

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO)  
DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET  
PADA *EMERGING ADULTHOOD***

*Skripsi*



**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA  
YOGYAKARTA**

*Disusun oleh:*

*Rizky Dwi Marlina*

*1308 1101*

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA  
YOGYAKARTA**

**2017**

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO)  
DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET  
PADA *EMERGING ADULTHOOD***

**SKRIPSI**

Diajukan kepada:

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta sebagai salah satu syarat  
untuk mencapai derajat sarjana Strata Satu (S1) Psikologi



*Oleh :*

*Rizky Dwi Marlina*

*1308 1101*

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA  
YOGYAKARTA  
2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

# HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO) DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET PADA *EMERGING ADULTHOOD*

*Oleh :*

*Rizky Dwi Marlina*

*1308 1101*

Telah dipertanggungjawabkan dan diterima  
oleh Tim Penguji pada tanggal 29 Mei 2017

Mengetahui  
Dekan,

Dr. Kamsih Astuti, M.Si

Dosen Pembimbing

Dr. Rahma Widyana, M.Si, Psi

Dosen Penguji

Sri Muliati Abdullah, MA

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, 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.

Yogyakarta, 29 Mei 2017

Yang menyatakan

Rizky Dwi Marlina

## **MOTTO**

Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

(QS. Ali Imran: 139)

Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya.

(QS. Qaaf: 16)

If you can dream it, you can do it!

(Walt Disney)

When you're tired, sore and can't do more, that's the time to do more.

(Tim Grover)

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kecenderungan Kecanduan Internet pada *Emerging Adulthood*. Penulisan skripsi ini dilakukan guna memenuhi syarat tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Dalam penyusunan penelitian ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, masukan dan dukungan yang berharga dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Alimatus Sahrah, M.Si., M.M., Psikolog selaku Rektor Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Kamsih Astuti, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Rahma Widyana, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia menyediakan waktu, tenaga dan pikirannya untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Sri Muliati Abdullah, MA selaku Dosen Penguji yang telah memberikan arahan, masukan, kritik dan saran kepada penulis untuk kesempurnaan skripsi ini.

5. Ibu Metty Verasari, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan pengarahan dan nasehat kepada penulis selama masa perkuliahan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu kepada penulis.
7. Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan dengan baik selama penulis menyelesaikan studi.
8. Seluruh karyawan Rektorat dan Perpustakaan Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang telah memberikan bantuannya.
9. Kedua orang tua tercinta, Bapak Ngatono dan Ibu Sri Wahyuni yang telah memberikan dukungan dan keridhoan yang tiada henti melalui doa, nasihat, dorongan dan motivasi, sehingga penulis terpacu untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Kakak-kakak penulis, Mas Beny dan Mba Wulan yang telah memberikan nasehat serta dukungan moril dan materiil, sehingga membantu melancarkan proses penulisan skripsi ini.
11. Keponakan-keponakan penulis, Sarah dan Aqila yang telah memberikan semangat serta hiburan ketika penulis merasa jenuh saat menyelesaikan skripsi sehingga penulis kembali semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat penulis, Ahen, Rina, Reza, Rian, Anggra, Alana, Mba Ummah, Mba Lina, Kak Rini, Mba Tika terimakasih telah berjalan bersama saling mengingatkan, selalu mendengarkan keluh kesah penulis dan tidak

pernah berhenti memberi dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

13. Teman, kakak sekaligus guru baru bagi penulis, Mas Gilang terimakasih untuk semangat, nasehat dan bantuannya, sehingga penulis tetap semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini.
14. Seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2013 “21A”, terimakasih atas cerita dan kebersamaan selama kurang lebih 3,5 tahun ini, semoga kita semua sukses dengan jalannya masing-masing.
15. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penulisan skripsi ini yang harus diperbaiki dan dikembangkan. Oleh karena itu kritik, saran dan masukan atas skripsi ini sangat penulis harapkan, terutama berupa usaha untuk melanjutkan penelitian ini.

Yogyakarta, 29 Mei 2017

Penulis

Rizky Dwi Marlina



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
<i>ABSTRACT</i> .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A...Latar Belakang Masalah .....	1
B... Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	14
A...Kecanduan Internet .....	14
1....Pengertian .....	14
2....Aspek-aspek Kecanduan Internet .....	17
3....Kecanduan Internet pada <i>Emerging Adulthood</i> .....	22
4....Faktor-faktor Penyebab Kecanduan Internet .....	28

B... <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	32
1...Pengertian .....	32
2....Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	36
C...Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) dengan Kecenderungan Kecanduan Internet pada <i>Emerging     Adulthood</i> .....	40
D...Hipotesis .....	47
 BAB III METODE PENELITIAN .....	 48
A...Identifikasi Variabel .....	48
B...Definisi Operasional Variabel .....	48
1...Variabel Kriterium .....	48
2....Variabel Prediktor .....	49
C...Subjek Penelitian .....	50
D...Metode Pengumpulan Data .....	52
1...Skala Kecenderungan Kecanduan Internet .....	53
2....Skala <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	57
E... Prosedur Pelaksanaan .....	59
F... Metode Analisis Data .....	61
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	 62
A...Hasil Penelitian .....	62
1....Deskripsi Subjek dan Data Penelitian .....	62
2....Kategorisasi .....	65
3....Hasil Uji Normalitas .....	67

4....Hasil Uji Linieritas .....	68
5....Hasil Uji Hipotesis .....	69
B... Pembahasan .....	71
BAB V PENUTUP .....	79
A...Kesimpulan .....	79
B... Saran .....	80
DAFTAR PUSTAKA .....	83
LAMPIRAN .....	87

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Kecanduan Interenet (Sebelum Proses Uji Coba) .....	55
Tabel 2	<i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Kecanduan Internet (Setelah Proses Uji Coba) .....	57
Tabel 3	<i>Blueprint</i> Skala <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) (Sebelum Proses Uji Coba) .....	58
Tabel 4	<i>Blueprint</i> Skala <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) (Setelah Proses Uji Coba) .....	59
Tabel 5	Deskripsi Subjek Penelitian .....	62
Tabel 6	Deskripsi Statistik Data Penelitian .....	64
Tabel 7	Norma Kategorisasi .....	66
Tabel 8	Kategorisasi Kecenderungan Kecanduan Internet pada <i>Emerging Adulthood</i> .....	66
Tabel 9	Kategorisasi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	67
Tabel 10	Uji Normalitas .....	68
Tabel 11	Uji Linieritas .....	69
Tabel 12	Koefisien Korelasi .....	70

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Penelitian (Uji Coba) .....	88
Lampiran 2	Data Uji Coba <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	93
Lampiran 3	Data Uji Coba Kecenderungan Kecanduan Internet .....	95
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) (Sebelum Seleksi Aitem) .....	99
Lampiran 5	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) (Setelah Seleksi Aitem) .....	100
Lampiran 6	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kecenderungan Kecanduan Internet (Sebelum Seleksi Aitem) .....	101
Lampiran 7	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kecenderungan Kecanduan Internet (Setelah Seleksi Aitem) .....	103
Lampiran 8	Skala Penelitian .....	104
Lampiran 9	Profil Responden <i>Emerging Adulthood</i> di Yogyakarta .....	113
Lampiran 10	Data Penelitian <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) .....	117
Lampiran 11	Data Penelitian Kecenderungan Kecanduan Internet .....	121
Lampiran 12	Hasil Analisis .....	129

# HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO) DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET PADA *EMERGING ADULTHOOD*

Rizky Dwi Marlina  
Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
[rizkydwimarlina@gmail.com](mailto:rizkydwimarlina@gmail.com)

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan kecenderungan kecanduan internet pada *emerging adulthood*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *fear of missing out* (FoMO) dengan kecenderungan kecanduan internet pada *emerging adulthood*. Subjek penelitian berjumlah 140 orang *emerging adulthood*, yang memiliki ciri-ciri berusia 18-25 tahun, pengguna internet aktif, berstatus mahasiswa ataupun bekerja dan tinggal di Yogyakarta. Penentuan subjek penelitian menggunakan metode *incidental*. Pengumpulan data penelitian menggunakan alat ukur berupa Skala Kecenderungan Kecanduan Internet dan Skala *Fear of Missing Out* (FoMO). Metode analisis data yang digunakan adalah *Pearson Correlation*. Hasil analisis data diperoleh nilai korelasi sebesar  $r=0.681$  dan  $p=0.000$  ( $p<0,01$ ). Nilai koefisien determinasi (*R Squared*) sebesar 0.464 yang berarti bahwa *fear of missing out* (FoMO) memberikan sumbangan efektif sebesar 46.4 % terhadap kecenderungan kecanduan internet pada *emerging adulthood*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan kecenderungan kecanduan internet pada *emerging adulthood*.

**Kata kunci:** *Fear of Missing Out* (FoMO), Kecanduan Internet, *Emerging Adulthood*

## ***CORRELATION BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FoMO) WITH INTERNET ADDICTION TENDENCY IN EMERGING ADULTHOOD***

Rizky Dwi Marlina

*Faculty Psychology, Mercu Buana University of Yogyakarta*

[rizkydwimarlina@gmail.com](mailto:rizkydwimarlina@gmail.com)

### ***Abstract***

*This study aims to determine the correlation between fear of missing out (FoMO) with internet addiction tendency in emerging adulthood. The hypothesis of this study was that there is a positive correlation between fear of missing out (FoMO) with internet addiction tendency in emerging adulthood. Total subjects were 140 emerging adulthood who age ranging from 18 to 25 years old, active user, students or workers and live in Yogyakarta. Research subjects were determined by Incidental Sampling method. Research data collection used a measurement tool of Internet Addiction Tendency Scale and Fear of Missing Out Scale. Data analysis method used was Pearson Correlation. Data analysis result obtained correlation value of  $r = 0.681$  and  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). The coefficient determination (R squared) 0.464 which means fear of missing out (FoMO) give contribution effective amounted to 46.4 % against internet addiction tendency in emerging adulthood. The result showed that there was a significant positive correlation between fear of missing out (FoMO) with internet addiction tendency in emerging adulthood.*

***Keyword:*** *Fear of Missing Out (FoMO), Internet Addiction, Emerging Adulthood*