

SKRIPSI

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* DAN PERSEPSI DIRI ATAS
PENERIMAAN SOSIAL REMAJA**



Disusun oleh:

Oktariana Hanggoro Putri

155120307111043

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS BRAWIJAYA**

2019

LEMBAR PENGESAHAN

Hubungan Fear of Missing Out dan Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial Remaja

SKRIPSI

Disusun Oleh :

Oktariana Hanggoro Putri
NIM. 155120307111043

Telah disetujui dan dinyatakan lulus dalam ujian sarjana
Pada tanggal 15 Februari 2019

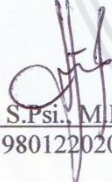
Tim Penguji
Ketua Majelis Sidang Penguji,



Dita Rachmayani, S.Psi., M.A.
NIK. 2015038905272001

Ketua Penguji

Anggota Penguji,

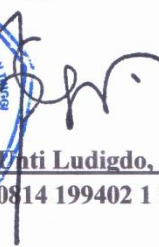


Faizah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198012202015042001



Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T.
NIK. 20100878052322001

Malang, **26 APR 2019**
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Dekan



Prof. Dr. Danti Ludigdo, Ak
NIP. 19690814 199402 1 001



IDENTITAS TIM PENGUJI



Dita Rachmayani, S.Psi., M.A.

NIK: 2015038905272001

NIDN: 0027058902

Profile

Dita rachmayani initially educated at psychology department Universitas Brawijaya (2007-2011) and continued her master's degree in clinical psychology at Universitas Gadjah Mada (2012-2014), both with cumlaude predicates.

Professional experiences :

2018 as operator tracer study, at Psychology department, Universitas Brawijaya

2017-2018 as member of final project team at Psychology department, Universitas Brawijaya

2016-current as editorial board in the Mediapsi journal, Universitas Brawijaya

2015-current as lecturer at Psychology department, Universitas Brawijaya

2013-2014 as health and mental disorders courses assistant at psychology faculty, Universitas Gadjah Mada

2011-2012 as lecture assistant in clinical psychology at psychology department, Universitas Brawijaya



Faizah, S.Psi., M.Psi.

NIP: 198012202015042001

NIDN: 0020128002

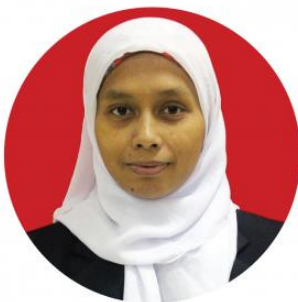
Profile

Undergraduate: As Bachelor on Psychology in 2004, UIN Malang. Then

Postgraduate: As Master of Educational Psychology in 2009, UNAIR Surabaya

Professional experiences:

- As Chief editor of National Psychology Journal UB "Mediapsi" (2017-present)
- As Reviewer of JIKK IPB (jurnal ilmu keluarga dan konsumen-family and consumer journal)



Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T

NIK: 20100878052322001

NIDN: 0723057801

Profile

Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T initially trained as a psychologist in Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (1996-2000), continuing with Social Intervention in Universitas Indonesia (2001-2003) and doctoral degree on political psychology in Universitas Airlangga (2010-2016). She is a lecture on psychology department, Faculty of Social and Political Science, Universitas Brawijaya.

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Oktariana Hanggoro Putri

NIM : 155120307111043

Jurusan : Psikologi

Institusi : Universitas Brawijaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **Hubungan *Fear of Missing Out* dan Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial Remaja** adalah karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, telah diberi sitasi dan telah ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila kemudian hari ditemukan bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Malang, 12 April 2019

Yang membuat pernyataan,

Oktariana Hanggoro Putri

NIM. 155120307111043

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Oktariana Hanggoro Putri
Tempat, Tanggal lahir : Tulungagung, 22 Oktober 1996
Jenis Kelamin : Perempuan
Jurusan : Psikologi
E-mail : oktahanggoro@gmail.com

Pendidikan

- 2004 – 2009 : **SDI Al Azhaar**
Tulungagung, Jawa Timur
- 2009 – 2012 : **SMPN 2 Tulungagung**
Tulungagung, Jawa Timur
- 2012 – 2015 : **SMAN 1 Boyolangu**
Tulungagung, Jawa Timur
- 2015 – 2019 : **Universitas Brawijaya**
Malang, Jawa Timur

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan skripsi dengan judul “Hubungan *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja”. Penulisan laporan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu bagian dari tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi. Penulisan laporan skripsi ini tidak akan terwujud dengan baik tanpa adanya bantuan dan dorongan berbagai pihak dalam menghadapi hambatan dan kesulitannya, oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

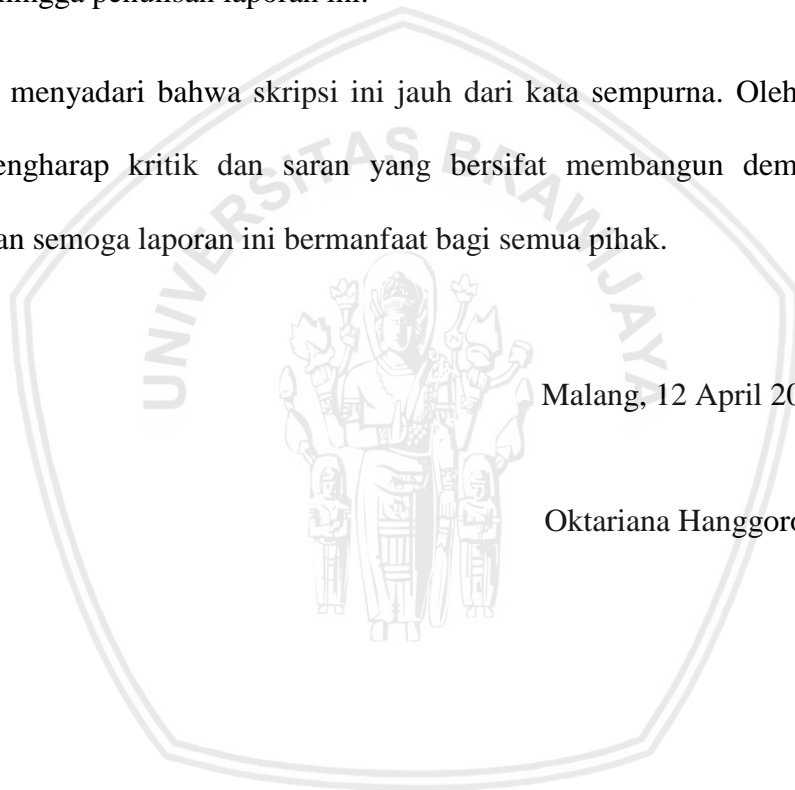
1. Kedua Orang Tua, Ibu dan Bapak yang telah memberikan dukungan jiwa dan raga serta do'a tanpa henti terhadap anaknya selama melaksanakan penelitian skripsi hingga penulisan laporan ini.
2. Bapak Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak, selalu Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya.
3. Ibu Cleoputri Al Yusainy, S.Psi., M.Psi., Ph.D, selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Brawijaya.
4. Ibu Dita Rachmayani, S.Psi., M.A., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan masukan
5. Ibu Faizah, S.Psi., M.Psi., dan Ibu Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T., selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan berupa kritik dan saran, sehingga penulis bisa memperbaiki skripsi menjadi lebih baik.
6. Rekan- rekan penelitian, Maharani Risa dan Anastasyia yang menjadi tempat diskusi, saling berbagi cerita dan berjuang bersama.

7. Enzitha, Hanifa Hasna, Ni Galuh, Nisa dan Aldian yang selalu memberikan dukungan, berbagi suka duka, dan tempat melepas penat penulis selama proses skripsi.
8. Seluruh sahabat dan teman seperjuangan yang telah membantu, memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama melakukan proses penelitian skripsi hingga penulisan laporan ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharap kritik dan saran yang bersifat membangun demi kebaikan bersama, dan semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak.

Malang, 12 April 2019

Oktariana Hanggoro Putri



ABSTRAK**Hubungan *Fear Of Missing Out* Dan Persepsi Diri Atas Penerimaan Sosial Remaja****Oktariana Hanggoro Putri**oktahanggoro@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Subjek penelitian sejumlah 155 remaja berusia 13 hingga 18 tahun yang dipilih secara *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Instrumen penelitian yang digunakan adalah subskala *social competence (social acceptance)* dari *Self-Perception Profile for Adolescents: Manual & Questionnaire* yang dikembangkan oleh Harter dan skala *fear of missing out* dari Przybylski. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik uji korelasi *pearson product moment* dari SPSS 21.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja, yang berarti semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin rendah persepsi diri atas penerimaan sosial remaja, demikian pula sebaliknya.

Kata kunci : *fear of missing out*, penerimaan sosial remaja, persepsi diri atas penerimaan sosial.

ABSTRACT**The Correlation Between Fear Of Missing Out And Self-Perception Of Adolescent Social Acceptance****Oktariana Hanggoro Putri**

oktahanggoro@gmail.com

The study aimed to measure the correlation between fear of missing out and self-perception of adolescent social acceptance. The research subjects were 155 adolescents from 13 to 18 years old who selected by accidental sampling. Quantitative research methods was used to applied. The research instrument used was the social competence (social acceptance) scale which is subscale of the Self-Perception Profile for Adolescents: Manual & Questionnaire developed by Harter and the fear of missing out scale from Przybylski. Correlation analysis was using pearson product moment from SPSS 21.00. The results showed that there is a negative and significant correlation between fear of missing out and self-perception of adolescents social acceptance, which means the higher adolescent has fear of missing out, they have lower self-perception of social acceptance and vice versa.

Keyword: adolescent social acceptance, fear of missing out, perception of social acceptance.

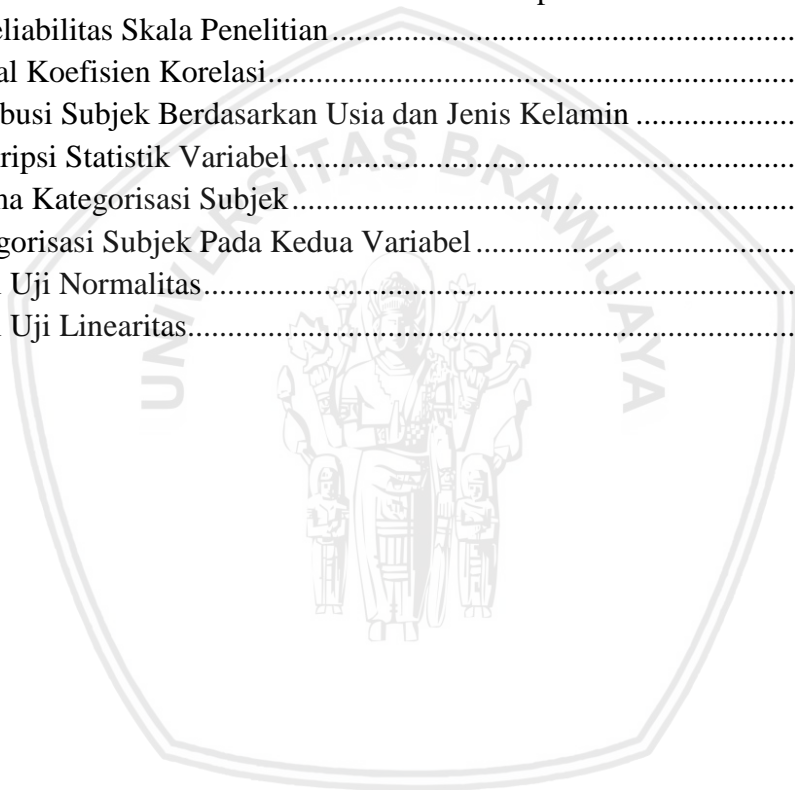
DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| LEMBAR PENGESAHAN..... | i |
| IDENTITAS TIM PENGUJI | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS..... | ii |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTRACT..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| LAMPIRAN..... | xii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 3 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 3 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 4 |
| 1. Manfaat Teoritis | 4 |
| 2. Manfaat Praktis | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 5 |
| A. Persepsi diri atas Penerimaan Sosial | 5 |
| B. Fear of missing out..... | 8 |
| C. Kerangka berfikir | 11 |
| D. Hipotesis Penelitian..... | 12 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 13 |
| A. Desain Penelitian..... | 13 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian | 14 |
| C. Definisi Operasional..... | 14 |
| D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling..... | 15 |
| E. Tahap Pelaksanaan Penelitian | 16 |

| | |
|--|-----------|
| F. Data | 18 |
| G. Instrumen Penelitian Data | 19 |
| H. Pengujian Alat Ukur..... | 22 |
| 1. Analisis Item | 22 |
| 2. Validitas | 23 |
| 3. Reliabilitas..... | 25 |
| I. Analisis Data | 27 |
| 1. Uji Asumsi | 27 |
| 2. Uji Hipotesis..... | 27 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 29 |
| A. Deskripsi Data..... | 29 |
| 1. Data Demografis Subjek Penelitian | 29 |
| 2. Deskripsi Statistik | 30 |
| 3. Kategorisasi Subjek..... | 31 |
| B. Hasil Penelitian | 33 |
| 1. Uji Asumsi | 33 |
| 2. Uji Hipotesis..... | 35 |
| C. Pembahasan..... | 36 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 39 |
| A. Kesimpulan | 39 |
| B. Saran..... | 39 |
| DAFTAR PUSTAKA | 40 |
| LAMPIRAN..... | 43 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Sebaran item Skala FoMO sebelum Try Out | 20 |
| Tabel 2. Pemberian Skor pada Skala Persepsi Penerimaan Sosial | 21 |
| Tabel 3. Item Lolos pada analisis Item Uji Coba Skala Fear of Missing Out | 22 |
| Tabel 4. Item Lolos pada Analisis Item Uji Coba Skala Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial | 23 |
| Tabel 5. Hasil Validitas Tampang Uji Coba Alat Ukur | 25 |
| Tabel 6. Kategorisasi Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha | 26 |
| Tabel 7. Uji Reliabilitas Skala Penelitian | 26 |
| Tabel 8. Interval Koefisien Korelasi | 28 |
| Tabel 9. Distribusi Subjek Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin | 29 |
| Tabel 10. Deskripsi Statistik Variabel | 30 |
| Tabel 11. Norma Kategorisasi Subjek | 31 |
| Tabel 12. Kategorisasi Subjek Pada Kedua Variabel | 32 |
| Tabel 13. Hasil Uji Normalitas | 33 |
| Tabel 14. Hasil Uji Linearitas | 34 |



DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Kerangka Berfikir | 11 |
| Gambar 2. Histogram Uji Normalitas..... | 34 |
| Gambar 3. Diagram Hasil Uji Linearitas | 35 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode perkembangan kritis yang ditandai dengan meningkatnya rasa pentingnya kelompok pertemanan (Brown & Larson, 2009). Jaringan pertemanan pada masa remaja juga semakin luas dan interaksi dengan teman menjadi intim (Steinberg, 2005). Remaja khususnya merasakan kebutuhan yang kuat untuk berafiliasi dengan teman-teman mereka, *need to belong* dengan teman sebaya serta kebutuhan untuk populer di kalangan mereka (Beyens, Frison, & Eggermont, 2016). Kesempatan bersosialisasi bertambah luas ketika masa remaja, dibanding dengan masa-masa sebelumnya (Sinthia, 2011).

Bersosialisasi dengan cara melakukan interaksi sosial, sangat penting dalam memenuhi tuntutan pada masa perkembangan remaja, yaitu perkembangan secara fisik, psikis dan yang lebih utama adalah perkembangan sosial. Remaja dengan kemampuan interaksi sosial baik, akan mudah mendapatkan teman dan diterima secara sosial oleh lingkungannya (Fatnar & Anam, 2014). Leary (2010) mengungkapkan penerimaan sosial merupakan sinyal yang diberikan pihak lain yang menunjukkan bahwa individu diterima dalam kelompok atau hubungan dekat. Penerimaan sosial mempunyai arti yang penting bagi remaja, penerimaan sosial adalah salah satu sumber utama harga diri remaja (Harter, 1999).

Ketika bersosialisasi remaja akan membuat penilaian tentang dirinya apakah dia diterima dalam lingkungan sosialnya, yang disebut juga dengan persepsi diri

atas penerimaan sosial (Harter, 1988). Persepsi diri atas penerimaan sosial juga mempengaruhi pengembangan kemampuan dan keterampilan sosial remaja. (McQuade, Vaughn, Murray-Close, Molina, Arnold, & Hechtman, 2014). Penelitian McElhaney, Antonishak, dan Allen (2008) melaporkan bahwa remaja dengan persepsi diri atas penerimaan sosial tinggi, dinilai lebih rendah dalam agresi dan remaja tersebut memiliki pertemanan yang baik dengan rekannya.

Ketika kuatnya hubungan dengan kelompok sosial, remaja berusaha membuat diri mereka terhubung dengan orang lain dalam berbagai hal atau aktifitas mereka. Keinginan untuk selalu terhubung dengan orang lain, memunculkan fenomena baru yaitu *fear of missing out* (Steinfeld, Ellison, Lampe, & Vitak, 2012). *Fear of missing out* atau FoMO didefinisikan sebagai pemahaman luas bahwa orang lain mungkin memiliki pengalaman berharga ketika individu tersebut tidak hadir. FoMO dicirikan sebagai keinginan seseorang untuk terus terhubung secara terus menerus dengan apa yang dilakukan oleh orang lain (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013). Rasa cemas dan khawatir yang tinggi pada individu dengan FoMO, akan membuat individu tersebut menganggap bahwa orang lain sedang melakukan kegiatan yang sangat menyenangkan (Przybylski dkk., 2013).

Penelitian Przybylski dkk. (2013) mengungkapkan bahwa FoMO didasarkan dari *self-determination theory*, dimana salah satu kebutuhan manusia yaitu keterkaitan dalam hal ini kedekatan atau hubungan dengan orang lain. Penelitian lain, yang dilakukan oleh Alt (2016) menunjukkan bahwa meningkatnya

FoMo membuat seseorang memiliki emosi negatif, penguasaan lingkungan rendah, dan relasi negatif dengan orang lain.

Sejauh ini belum ada penelitian yang berkaitan yang meneliti langsung keterkaitan *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial, namun satu penelitian yang dilakukan oleh Lai, Altavilla, Ronconi, dan Aceto (2016) menunjukkan bahwa orang dengan *fear of missing out* tinggi terlihat memiliki perhatian lebih mengenai keadaan pikiran dan sikap orang lain terhadap dirinya ketika berada dalam interaksi sosial positif dan menunjukkan kebutuhan yang tinggi untuk diterima secara sosial. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah *fear of missing out* dengan persepsi diri individu remaja atas penerimaan sosial.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara *fear missing out* dengan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya digunakan sebagai referensi oleh masyarakat mengenai bidang kajian psikologi dalam hal *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengontrol *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan diri remaja. Sehingga dapat digunakan sebagai panduan dalam melakukan interaksi sosial remaja.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Persepsi diri atas Penerimaan Sosial

Harter, Stocker, dan Robinson (1996) menemukan dukungan untuk *looking glass self-orientation* di antara remaja. Remaja menyukai diri mereka sendiri berdasarkan pada persetujuan dan penerimaan teman sosial. Harter (1999) mendefinisikan persepsi diri atas penerimaan sosial sebagai penilaian atau persepsi diri individu mengenai seberapa populer dan seberapa besar dirinya diterima dalam interaksi sosial dengan orang lain dalam lingkungan. Persepsi diri atas penerimaan sosial ini merupakan bentuk penilaian dan peningkatan harga diri remaja serta bentuk evaluasi diri remaja.

Persepsi diri atas penerimaan sosial merupakan salah satu konsep *perceived competence* (kompetensi yang dipersepsikan), dan merupakan formulasi dari teori kongnisi sosial, teori kompetensi dan motivasi intrinsik. Instrumen persepsi diri atas penerimaan sosial dirancang untuk proses evaluasi diri (Harter, 1982). Harter (2012) menyusun skala mengenai *Self-Perception Profile for adolescents*, yang berisikan instrumen dari konsep evaluasi diri. Skala tersebut berisikan salah satunya subskala yang menilai mengenai *social acceptance* yang disebut juga disebut skala *social competence*.

Skala *Self-Perception Profile for adolescents: manual and questionnaires* terdiri dari 9 subskala, antara lain;

1. *Scholastic Competence* (Kompetensi Skolastik), dalam subskala ini terdiri item-item yang mengacu khusus pada kompetensi kognitif yang dirasakan anak, sebagaimana diterapkan pada tugas sekolah. Item membuat referensi untuk bekerja dengan baik di sekolah, mampu mencari tahu jawabannya, menyelesaikan tugas sekolah dengan cepat, merasa yang satu itu cerdas.
2. *Social Competence* (Kompetensi Sosial), dalam hal ini juga disebut skala Penerimaan Sosial, item pada subskala ini mengacu pada mengetahui cara berteman, memiliki keterampilan untuk membuat orang lain menyukai diri sendiri, tahu apa yang harus dilakukan agar orang lain menerima, memahami apa yang diperlukan untuk menjadi populer, dan lainnya.
3. *Athletic Competence* (Kompetensi Atletik), item mengacu pada kemampuan seseorang untuk bermain dengan baik di olahraga, termasuk permainan di luar ruangan dan menunjukkan kecakapan atletik seseorang.
4. *Physical Appearance* (Penampilan Fisik), item-item ini memanfaatkan sejauh mana seseorang merasa tampan, senang dengan penampilan, tubuh, wajah, rambut, dan lainnya.
5. *Job Competence* (Kompetensi Kerja), subskala ini menyentuh sejauh mana remaja merasa bahwa dia memiliki keterampilan kerja, siap untuk

bekerja dengan baik di pekerjaan paruh waktu, dan merasa bahwa dia bekerja dengan baik di pekerjaan yang dia miliki.

6. *Romantic Appeal* (Daya Tarik Romantis), subskala ini mengetuk persepsi remaja bahwa mereka secara romantis menarik bagi mereka yang tertarik dengan mereka, berpacaran dengan orang-orang yang ingin mereka kencani, dan merasa bahwa mereka menyenangkan dan menarik berkencan.
7. *Behavioral Conduct* (Perilaku Perilaku), subskala mengacu tingkat di mana seseorang menyukai cara seseorang berperilaku, melakukan hal yang benar, bertindak dengan cara yang seharusnya dilakukan, dan menghindari masalah.
8. *Close Friendship* (Persahabatan), subskala ini memanfaatkan kemampuan seseorang untuk membuat teman dekat, orang-orang yang dengannya seseorang dapat berbagi pemikiran dan rahasia pribadi.
9. *Global Self-Worth*, merupakan subskala mengenai persepsi umum tentang diri sendiri, berbeda dengan penilaian kemampuan khusus atau rasa kecukupan di arena tertentu kehidupan seseorang. Tidak ada referensi untuk kompetensi atau keterampilan khusus, atau karakteristik khusus.

Penelitian ini berfokus pada persepsi diri atas penerimaan sosial remaja yang pada skala tersebut merupakan subskala *social competence* atau *social acceptance*.

B. Fear of missing out

1. Definisi *Fear of Missing Out*

Przybylski dkk. (2013) menyatakan ketakutan individu akan kehilangan momen dan berusaha selalu terhubung dengan aktifitas orang lain, disebut *fear of missing out*. *Fear of missing out* atau FoMO didefinisikan sebagai pemahaman luas bahwa orang lain mungkin memiliki pengalaman berharga ketika individu tersebut tidak hadir. FoMO dicirikan sebagai keinginan seseorang untuk terus terhubung secara terus menerus dengan apa yang dilakukan oleh orang lain (Przybylski dkk., 2013). Fenomena *fear of missing out* biasa dikatakan sebagai konsep kognitif psikologi yang tergambar dalam keadaan psikologis individu, yang mana disebut keinginan untuk tau dan memahami apa yang terjadi di lingkungan luar. Diungkapkan oleh Przybylski dkk. (2013) *fear of missing out* merupakan suatu kondisi dimana seseorang tidak mendapatkan informasi mengenai pengalaman menarik, sehingga FoMO menjadikan seseorang ingin untuk tetap terhubung atau mengetahui aktifitas orang lain.

Przybylski dkk. (2013) melakukan sebuah riset untuk memahami dasar empiris dan teoritis *fear of missing out*. Sebuah makro teori motivasi manusia, *self-determination*, memberikan perspektif yang berguna untuk mbingkai pemahaman berbasis empiris pada FoMO. Menurut *Self-determination Theory*, mengatur diri sendiri dan kesehatan psikologis didasarkan atas tiga kebutuhan dasar, yaitu kompetensi, kapasitas untuk bertindak secara efektif, otonom sendiri atau inisiatif pribadi, dan keterkaitan dalam hal ini kedekatan atau hubungan dengan orang lain (Deci & Ryan, 1985). Przybylski dkk. (2013) menjelaskan bahwa ketika

rendahnya kepuasan kebutuhan dasar psikologi, seseorang dapat membentuk regulasi diri yaitu berupa FoMO.

2. Indikator *Fear of missing out*

Berdasarkan penelitian Przybylski dkk. (2013) menyebutkan bahwa terdapat tiga indikator dari FoMO.

a. Ketakutan

Ketakutan merupakan keadaan emosional yang muncul pada individu yang merasa terancam ketika ia tidak terhubung atau terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan pihak lain.

b. Kekhawatiran

Individu dengan FoMO akan merasa khawatir ketika ia menemukan bahwa orang lain sedang mengalami peristiwa menyenangkan tanpa dirinya dan merasa telah kehilangan kesempatan bertemu dengan orang lain.

c. Kecemasan

Cemas merupakan respon individu terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan ketika individu tersebut terhubung atau tidak terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan dengan pihak lain.

3. Faktor *Fear of missing out*

a. Usia dan gender

Hasil penelitian Przybylski dkk. (2013) menunjukkan bahwa hampir tiga perempat dewasa awal melaporkan bahwa mereka cenderung merasakan ketidaknyamanan ketika mereka merasa berisiko kehilangan pengalaman positif. Dikatakan pula bahwa laki-laki lebih

mungkin mengalami *fear of missing out* daripada perempuan, namun pemeriksaan awal dari FoMO menunjukkan bahwa fenomena FoMO sangat umum dirasakan beberapa kelompok usia.

b. Penggunaan Media Sosial

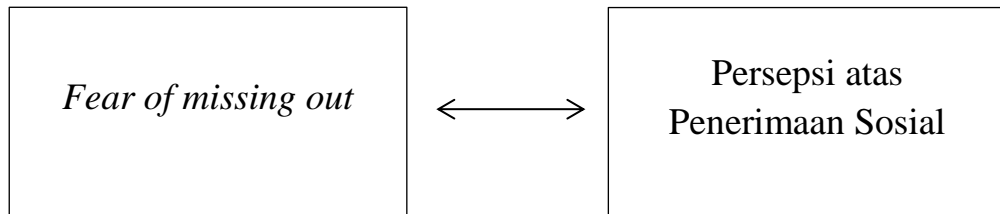
Interaksi dan komunikasi sosial kini dimudahkan. Munculnya internet membuat setiap orang dapat berkomunikasi dengan mudah dan leluasa tanpa mengenal batas, waktu dan ruang (Gustiningsih & Hartosujono, 2013). Media sosial memudahkan individu untuk mengakses informasi yang sedang terjadi terkait aktivitas, kegiatan dan percakapan (Przybylski dkk., 2013).

c. Motivasi

Individu yang diindikasikan memiliki kepuasan dalam memenuhi kebutuhan psikologis (kompetensi, otonomi dan relasi dengan oranglain) yang rendah, dilaporkan memiliki level FoMO yang tinggi (Przybylski dkk., 2013).

Fear of missing out adalah sebuah fenomena sosial dimana seseorang ingin selalu terhubung terus menerus dengan apa yang dilakukan orang lain. *Fear of missing out* menimbulkan rasa takut, cemas dan khawatir jika seseorang tidak dapat mengetahui aktifitas atau informasi orang lain. Kajian mengenai *fear of missing out* pada penelitian ini berdasarkan pada teori Przybylski dkk. (2013).

C. Kerangka berfikir



Gambar 1. Kerangka Berfikir

Disebutkan bahwa masa remaja merupakan masa bersosialisasi lebih luas, sehingga keinginan terbesar individu adalah ingin selalu terkait dengan orang lain dan remaja melakukan berbagai cara untuk memenuhi pola sosialisasi agar dekat dengan orang lain yang berada di lingkungannya mereka agar terhindar dari pengucilan sosial. Besarnya keinginan remaja untuk selalu terkait atau terhubung dengan orang lain yang dibarengi dengan rasa takut dan cemas merupakan *fear of missing out*. Besarnya keterkaitan dengan orang lain akibat FoMO mempersar kemungkinan individu diterima sosial dan mempengaruhi persepsi diri atas penerimaan sosial yang ia rasakan. Persepsi diri atas penerimaan sosial merupakan penilaian dari individu sendiri seberapa besar ia diterima dalam lingkungan sosialnya. Individu dengan FoMO akan merasa takut kehilangan momen menyenangkan orang lain ketika dirinya tidak hadir dan memperbesar keterkaitan dengan orang lain. FoMO menyebabkan individu semakin memperbesar kemungkinan keterkaitan atau relasi dengan orang lain dan akan mempengaruhi besarnya persepsi remaja atas penerimaan sosial yang ia alami. Peneliti ingin mengetahui apakah persepsi diri atas penerimaan sosial remaja memiliki hubungan dengan *fear of missing out*.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif. Menurut Azwar (2013) penelitian kuantitatif menitikberatkan pada analisis data numerikal (angka) serta diolah menggunakan metode statistika. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan tujuan menyelidiki variasi satu variabel yang berkaitan dengan variasi satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi.

Peneliti melakukan penelitian mengenai hubungan *fear of missing out* dan persepsi penerimaan sosial remaja dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Desain penelitian kuantitatif ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dimana terdapat *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial. Nantinya penelitian ini akan menunjukkan apakah kedua variabel ini memiliki hubungan atau tidak. Menurut Shaughnessy, Zechmeister dan Zechmeister (2012) penelitian korelasi memberikan dasar untuk membuat prediksi. Hubungan antara variabel yang terjadi secara alami dinilai dengan tujuan mengidentifikasi hubungan prediktif.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Variabel bebas atau variabel independen (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang memengaruhi variabel terikat yang dinyatakan sebagai variabel X. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *fear of missing out*.

b. Variabel terikat atau variabel dependen (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah persepsi diri atas penerimaan sosial.

C. Definisi Operasional

1. *Fear of missing out*

Fear of missing out (FoMO) merupakan perasaan takut, khawatir dan cemas yang muncul pada seseorang ketika individu beranggapan bahwa kejadian, aktifitas dan pembicaraan yang sedang dialami oleh orang lain lebih menyenangkan, sehingga mendorong individu untuk senantiasa terkoneksi dengan orang lain menggunakan berbagai cara.

2. Persepsi diri atas Penerimaan Sosial

Persepsi diri atas penerimaan sosial merupakan sebuah bentuk penilaian individu terhadap dirinya mengenai seberapa besar dan populer individu tersebut diterima dalam hubungan dekat dan hangat pada lingkungan sosialnya.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2014). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja di seluruh Indonesia berusia 13 hingga 18 tahun.

2. Teknik Sampling

Subjek pada penelitian ini dipilih menggunakan teknik *nonprobability sampling* karena besarnya peluang anggota populasi untuk terpilih tidak diketahui. Jenis sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* yaitu pengambilan sampel dilakukan secara kebetulan (Azwar, 2014). Pengambilan sampel dilakukan secara kebetulan pada remaja yang menggunakan media sosial

3. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang sebenarnya diambil untuk kerangka sampling. Seberapa dekat sikap dari sampel akan mewakili atau merepresentasikan sikap orang pada populasi tergantung pada bagaimana sampel dipilih. Kemampuan untuk menggeneralisasi dari sampel ke populasi sangat bergantung pada keterwakilan sampel (Shaughnessy, Zechmeister, & Zechmeister, 2012). Jumlah sampel ditentukan menggunakan Gpower dengan hasil sebanyak 134 orang. Lalu data yang diperoleh peneliti dan dapat digunakan sejumlah 155 orang remaja berusia 13 hingga 18 tahun.

E. Tahap Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

a. Melakukan kajian pustaka

Mengidentifikasi permasalahan yang terjadi. Peneliti menentukan tema, topik dan variabel penelitian. Setelah itu, peneliti juga mencari referensi yang sesuai dengan variabel yang dipilih. Kemudian, peneliti menyusun dan merumuskan latar belakang, rumusan masalah, tujuan dari penelitian.

b. Membuat desain penelitian

Peneliti menentukan desain penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Metode kuantitatif korelasional dipilih peneliti untuk melaksanakan penelitian.

c. Menyusun instrumen penelitian

Peneliti menggunakan skala *fear of missing out* untuk mengukur variabel *fear of missing out* (Przbylski dkk., 2013) dan variabel persepsi diri atas penerimaan sosial dari Harter (2012). Penyusunan instrumen penelitian *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial, dengan melakukan *translate* skala. Terdapat empat tahap dalam *translate* (Sousa & Rojjanasrirat, 2010).

- 1) Menerjemahkan instrumen asli ke dalam bahasa sasaran (*forward translation*) dengan bantuan dua penerjemah bilingual (Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia) yang memiliki latar belakang berbeda. Penerjemah pertama memahami mengenai istilah psikologi dan isi

konsep dari instrumen yang yang diterjemahkan. Penerjemah kedua hanya sekedar tahu istilah psikologi secara awam namun memahami dengan benar mengenai bahasa sehari-hari dan ungkapan yang biasa digunakan diantara dua bahasa.

Terdapat dua penerjemah pada tahap ini, yaitu mahasiswa S1 sastra Inggris serta mahasiswa S1 psikologi yang menguasai Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia dengan baik.

- 2) Membandingkan dua versi terjemahan instrumen dan dibuat sintesis pertama oleh seorang bilingual ketiga yang memahami kedua budaya dari bahasa tersebut untuk memperhatikan ambiguitas, perbedaan kata, kalimat dan arti. Sintesis pertama ini dilakukan oleh peneliti dan dosen pembimbing skripsi.
- 3) Melakukan *blind back-translation* yang dilakukan oleh dua penerjemah bilingual lain dengan latar belakang yang sama dengan dua penerjemah pada tahapan pertama. *Back-translation* dilakukan oleh dua penerjemah yaitu Sarjana Sastra Inggris dan Sarjana Psikologi.
- 4) Membandingkan kembali dua versi terjemahan dan membuat sebuah sintesis kedua yang dilakukan peneliti dan seorang yang ahli dalam bidang psikologi. Perbandingan ini dilakukan untuk memperoleh versi pra-akhir dari instrumen dalam bahasa sasaran. Apabila tidak ditemukan kesesuaian, maka tahapan akan diulang dari awal atau dengan alternatif lain, yaitu hanya aitem-aitem yang tidak

mengandung makna seperti instrumen asli yang akan diterjemahkan kembali dan dilakukan *back-translate*. Sintesis kedua dilakukan peneliti dengan dosen pembimbing.

d. Melakukan pilot atau uji coba instrument penelitian

Uji coba alat ukur dilakukan untuk mencoba tampilan dan instruksi dari alat ukur yang telah ditentukan. Uji coba telah dilakukan melalui link bit.ly/PenelitianPsikologiMedsos kepada sejumlah 42 subjek remaja berusia 13 hingga 18 tahun. Uji coba dilakukan mulai tanggal 18 Oktober 2018 hingga tanggal 26 Oktober dengan membagikan link kuesioner secara *online*.

2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan secara *online* menggunakan *Google form*. Subjek penelitian diberikan dua alat ukur yaitu skala *fear of missing out* dan skala persepsi diri atas penerimaan sosial dan diminta untuk mengerjakan dengan sebaik mungkin.

3. Pengolahan data

Setelah didapatkan data yang dibutuhkan, peneliti mengolah data dan menganalisis data yang diperoleh dari kedua skala yang telah diberikan kepada subjek.

F. Data

Data yang akan digunakan dalam penelitian ini merupakan kategori data primer, yaitu data yang didapatkan langsung dari responden atau subjek penelitian. Data ini diperoleh dengan menggunakan skala atau alat ukur pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari (Azwar, 2013). Data primer

dalam penelitian ini didapatkan dari responden yang telah mengisi skala yang telah diberikan. Skala tersebut adalah skala *fear of missing out* milik Przybylski dkk. (2013) dan sub-skala persepsi diri atas penerimaan diri milik Harter (2012).

G. Instrumen Penelitian Data

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa metode skala. Pengumpulan data dengan menggunakan metode skala digunakan untuk mengukur data berupa konsep psikologis (Azwar, 2013). Melalui skala tersebut, atribut-atribut tertentu dapat diungkap melalui respon pernyataan.

a. Skala *Fear of missing out*

Skala *fear of missing out* diadaptasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Przybylski dkk. (2013). Skala FoMO berisikan 10 item yang disusun dari tiga indikator yaitu ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran. Instrumen yang disajikan oleh Przybylski dkk. (2013) sejauh ini memiliki reliabilitas yang tinggi yaitu 0,87 – 0,90.

Skala FoMO menggunakan metode skala Likert, skala model Likert menggunakan pernyataan sebagai perangsangnya (Suryabrata, 1999). Respon yang diharapkan yang diberikan oleh responden adalah taraf persetujuan atau ketidaksetujuan dalam variasi; sangat sesuai (SS), sesuai (S), cukup sesuai (CS), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Pernyataan di dalam skala ada dua macam yaitu pernyataan mendukung (*favorable*) dan pernyataan tidak mendukung

(*unfavorable*). Semua item pada skala FoMO merupakan favorable item.

Tabel 1.
Sebaran item Skala FoMO sebelum Try Out

| Indikator | Nomor Item | Jumlah | Prosentase |
|--|-------------------------------|--------|------------|
| Adanya ketakutan, kekhawatiran dan kecemasan ketika seseorang sedang terhubung atau tidak terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan dengan pihak lain. | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 | 10 | 100% |

b. Skala Persepsi atas Penerimaan Sosial Remaja

Skala yang digunakan merupakan sub-skala yang diambil dari *Self-Perception profile for adolescents: manual and questionnaires* yang disusun oleh Harter (2012). *Self-Perception profile for adolescents* merupakan perpanjangan dari *Self-Perception profile for children*.

Penelitian ini menggunakan subskala *Social Competence* yang dalam skala tersebut disebut juga skala Penerimaan Sosial. Subskala mengenai *social competence* yang mengacu pada persahabatan dekat karena dimulai pada awal masa remaja, kemampuan untuk membuat dan menjaga teman dekat menjadi menonjol. Selain itu, kemampuan ini agak berbeda dengan kompetensi sosial teman sebaya selama masa remaja, yang lebih mengacu pada popularitas umum di antara teman sekelas. Sub-skala persepsi diri atas penerimaan sosial ini

merupakan unidimensional yang terdiri dari 3 item favorable dan 2 item unfavorable. Skala yang digunakan, sejauh ini memiliki angka reliabilitas 0.78 – 0.90.

Subskala ini menggunakan "format alternatif terstruktur" yang dirancang untuk mengimbangi kecenderungan untuk memberikan tanggapan yang diinginkan secara sosial dan untuk menyediakan peserta dengan berbagai pilihan respon.

Tabel 2.
Pemberian Skor pada Skala Persepsi Penerimaan Sosial

| Sangat benar untuk saya | Se macam benar untuk saya | | | | Se macam benar untuk saya | Sangat benar untuk saya |
|--------------------------|---------------------------|---|------|---|---------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Beberapa remaja mengerjakan tugas sekolah dengan sangat baik. | TAPI | Remaja lainnya tidak mengerjakan tugas sekolah dengan baik. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Remaja pertama kali diminta untuk memutuskan ia termasuk dalam kategori remaja yang digambarkan di sebelah kiri atau yang digambarkan di sebelah kanan, di setiap pernyataan. Setelah membuat keputusan ini, remaja selanjutnya memutuskan apakah deskripsi di sisi yang dia pilih adalah “Benar-Benar Benar untuk Saya” atau “Semacam Benar untuk Saya”. Prosedur umum penilaian adalah menilai setiap item pada skala empat poin dari 1 hingga 4, di mana skor 1 menunjukkan kompetensi

atau kecukupan yang paling rendah yang dirasakan, dan skor 4 menunjukkan tingkat kompetensi atau kecukupan tertinggi ini.

H. Pengujian Alat Ukur

1. Analisis Item

Penelitian ini menggunakan metode *item total correlation* yang sering disebut dengan daya diskriminasi item. Daya diskriminasi item merupakan sejauh mana item mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki atau tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2014). Pengujian daya diskriminasi dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor skala itu sendiri, yang akan menghasilkan koefisien korelasi item-total (r_{ix}). Sebagai kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item-total, biasanya digunakan batasan ≥ 0.30 . Jika item lolos masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria koefisien korelasi dari 0.30 menjadi 0.25 sehingga jumlah item yang diinginkan tercapai.

Tabel 3.
Item Lolos pada analisis Item Uji Coba Skala Fear of Missing Out

| Indikator | No. Item | Jumlah | Prosentase |
|--|-------------------------|--------|------------|
| Adanya ketakutan, kekhawatiran dan kecemasan ketika seseorang sedang terhubung atau tidak terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan dengan pihak lain. | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10 | 8 | 80% |

Tabel 3 menunjukkan setelah dilakukan uji coba (*try out*) skala *fear of missing out* peneliti menggunakan batas daya diskriminasi item 0.30. Rentang nilai item variabel *Fear of Missing Out* yang lolos adalah 0.364 – 0.740 dan dari 10 item, 8 item yang didapat dikatakan lolos. Item yang gugur memiliki daya diskriminasi sebesar 0.070 dan 0.204.

Tabel 4.
Item Lolos pada Analisis Item Uji Coba Skala Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial

| Variable | Dimensi | Jumlah Aitem | | Jumlah Item Lolos | Prosentase |
|--------------------------------------|----------------|--------------|----|-------------------|------------|
| | | F | UF | | |
| Persepsi diri atas penerimaan sosial | Unidimensional | 3 | 2 | 5 | 100% |

Tabel 4 menunjukkan setelah dilakukan uji coba (*try out*) pada skala persepsi diri atas penerimaan sosial dengan menggunakan batas daya diskriminasi item 0.30 dari 5 item, semua item dinyatakan lolos. Rentang nilai item variabel Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial yang lolos adalah 0.354 – 0.468.

2. Validitas

Validitas menunjukkan seberapa skala atau alat ukur dapat mengukur aspek yang akan diukur (Suryabrata, 2005). Validitas dapat dikatakan ketepatan skala atau alat ukur melakukan fungsi pengukurannya (Siregar, 2013). Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana skala FoMO

dan skala persepsi penerimaan sosial dapat benar-benar mengukur aspek FoMO dan persepsi penerimaan sosial remaja.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi berkaitan dengan kemampuan suatu instrumen mengukur isi (konsep) yang akan diukur. *Content Validity* terdiri dari dua tipe, yaitu *face validity* dan *logical validity*. Penelitian ini hanya melihat Validitas Muka (*Face validity*).

Validitas muka menunjukkan apakah instrumen penelitian dari segi penampilan atau rupa, terlihat mengukur apa yang ingin diukur. *Face validity* lebih mengacu pada bentuk dan penampilan instrumen (Siregar, 2013). Peneliti memberikan kolom bagian untuk penilaian dari kuesioner uji coba yang diberikan. Responden uji coba dapat memberikan penilaian mengenai tampilan kuesioner, kejelasan kalimat pernyataan serta mengenai pemahaman pemilihan jawaban.

Uji coba penelitian telah dilakukan mulai tanggal 17 Oktober 2018 hingga tanggal 25 Oktober 2018 pada subjek penelitian sejumlah 42 orang. Uji coba dilakukan dengan cara skala disebarikan secara *online* melalui beberapa media sosial. Hasil uji coba menunjukkan validitas tampang sebagai berikut.

Tabel 5.
Hasil Validitas Tampang Uji Coba Alat Ukur

| Validitas Tampang | | Total | (%) |
|----------------------|--------------------|-------|-------|
| Cara Menjawab | Sangat Susah | 0 | 0% |
| | Susah | 3 | 6.7% |
| | Cukup | 6 | 13.3% |
| | Mudah | 13 | 28.9% |
| | Sangat Mudah | 23 | 51.1% |
| Tampilan Kuesioner | Sangat tidak jelas | 0 | 0% |
| | Tidak jelas | 0 | 0% |
| | Cukup | 9 | 20% |
| | Jelas | 20 | 44.4% |
| | Sangat jelas | 16 | 35.6% |
| Pemahaman Pernyataan | Sangat Susah | 0 | 0% |
| | Susah | 2 | 4.4% |
| | Cukup | 12 | 26.7% |
| | Mudah | 15 | 33.3% |
| | Sangat Mudah | 16 | 35.6% |

Berdasarkan hasil dari tabel diatas diketahui bahwa sebanyak 23 orang (51.1%) menyebutkan bahwa memahami cara menjawab, sebanyak 20 orang (44.4%) menyatakan tampilan kuesioner jelas dan sebanyak 16 orang (35.6%) menyatakan pernyataan pada kuesioner dapat mudah dipahami.

3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan petunjuk sejauh mana hasil pengukuran dengan skala tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas ditunjukkan dengan taraf keajegan (konsistensi) skor yang diperoleh oleh para subjek yang diukur dengan alat yang sama, atau diukur dengan alat yang setara pada kondisi yang berbeda (Suryabrata, 2005). Hasil pengukuran dapat dipercaya ketika dalam beberapa kali pelaksanaan, diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri responden memang belum berubah. Pengukuran yang tidak

reliabel akan menunjukkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu lebih ditentukan oleh faktor *error* (kesalahan) daripada faktor yang sesungguhnya (Azwar, 2013).

Reliabilitas akan diukur menggunakan bantuan program SPSS 21.0 *for windows*. Formula reliabilitas menggunakan formula *Cronbach Alpha*. Rumus *Cronbach Alpha* digunakan untuk menghitung reliabilitas tes yang tidak mempunyai pilihan “benar” atau “salah” maupun “ya” atau “tidak”, namun digunakan untuk menghitung reliabilitas suatu tes yang mengukur sikap atau perilaku (Siregar, 2013).

Tabel 6.
Kategorisasi Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha

| Koefisien Reliabilitas Cronbach-alpha | Kriteria |
|---------------------------------------|---------------|
| <0.20 | Sangat rendah |
| 0.20 – 0.399 | Rendah |
| 0.40 – 0.599 | Cukup tinggi |
| 0.60 – 0.799 | Tinggi |
| 0.80 – 1.000 | Sangat tinggi |

Tabel 7.
Uji Reliabilitas Skala Penelitian

| Variabel | <i>Cronbach's Alpha</i> | Jumlah Item | Reliabilitas |
|---|-------------------------|-------------|---------------|
| <i>Fear of Missing Out</i> | 0.815 | 10 | Sangat Tinggi |
| Persepsi diri atas Penerimaan sosial | 0.711 | 5 | Tinggi |

Setelah dilakukan uji coba skala maka diketahui nilai reliabilitas dari skala *fear of missing out* (FoMO) yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 0.815 dan termasuk dalam kategori sangat tinggi. Skala persepsi diri

atas penerimaan sosial, nilai reliabilitas yang didapat adalah sebesar 0.711 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hasil uji reliabilitas di atas menunjukkan bahwa kedua skala tersebut layak untuk dijadikan alat ukur penelitian.

I. Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan untuk melihat apakah data yang akan dianalisis memiliki distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2015).

Jika data memenuhi syarat distribusi normal, maka dapat dilakukan analisis data menggunakan statistik parametrik.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah hubungan data kedua variabel terletak pada garis lurus atau tidak (Santoso, 2010).

Apabila penyimpangan yang ditemukan tidak signifikan, maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linear (Hadi, 2000). Penelitian ini menggunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0.05, serta menggunakan program SPSS 21.0 *for windows*.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menentukan apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima atau tidak. Uji hipotesis yang

menghubungkan antara satu variabel dengan variabel lainnya, dapat menggunakan analisis korelasi.

Uji hipotesis pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Penelitian ini menggunakan analisis korelasi *Pearson's product moment* dengan menggunakan SPSS 21.0 *for windows*. Salah satu standar tingkat signifikansi untuk pengambilan keputusan dalam uji hipotesis adalah menggunakan taraf signifikansi 5% atau 0.05. Nilai signifikansi korelasi < 0.05 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Nilai korelasi Pearson yang diperoleh dari SPSS, selanjutnya untuk nilai koefisien korelasi dari hasil perhitungan dapat dikategorikan berdasarkan pengkategorian koefisien korelasi menurut Sugiyono (2015).

Tabel 8.
Interval Koefisien Korelasi

| No. | Interval Koefisien | Tingkat Hubungan |
|-----|--------------------|------------------|
| 1. | 0.00 – 0.199 | Sangat Rendah |
| 2. | 0.20 – 0.399 | Rendah |
| 3. | 0.40 – 0.599 | Cukup |
| 4. | 0.60 – 0.799 | Tinggi |
| 5. | 0.80 – 1.00 | Sangat Tinggi |

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Data Demografis Subjek Penelitian

Pelaksanaan penelitian atau pengambilan data dilakukan secara *online* melalui link bit.ly/PenelitianPsikologiMedsos yang disebarakan melalui beberapa media sosial. Pengambilan data ini mulai dilaksanakan pada tanggal 23 November 2018 hingga tanggal 13 Desember 2018. Data yang terkumpul dan dapat dianalisis sejumlah 155 data.

Tabel 9.
Distribusi Subjek Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

| Usia | Keterangan | | Jumlah | Prosentase |
|--------------|------------|------------|------------|-------------|
| | Laki-laki | Perempuan | | |
| 13 tahun | 3 | 5 | 8 | 5.2% |
| 14 tahun | 2 | 6 | 8 | 5.2% |
| 15 tahun | 7 | 18 | 25 | 16% |
| 16 tahun | 7 | 26 | 33 | 21.3% |
| 17 tahun | 18 | 30 | 48 | 31% |
| 18 tahun | 11 | 22 | 33 | 21.3% |
| Total | 48 | 107 | 155 | 100% |

Partisipan yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan remaja dengan rentang usia 13 hingga 18 tahun, dengan partisipan perempuan lebih banyak dari pada partisipan laki-laki yaitu 107 dan 48 dari total keseluruhan. Partisipan di dominasi remaja berusia 17 tahun.

2. Deskripsi Statistik

Penghitungan skor dalam penelitian ini dilakukan secara hipotetik maupun empirik. Berikut ini merupakan perbandingan skor hipotetik dan skor empirik pada masing-masing variabel.

Tabel 10.
Deskripsi Statistik Variabel

| Variabel | Statistik | Hipotetik | Empirik |
|---|-----------------|-----------|---------|
| <i>Fear of Missing Out</i> | Nilai Maksimal | 40 | 40 |
| | Nilai Minimal | 8 | 8 |
| | Mean | 24 | 24.3 |
| | Standar Deviasi | 5.3 | 7.1 |
| Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial | Nilai Maksimal | 20 | 20 |
| | Nilai Minimal | 5 | 5 |
| | Mean | 12.5 | 14 |
| | Standar Deviasi | 2.5 | 3 |

Berdasarkan hasil perbandingan skor hipotetik dan empirik di atas, dapat diketahui bahwa variabel *fear of missing out* memiliki rata-rata empirik sebesar 24.3 dan lebih besar dari rata-rata hipotetik sebesar 24 artinya level atau status *fear of missing out* partisipan cenderung lebih besar. Mean variabel persepsi diri atas penerimaan sosial menunjukkan skor 14 yang mana lebih besar dari mean hipotetik sebesar 12.5 hal tersebut berarti persepsi diri atas penerimaan sosial partisipan cenderung lebih tinggi.

Kemudian, standar deviasi dari skor empirik *fear of missing out* sebesar 7.1 dan skor hipotetik yang diperoleh sebesar 5.3. Lalu pada variabel persepsi diri atas penerimaan sosial memperoleh skor empirik 3 yang lebih besar dari skor hipotetik yaitu sebesar 2.5.

3. Kategorisasi Subjek

Setelah melakukan perbandingan antara skor hipotetik dan skor empirik kedua variabel penelitian, kemudian peneliti melakukan kategorisasi subjek yang disusun berdasarkan jenjang nilai dari masing-masing subjek sesuai dengan ketentuan berikut:

Tabel 11.
Norma Kategorisasi Subjek

| Kategori | Daerah Keputusan |
|----------|----------------------------------|
| Rendah | $X < (\mu - SD)$ |
| Sedang | $(\mu - SD) \leq X < (\mu + SD)$ |
| Tinggi | $(\mu + SD) \leq X$ |

Keterangan :

μ : Mean hipotetik

SD : Standar Deviasi

X : Skor Subjek

Tahap berikutnya adalah menentukan batasan minimum dan maksimum masing-masing kategori pada setiap variabel skala penelitian. Subjek dikategorikan sesuai dengan daerah keputusan yang telah diperoleh.

Tabel 12.
Kategorisasi Subjek Pada Kedua Variabel

| Variabel | Kategori | Daerah Keputusan | Jumlah | Prosentase |
|---|----------|----------------------|--------|------------|
| <i>Fear of Missing Out</i> | Rendah | $X < 18,7$ | 33 | 21.2% |
| | Sedang | $18,7 \leq X < 29,3$ | 82 | 53% |
| | Tinggi | $29,3 \leq X$ | 40 | 25.8% |
| | Total | | 155 | 100% |
| <i>Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial</i> | Rendah | $X < 10$ | 43 | 27.7% |
| | Sedang | $10 \leq X < 15$ | 91 | 58.7% |
| | Tinggi | $15 \leq X$ | 21 | 13.6% |
| | Total | | 155 | 100% |

Berdasarkan kategorisasi di atas, dapat diketahui kategori *fear of missing out* paling banyak berada dalam kategori sedang sebesar 53%, kategori rendah 21.2% dan kategori tinggi 25.8%. Melalui kategori jenjang tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek diindikasikan memiliki *fear of missing out* dengan kategori sedang cenderung tinggi.

Kategorisasi variabel persepsi diri atas penerimaan sosial menunjukkan kategori terbesar adalah kategori sedang yaitu sebesar 58.7%, kategori rendah sebesar 27.7% dan kategori tinggi sebesar 13.6%. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat persepsi diri atas penerimaan sosial yang sedang cenderung rendah.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis, syarat yang harus dilakukan adalah melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas data yang dilakukan menggunakan program *SPSS 21.0 for windows*.

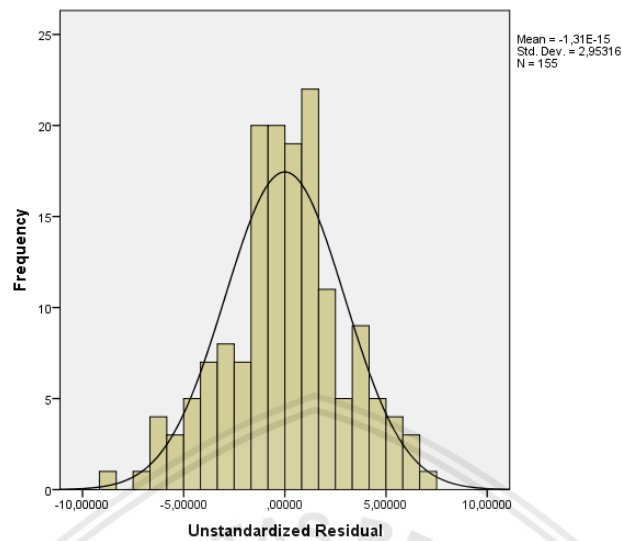
a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan teknik One-Sample Kolmogorov-Smirnov.

Tabel 13.
Hasil Uji Normalitas

| Variabel | Nilai Signifikansi | Keterangan |
|--------------------------------------|--------------------|----------------------|
| <i>Fear of Missing Out</i> | 0.595 | Berdistribusi normal |
| Persepsi diri atas Penerimaan Sosial | 0.062 | Berdistribusi normal |

Variabel *fear of missing out* nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0.595 ($p > 0.05$) sedangkan pada variabel Persepsi Diri atas Penerimaan Sosial sebesar 0.062 ($p > 0.05$). Asumsi normalitas terpenuhi karena nilai signifikansi lebih besar dari pada 0.05, sehingga dapat dikatakan bahwa persebaran atau distribusi data telah menyebar secara normal.



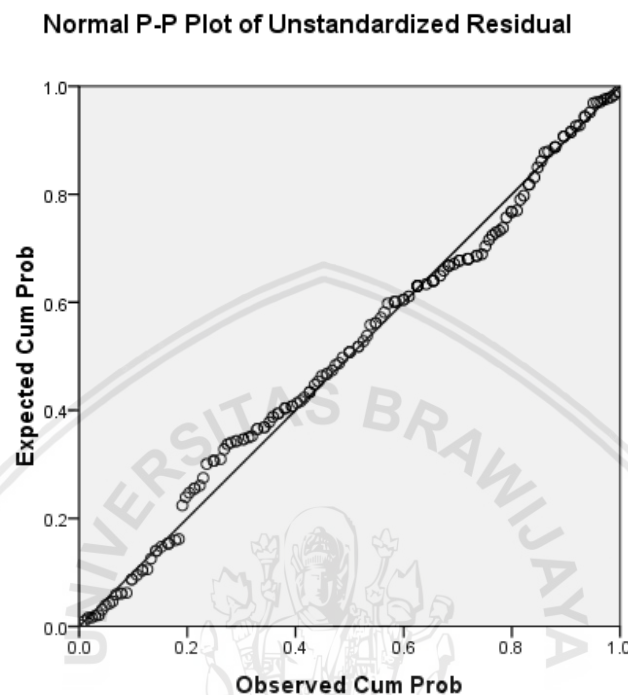
Gambar 2. Histogram Uji Normalitas

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk prasyarat dalam menganalisis korelasi dengan bantuan aplikasi SPSS dan dilihat dari taraf signifikansi sebesar 0.05. Jika taraf signifikansi yang diperoleh > 0.05 , maka data penelitian tersebut dapat dikatakan linear. Dilihat dari tabel F, nilai linearitas yang diperoleh sebesar 0.851 dan signifikansi dari *Deviation from linearity* sebesar 0.705 ($>0,05$), yang artinya bahwa pada penelitian ini, adanya hubungan linier antara kedua variabel antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial.

Tabel 14.
Hasil Uji Linearitas

| Variabel | Nilai F | Nilai Signifikansi | Keterangan |
|---|---------|--------------------|------------|
| <i>Fear of missing out</i> dan persepsi diri atas penerimaan sosial | 1.175 | 0.268 | Linier |



Gambar 3. Diagram Hasil Uji Linearitas

2. Uji Hipotesis

Peneliti merumuskan hipotesis bersifat *two-tailed* (dua arah) dan menggunakan uji korelasional untuk menjawab hipotesis tersebut. Analisis korelasional ini digunakan untuk melihat hubungan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja di media sosial, melalui program *SPSS 21.0 for windows* dengan menggunakan teknik analisis *product momen pearson*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja.

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi menunjukkan hipotesis penelitian diterima. Nilai signifikansi didapat sebesar $0.027 < 0.05$ (5%) yang artinya

terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Nilai koefisien korelasi (r) menggambarkan kuatnya hubungan antara variabel *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial sebesar -0.178 yang menunjukkan nilai korelasi negatif, sehingga apabila *fear of missing out* mengalami peningkatan maka persepsi diri atas penerimaan sosial akan menurun dan begitu pula sebaliknya.

C. Pembahasan

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis peneliti yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu *fear of missing out* berhubungan dengan persepsi diri atas penerimaan sosial. Hubungan yang terjadi antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial adalah berkorelasi negatif. Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, menunjukkan bahwa semakin tinggi *fear of missing out*, maka semakin rendah persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out*, maka semakin tinggi persepsi diri atas penerimaan sosial remaja.

Hasil penelitian penelitian ini didukung penelitian Lai dkk. (2016) yang mengatakan bahwa seseorang dengan *fear of missing out* tinggi cenderung memperhatikan pikiran dan sikap orang lain terhadapnya dan menunjukkan kebutuhan untuk diterima oleh orang lain. Kebutuhan besar untuk diterima menunjukkan rendahnya persepsi diri atas penerimaan sosial remaja serta, sikap dan perilaku orang lain akan mempengaruhi persepsi diri atas penerimaan sosial individu.

Sejalan dengan penelitian Przybylski dkk. (2013) *fear of missing out* berkaitan dengan rendahnya kebutuhan untuk terikat atau berelasi dengan orang lain. Semakin individu merasakan takut, cemas dan khawatir tidak terhubung dengan orang lain, menunjukkan rendahnya relasi yang baik dengan orang lain. Individu dengan *fear of missing out* tinggi memperbesar keterhubungan dengan orang lain melalui media apapun untuk mengetahui aktifitas orang lain yang dilakukan tanpa dirinya, serta menunjukkan relasi dengan orang lain yang rendah. Relasi individu dengan orang lain yang rendah berkaitan dengan bagaimana individu tersebut mempersepsikan penerimaan sosial.

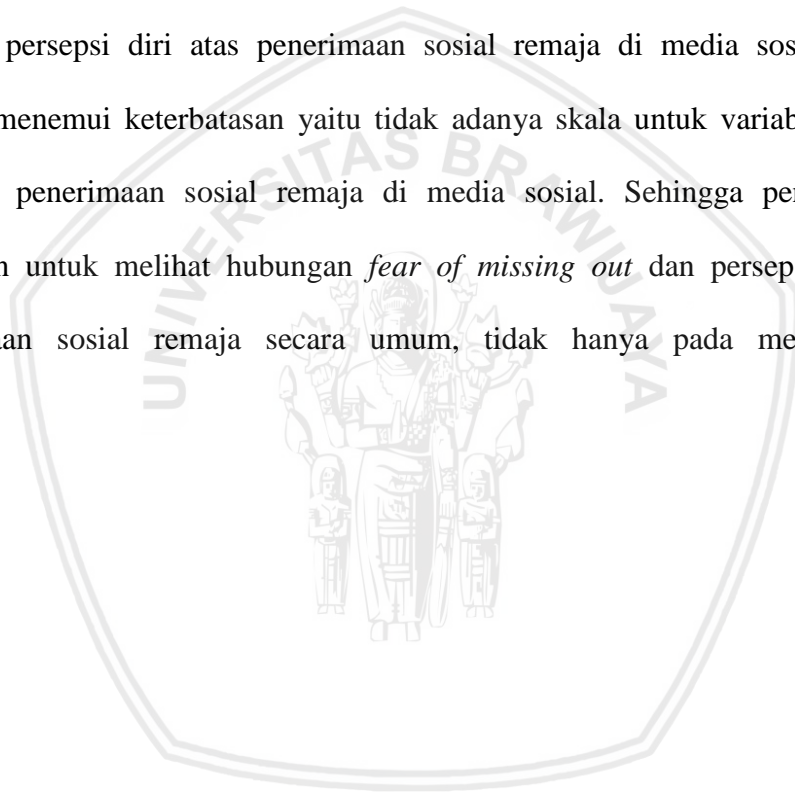
Hasil penelitian Alt (2016) menunjukkan juga bahwa meningkatnya *fear of missing out* berhubungan dengan adanya relasi negatif dengan orang lain serta penguasaan lingkungan yang rendah sehingga menyebabkan rendahnya pula rasa diterima secara sosial. Penguasaan lingkungan, dalam sub-skala *social acceptance*, milik Harter (2012) berkaitan dengan bagaimana individu dapat bersosialisasi di lingkungannya agar dapat diterima dan mempersepsikan bahwa dirinya diterima.

Ketika semakin rendah rasa takut, cemas dan khawatir remaja ketika tidak terhubung dengan orang lain, semakin tinggi persepsi diri remaja mengenai penerimaan sosial, karena remaja tetap bisa memiliki hubungan baik dan tetap dapat diterima secara sosial oleh lingkungan mereka tanpa harus merasakan ketakutan ketika tidak terhubung dengan orang lain. *Fear of missing out* rendah menunjukkan bahwa individu memiliki tingkat otonomi yang baik (Przybylski dkk., 2013). Otonomi diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap diri sendiri. Seseorang dengan otonomi yang tinggi dapat menahan tekanan untuk dapat tetap

berpikir dan bertindak tepat (Ryff, 1995). Individu dapat bertindak secara tepat dalam melakukan sosialisasi dan interaksi dengan lingkungan mereka tanpa adanya rasa cemas, takut dan khawatir ketika tidak terhubung.

D. Keterbatasan

Sebelumnya penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja di media sosial, namun peneliti menemui keterbatasan yaitu tidak adanya skala untuk variabel persepsi diri atas penerimaan sosial remaja di media sosial. Sehingga penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja secara umum, tidak hanya pada media sosial.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* dan persepsi diri atas penerimaan sosial remaja. Hubungan kedua variabel tersebut menunjukkan hubungan negatif. Semakin tinggi ketakutan remaja ketika hilang kontak dengan orang lain, semakin rendah persepsi diri atas penerimaan sosial yang dirasakan remaja tersebut. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out* yang dirasakan remaja, semakin tinggi persepsi diri atas penerimaan sosial remaja tersebut.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diharapkan bahwa penemuan penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu, tidak adanya skala variabel persepsi diri atas penerimaan sosial terkait dengan media sosial, sehingga jika peneliti selanjutnya akan melakukan penelitian terkait variabel persepsi diri atas penerimaan sosial remaja terkait dengan media sosial, perlu adanya modifikasi item pada skala agar sesuai dengan konteks media sosial yang dibutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alt, D. (2016). Students' well-being, fear of missing out, and social media engagement for leisure in higher education learning environments. *Curr Psychol*.
- Azwar, S. (2013). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, facebook use, and facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 1-8.
- Brown, B., & Larson, J. (2009). Peer relationship in adolescence. Dalam R. Lerner, & L. Steinberg, *Handbook of adolescent psychology* (hal. 74-103). New York: Wiley.
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Fatnar, V. N., & Anam, C. (2014). Kemampuan interkasi sosial antara remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama keluarga. *Emphat, Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 71-75.
- Gustiningsih, S., & Hartosujono. (2013). Hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku cyberbullying pada pengguna twitter di universitas sarjanawiyata yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 1-84.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Harter, S. (1982). Perceived competence scale for children. *Child Development*, 87-97.
- Harter, S. (1988). Developmental processes in the construction of the self. Dalam T. Yawkey, & J. Johnson, *Integrative processes and socialization: Early to middle childhood* (hal. 45-78). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Harter, S. (2012). *Self-perception profile for adolescents: Manual and questionnaires*. USA: University of Denver.

- Harter, S., Stocker, C., & Robinson, N. S. (1996). The perceived directionality of the link between approval and self-worth: The liabilities of a looking glass self-orientation among young adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 285-308.
- Lai, C., Altavilla, D., Ronconi, A., & Aceto, P. (2016). Fear of missing out (fomo) is associated with activation of the right middle temporal gyrus during inclusion social cue. *Computers in Human Behavior*, 516-521.
- Leary. (2010). Affiliation, acceptance and belonging. Dalam S. Fiske, D. Gilbert, & G. Lindzey, *Handbook of Social Psychology* (hal. 864-897). New York : Wiley.
- McElhaney, K. B., Antonishak, J., & Allen, J. P. (2008). "They like me, they like me not": Popularity and adolescents' perceptions of acceptance predicting social functioning over time. *Child Development*, 720-731.
- McQuade, J. D., Vaughn, A. J., Murray-Close, D., Molina, B. S., Arnold, L. E., & Hechtman, L. (2014). Perceived social acceptance and peer status differentially predict adjustment in youth with and without ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 31-43.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivation, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 1841-1848.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *American Psychology Society*, 99-104.
- Santoso, A. (2010). *Statistik untuk psikologi: Dari blog menjadi buku*. Yogyakarta: Penerbit USD.
- Shaughnessy, J., Zechmeister, E., & Zechmeister, J. S. (2012). *Research Methods in Psychology*. Singapore: McGraw Hill Education (Asia).
- Sinthia, R. (2011). Hubungan antara penerimaan sosial kelompok kelas dengan kepercayaan diri pada siswa kelas 1 SLTP xxx Jakarta. *Jurnal Kependidikan Triadik*, 37-44.
- Siregar, S. (2013). *Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sousa, V. D., & Rojjanasrirat, W. (2010). Translation, adaptation and validation of instruments or scales for use in cross-cultural health care research: a clear and user-friendly guideline. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 268-274.

Steinberg, L. (2005). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.

Steinfeld, C., Ellison, N., Lampe, C., & Vitak, J. (2012). Online social network sites and the concept of social capital. *Frontier in New Media Research*, 115-131.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian & pengembangan: Research and development*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Suryabrata, S. (1999). *Pengembangan alat ukur psikologi*. Jakarta: Depdikbud.

Suryabrata, S. (2005). *Metodologi penelitian*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

