

HUBUNGAN *SUBJECTIVE WELL BEING* DENGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PENGGUNA WHATSAPP PADA REMAJA AKHIR

SKRIPSI

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



Brian Rizqy Akbar Yuwono
15090000104

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2022**

HUBUNGAN *SUBJECTIVE WELL BEING* DENGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PENGGUNA WHATSAPP PADA REMAJA AKHIR

SKRIPSI

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



Brian Rizqy Akbar Yuwono
15090000104

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Brian Rizqy Akbar Yuwono
NIM : 15090000104
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Subjective Well Being* Dengan *Fear Of Missing Out (FOMO)* Pengguna *Whatsapp* Pada Remaja Akhir

Malang, 09 Agustus 2022

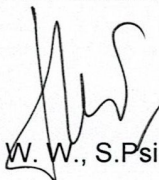
DISETUJUI DAN DITERIMA:

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



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

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

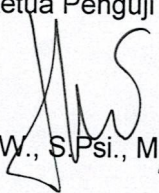
**HUBUNGAN SUBJECTIVE WELL BEING DENGAN FEAR OF MISSING OUT
(FOMO) PENGGUNA WHATSAPP PADA REMAJA AKHIR**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Brian Rizqy Akbar Yuwono
15090000104

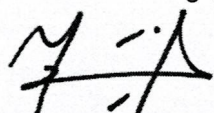
Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 09 Agustus 2022

Susunan Dewan Penguji

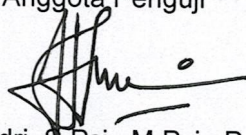
Ketua Penguji


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

Sekretaris Penguji


Nur Azizah, S.Psi., MA

Anggota Penguji


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

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

Malang, 09 Agustus 2022
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang


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

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul “**Hubungan Subjective Well Being Dengan Fear Of Missing Out (FOMO) Pengguna Whatsapp Pada Remaja Akhir**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Medeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjaan di Perguruan Tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 9 Agustus 2022



Brian Rizqy Akbar Yuwono

HUBUNGAN SUBJECTIVE WELL BEING DAN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PENGGUNA WHATSAPP PADA REMAJA AKHIR

Brian Rizqy Akbar Yuwono
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Abstrak. Di era modern ini internet berkembang sangat pesat. Tentu saja hal ini menimbulkan dampak positif dan negatif bagi pembangunan masyarakat. Salah satunya adalah rasa takut ketinggalan dimana individu merasa cemas jika tidak dapat berhubungan dengan lingkungannya melalui media sosial. Hal ini juga berkaitan dengan kepuasan diri individu atau yang biasa disebut dengan kesejahteraan subjektif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan ketakutan kehilangan pengguna whatsapp pada remaja akhir. Metode pengumpulan data menggunakan skala ukur psikologi yang sudah dikonsultasikan oleh ahli psikologi serta selanjutnya dilakukan uji coba skala pada subjek. Metode penelitian kuantitatif digunakan dan diterapkan pada 100 remaja akhir (16 sampai 21 tahun). Penelitian ini menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* sebagai teknik analisis datanya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *subjective well being* dengan *fear of missing out* pengguna whatsapp pada remaja akhir dengan nilai koefisien korelasi $-0,298$ dan signifikansi sebesar $0,003 < 0,01$. Jadi apabila ada peningkatan dalam *subjective well being*, maka akan diikuti dengan penurunan dalam *fear of missing out*. Begitu juga sebaliknya, apabila ada penurunan dalam *subjective well being*, maka akan diikuti dengan peningkatan dalam *fear of missing out*.

Kata kunci: *fear of missing out*, *subjective well being*, remaja akhir

HUBUNGAN SUBJECTIVE WELL BEING DAN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PENGGUNA WHATSAPP PADA REMAJA AKHIR

Brian Rizqy Akbar Yuwono
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Abstract. *In the modern era the internet is growing very fast. Of course this creates positive and negative impacts on community development. One of them is fear of missing out where individuals feel anxiety if they cannot connect with their environment through social media. This is also related to individual self-satisfaction or commonly referred to as subjective well being. The purpose of this research is to determine the correlation between subjective well being and fear of missing out whatsapp users among late adolescence. Method of collecting data using a psychological measuring scale that has been consulted by psychologists and then tryout on the subject. Quantitative research method was used and applied to 100 late adolescence (16 to 21 years old). This research used Pearson Product Moment Correlation as its analysis data technique. The result show that there is a negative and significant correlation between subjective well being with fear of missing out whatsapp users among late adolescence with value of the coefficient $-0,298$ and significance $0,003$ ($p < 0,01$). So that if there is an increase in subjective well being, it will be followed by a decrease in fear of missing out. Conversely, if there is a decrease in subjective well being, it will be followed by an increase in fear of missing out.*

Keyword: *fear of missing out, subjective well being, late adolescence*

MOTTO

Waktu tak akan jadi sia-sia selama waktu tersebut dapat **KITA** gunakan melakukan kewajiban sebagai seorang yang pantang menyerah.

BERSYUKUR dalam hidup untuk menuju sesuatu yang anda usahakan.

Pandanglah setiap kejadian dengan logika dan anda akan **MENEMUKAN** makna yang sesungguhnya dibalik kesulitan pada setiap masalah.

KEBAHAGIAAN anda bukan orang lain yang menciptakannya, tetapi niat, pikiran dan hati anda yang membuatnya.

~ Brian Rizqy Akbar Yuwono ~

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini ku persembahkan untuk :

∴ Aku Persembahkan cinta dan kasih sayangku kepada kedua orang tuaku dan saudaraku yang telah mendukung, dan memberikan motivasi dalam segala hal serta memberikan kasih sayang yang teramat besar yang tak mungkin ku balas dengan apapun.

◦ Terima kasih kepada dosen-dosenku, terutama kepada wali dosen serta pembimbingku yang tidak pernah lelah dan sabar memberikan ilmu serta bimbingan dan arahan kepadaku.

∴ Terima kasih kepada istri tercinta yang telah meluangkan waktu untuk membantu dan memotivasi hingga akhir skripsi ini.

◦ Terima kasih kepada Teman-teman kelas Psikologi angkatan 2015 hingga saat ini.

~ Brian Rizqy Akbar Yuwono ~

KATA PENGANTAR

Puji Syukur sedalam-dalamnya peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Subjective Well Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)* pengguna *Whatsapp* pada Remaja Akhir”**. Adapun tujuan penelitian skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat dalam memperoleh derajat sarjana S-1 Psikologi.

Sehubungan dengan selesainya skripsi ini, peneliti menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog Dosen Pembimbing I dalam penyusunan skripsi peneliti.
2. Ibu Nur Azizah, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II dalam penyusunan skripsi peneliti.
3. Ibu Dellawati Supraba, S.Psi., M.Si selaku Dosen penguji pada ujian komprehensif
4. Bapak Rinto Wahyu W , S.Psi.,M.Si selaku Dosen penguji pada ujian komprehensif
5. Ibu Ritna Sandri S.Psi., M.Psi., Psikolog Selaku Dosen Penguji pada ujian sidang skripsi
6. Segenap Tim Penguji skripsi yang telah memberikan saran dan kritik kepada peneliti.
7. Segenap Bapak/Ibu Dosen Pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Peneliti menyadari penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna. Untuk itu saran serta kritik yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti, pembaca, dan penelitian selanjutnya.

Malang, 9 Agustus 2022

Peneliti

BRIAN RIZQY AKBAR YUWONO

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PENYATAAN ORISINALITAS	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR MOTTO	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
I. BAB I PENGANTAR	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	4
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	5
II. BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. <i>Subjective Well Being</i>	7
1. Pengertian <i>Subjective Well Being</i>	7
2. Aspek-Aspek <i>Subjective Well Being</i>	8
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Subjective Well Being</i>	11
B. <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	17
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	17
2. Aspek-Aspek dalam <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	20
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i> ...	21
C. Remaja	24
1. Pengertian Remaja	24
D. Hubungan <i>Subjective Well Being</i> dengan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i> pengguna <i>Whatsapp</i> pada Remaja	28
E. Kerangka Pemikiran	30
F. Hipotesis	30
III. BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	31
1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B. Subjek Penelitian	32
1. Populasi	32
2. Sampel	32

C. Cara Pengumpulan Data	33
1. Skala Ukur <i>Subjective Well Being</i>	34
2. Skala Ukur <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	36
D. Instrumen Penelitian	38
1. Uji Validitas	38
2. Uji Reliabilitas	38
E. Desain Penelitian.....	39
F. Cara Analisis Data	39
1. Uji Normalitas Data	40
2. Uji Linearitas.....	40
3. Uji Hipotesis	40
IV. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Subjek.....	42
B. Deskripsi Reliabilitas Data	43
1. Deskripsi Data	43
a) Kategori Skala <i>Subjective Well Being</i>	44
b) Kategori <i>Skala Fear of Missing Out (FoMO)</i>	45
2. Validitas Skala	45
a) Skala <i>Subjective Well being</i>	45
b) Skala <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	47
3. Reliabilitas Data	48
C. Hasil.....	48
1. Uji Normalitas Data	48
2. Uji Linieritas	49
3. Uji Hipotesis	49
D. Pembahasan	50
V. BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
1. Bagi Orang Tua	55
2. Bagi Remaja Akhir	56
3. Bagi Penelitian Selanjutnya	56

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Jawaban <i>Subjective Well Being</i>	34
Tabel 2. Blue Print Skala <i>Subjective Well Being</i>	35
Tabel 3. Skor <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	36
Tabel 4. Blue Print Skala <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	37
Tabel 5. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Tabel 6. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia	42
Tabel 7. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan	43
Tabel 8. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Pekerjaan	43
Tabel 9. Hasil Analisis Deskripsi Statistik <i>Subjective Well Being</i>	44
Tabel 10. Hasil Skor Standar <i>Subjective Well Being</i>	44
Tabel 11. Hasil Skor Standar <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	45
Tabel 12. Sebaran Aitem Skala <i>Subjective Well Being</i>	46
Tabel 13. Sebaran Aitem Skala <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	47
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 15. Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 16. Hasil Uji Linieritas	49
Tabel 17. Hasil Uji Hipotesis	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Hubungan *Subjective Well Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)* Pengguna *Whatsapp* pada Remaja .. 30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Try Out <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	57
Lampiran 2. Tabulasi Data Try Out <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	63
Lampiran 3. Hasil Koefisien Korelasi Skala Try Out <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	71
Lampiran 4. Skala Penelitian <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	74
Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Penelitian <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	80
Lampiran 6. Hasil Koefisien Korelasi Data Skala <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	89
Lampiran 7. Uji Realibilitas <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	92
Lampiran 8. Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas,Uji Hipotesis <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	
A. Uji Normalitas <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	95
B. Uji Linieritas <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	96
C. Uji Hipotesis <i>Subjective Well Being</i> dan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i>	96