of this study found a significant negative relationship between self-regulation and FOMO ($r = -0.762$; $p = 0.000$). It can be concluded that the lower the self-regulation, the higher the FOMO in students who invest or trade crypto.

Keywords: Self-Regulation, FOMO, Crypto, Student