

***SELF CONCEPT DAN KECENDERUNGAN
FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA DI KOTA
MALANG***

SKRIPSI



Oleh:

Roro Aurellia Nur Shabrina

19410188

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

SELF CONCEPT DAN KECENDERUNGAN FEAR OF MISSING OUT
PADA MAHASISWA DI KOTA MALANG

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

oleh
Roro Aurellia Nur Shabrina
NIM. 19410188

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2023

**SELF CONCEPT DAN KECENDERUNGAN FEAR OF MISSING OUT
PADA MAHASISWA DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

oleh

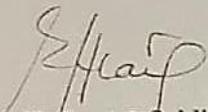
Roro Aurellia Nur Shabrina

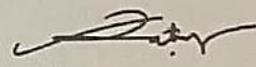
NIM 19410188

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing 1

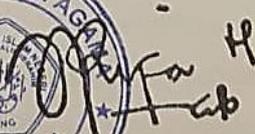
Dosen Pembimbing 2


Dr. Elok Halimatū Sa'diyah, M. Si
NIP. 197405182005012002


Yusuf Ratu Agung, M. A
NIP. 198010202015031002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. EN Hidavah, M. Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Roro Aurellia Nur Shabrina

NIM : 19410188

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "***Self Concept dan Kecenderungan Fear of Missing Out pada Mahasiswa di Kota Malang***" adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila pada kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 29 Maret 2023

Peneliti



Roro Aurellia Nur Shabrina

NIM 19410188

MOTTO

“Puff Out Your Chest, Take a Deep Breath, You’re Gonna Be Okay.

Is it Loud in Your Mind? Just Take Your Time, You’re Gonna Be Okay.”

-Ketnipz

PERSEMBAHAN

Teruntuk Bapak R. Dwiarto Hendarwan dan Almh. Ibuk Wahjoe Apsari.

Teruntuk Kakak Roro Safira Hendriasari.

Terima kasih untuk segala doa dan support yang telah diberikan.

Teruntuk Tuan Rizqy AI, terima kasih sudah senantiasa menemani, mendengar segala keluh kesah peneliti, dan selalu dapat diandalkan di segala situasi serta keadaan.

Teruntuk teman-teman BNI (Dunda, Oca, Enem) yang selalu hadir dan membantu peneliti selama menjalani kehidupan kuliah di Fakultas Psikologi UIN Malang.

Teruntuk Maul dan Vita yang selalu membuat peneliti tertawa dengan segala tingkah yang dilakukan.

Tanpa bantuan, doa, dan support dari pihak tersebut peneliti tidak mungkin dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wa rahmatullahi wa barakaatuuh.

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur peneliti selalu panjatkan pada Allah SWT yang telah memberikan segala rahmat dan hidayah-Nya. Atas rahmat dan hidayah yang telah diberikan, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, lancar, dan cukup tepat waktu. Shalawat serta salam selalu peneliti sanjungkan pada panutan kita yaitu Nabi Muhammad SAW. Berkat beliau kita dapat menemui zaman yang terang benderang.

Pada penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi pada UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti mengucapkan terima kasih pada pihak-pihak yang telah membantu, menemani, serta mendukung dalam proses penyelesaian skripsi ini. Pihak tersebut diantaranya:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA. selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Prof. Dr. Rifa Hidayah, M. Si. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ibu Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M. Si. selaku dosen pembimbing I (satu) atas arahan, masukan, dan dukungan yang diperoleh peneliti selama proses penyelesaian skripsi
4. Bapak Yusuf Ratu Agung, MA. selaku dosen pembimbing II (dua) atas arahan, masukan, dan dukungan yang diberikan selama proses penyelesaian skripsi
5. Dewan penguji yang telah memberikan saran dan kritik untuk kelengkapan skripsi ini
6. Ibu Fuji Astutik, M. Psi, Psikolog., selaku dosen wali yang telah memberikan masukan, dukungan, dan motivasi selama peneliti menempuh pendidikan pada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
7. Seluruh responden yang telah membantu peneliti untuk mengisi data yang dibutuhkan dalam skripsi ini.

Tiada kata yang dapat peneliti ucapkan selain ucapan terima kasih sebesar-besarnya pada pihak yang telah membantu serta mendukung selama proses penyelesaian skripsi yang berjudul “*SELF CONCEPT DAN KECENDERUNGAN FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA DI KOTA MALANG*”

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan perlu beberapa saran dari berbagai pihak. Peneliti mengharapkan saran dan masukan agar skripsi ini dapat sesuai standar dalam memperoleh gelar sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti juga berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk pengembangan keilmuan psikologi ke depan bagi universitas dan pembaca.

Wassalamu’alaikum wa rahmatullahi wa barakaatuuh

Malang, 29 Maret 2023

Peneliti

Roro Aurellia Nur Shabrina

NIM 19410188

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT	xvi
المخلص في البحث	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan.....	9
D. Manfaat.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. <i>Fear of Missing Out</i>	11
1. Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	11
2. Aspek <i>Fear of Missing Out</i>	12
3. Indikator <i>Fear of Missing Out</i>	13
4. Faktor yang Mempengaruhi	13
5. Perspektif Islam	14
B. <i>Self Concept</i>	17
1. Definisi <i>Self Concept</i>	17
2. Aspek <i>Self Concept</i>	19
3. Indikator <i>Self Concept</i>	19

4.	Faktor yang Mempengaruhi	20
5.	Konsep Diri Positif dan Negatif dan Mahasiswa	22
6.	<i>Self Concept</i> dalam Perspektif Islam	24
C.	Pengaruh <i>Self Concept</i> terhadap <i>Fear of Missing Out</i>	25
D.	Kerangka Konseptual	28
E.	Hipotesis Penelitian	28
BAB III	METODE PENELITIAN	29
A.	Jenis dan Desain Penelitian	29
B.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	29
C.	Definisi Operasional.....	30
D.	Populasi dan Sampel	31
E.	Instrumen Penelitian.....	33
F.	Validitas dan Reliabilitas.....	35
G.	Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A.	Pelaksanaan Penelitian	43
1.	Gambaran Lokasi Penelitian	43
2.	Waktu dan Tempat.....	43
3.	Subjek Penelitian	44
B.	Hasil	44
1.	Kategorisasi Data.....	44
2.	Uji Normalitas	45
3.	Uji Linieritas.....	46
4.	Uji Korelasi Product Moment	46
5.	Uji Tambahan	47
C.	Pembahasan	49
1.	Tingkatan <i>Fear of Missing Out</i> pada Mahasiswa di Kota Malang.....	49
2.	Kondisi Konsep Diri pada Mahasiswa di Kota Malang.....	53
3.	Hubungan antara <i>Self Concept</i> dan <i>Fear of Missing Out</i> pada Mahasiswa di Kota Malang	55
BAB V	PENUTUP	60
A.	Kesimpulan	60

B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Subjek.....	32
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Fear of Missing Out.....	34
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Self Concept.....	35
Tabel 3.4 Item Valid Skala Fear of Missing Out.....	36
Tabel 3.5 Item Valid pada Skala Self Concept.....	37
Tabel 3.6 Item reliabel pada Skala Fear of Missing Out	38
Tabel 3.7 Item reliabel pada Skala Self Concept.....	38
Tabel 3.8 Norma Kategorisasi 3 Jenjang	41
Tabel 4. 1 Data Demografi Subjek	44
Tabel 4. 2 Tingkatan Fear of Missing Out pada Mahasiswa.....	44
Tabel 4. 3 Tingkatan Self Concept pada Mahasiswa.....	45
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas Data.....	45
Tabel 4. 5 Hasil Uji Linieritas Data.....	46
Tabel 4. 6 Hasil Uji Korelasi Product Moment	46
Tabel 4. 8 Pengaruh Gender pada FoMO.....	47
Tabel 4. 9 Pengaruh Gender pada Self Concept.....	47
Tabel 4. 10 Aspek Dominan pada FoMO	48
Tabel 4. 11 Aspek Dominan pada Self Concept.....	48
Tabel 4. 12 Pengaruh Aspek Self Concept pada FoMO	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pengaruh Self Concept terhadap <i>Fear of Missing Out</i>	28
Gambar 2.2 Kerangka Konseptual.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Survei Pra Penelitian	70
Lampiran 2 Translasi Alat Ukur	76
Lampiran 3 Penilaian Expert Judgement	81
Lampiran 4 Skala Penelitian.....	92
Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian	94
Lampiran 6 Hasil Penelitian	96
Lampiran 7 Hasil Uji Analisis	103

ABSTRAK

Roro Aurellia Nur Shabrina, 2023. *Self Concept dan Kecenderungan Fear of Missing Out pada Mahasiswa di Kota Malang.*

Pembimbing: Dr. Elok Halimatus Sa'diyah M. Si

Era globalisasi menunjukkan adanya perkembangan yang cukup pesat dalam segala bidang. Pertukaran informasi antar negara dapat dijangkau dengan mudah dan cepat salah satunya adalah *tren*. Merasa takut dan tertinggal akan suatu hal yang sedang terjadi di sekitarnya biasa disebut dengan *Fear of Missing Out (FoMO)*. Kondisi *FoMO* pada masyarakat saat ini cukup mengkhawatirkan. Jika *FoMO* dibiarkan secara terus menerus maka dapat memunculkan dampak yang merugikan bagi individu khususnya pada kesehatan mental. *FoMO* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor baik dalam diri maupun dari luar. Fokus pada penelitian ini adalah mengkaji pengaruh *self concept* pada tingkatan *FoMO* yang dimiliki individu.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan total subjek penelitian sebanyak 88 orang. Subjek pada penelitian merupakan mahasiswa laki-laki dan perempuan angkatan 2021 yang tersebar pada 3 fakultas yang ada di UIN Malang yaitu Fakultas Syariah, Psikologi, dan Humaniora. Pengambilan data responden menggunakan bantuan *google form*. Teknik analisis yang digunakan diantaranya menggunakan korelasi *product moment*. Teknik ini digunakan untuk mengetahui arah hubungan yang diberikan antara kedua variabel yang diteliti. Uji tambahan lainnya dilakukan dengan menggunakan uji T untuk mengetahui pengaruh gender pada tiap variabel, uji regresi linier berganda, dan uji statistik deskriptif.

Hasil dari analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkatan *FoMO* dan *self concept* pada mahasiswa di Kota Malang khususnya UIN Malang berada pada tingkatan sedang. Hal ini dapat diinterpretasikan mahasiswa memiliki kecenderungan mengalami *FoMO*. Selanjutnya terdapat hubungan yang negatif antara *self concept* dengan *FoMO*. Hasil ini ditunjukkan berdasarkan nilai sig sebesar $0,033 < 0,05$ dan nilai *correlation* sebesar $-0,197$. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi konsep diri yang dimiliki individu maka semakin rendah pengalaman *FoMO* yang dialami dan begitu pula sebaliknya.

Kata Kunci: *Self Concept, Fear of Missing Out, Mahasiswa*

ABSTRACT

Roro Aurellia Nur Shabrina, 2023. Self Concept and the Tendency of Fear of Missing Out among College Students in Malang City.

Advisor: Dr. Elok Halimatus Sa'diyah M. Si

The era of globalization shows a fairly rapid development in all fields. Exchange of information between countries can be reached easily and quickly, one of which is the trend. Feeling afraid and left behind by something that is happening around them is usually called Fear of Missing Out (FoMO). The current state of FoMO in society is quite worrying. If FoMO is allowed to continue, it can have a detrimental impact on individuals, especially on mental health. FoMO can be influenced by several factors, both internal and external. The focus of this research is to examine the effect of self-concept on the individual's FoMO level.

This study used a quantitative method with a total of 88 research subjects. The subjects in the study were male and female students from class of 2021 who were spread across 3 faculties at UIN Malang, namely the Faculty of Sharia, Psychology, and Humanities. Retrieval of respondent data using the help of google form. The analysis techniques used include product moment correlation. This technique is used to examine the influence and direction of the relationship given between the two variables. Other additional tests were carried out using the T test to determine the effect of gender on each variable, multiple linear regression tests, and descriptive statistical tests

The results of the data analysis that has been carried out show that the FoMO and self-concept levels of students in Malang City, especially UIN Malang, are at a moderate level. This can be interpreted as students having a tendency to experience FoMO. Furthermore, there is a negative relationship between self-concept and FoMO. This result is shown based on a sig value of $0.033 < 0.05$ and a correlation value of -0.197 . This indicates that the higher the individual's self-concept, the lower the FoMO experience experienced and vice versa.

Keywords: Self Concept, Fear of Missing Out, College Student

الملخص في البحث

رورو أوريليا نور شابرينا ، 2023. مفهوم الذات وميل الخوف من الضياع بين طلاب الجامعات في مدينة مالانج.

المستشار: دكتور. إيلوك حليلة السعدية , الماجستير

يظهر عصر العولمة تطورًا سريعًا إلى حد ما في جميع المجالات. يمكن الوصول إلى تبادل المعلومات بين البلدان بسهولة وبسرعة ، أحدها هو الاتجاه. عادة ما يسمى الشعور بالخوف والتخلي عن شيء ما يحدث من حولهم الخوف من الضياع (FoMO). إن الوضع الحالي لـ FoMO في المجتمع مقلق للغاية. إذا سمح لـ FoMO بالاستمرار ، فقد يكون له تأثير ضار على الأفراد ، وخاصة على الصحة العقلية. يمكن أن يتأثر FoMO بعدة عوامل ، داخلية وخارجية. يركز هذا البحث على دراسة تأثير مفهوم الذات على مستوى FoMO للفرد.

استخدمت هذه الدراسة المنهج الكمي مع ما مجموعه 88 موضوع بحث. كانت الموضوعات في الدراسة من طلاب وطالبات دفعة 2021 الذين انتشروا في 3 كليات في UIN Malang ، وهي كلية الشريعة وعلم النفس والعلوم الإنسانية. استرجاع بيانات المستجيبين بمساعدة نموذج جوجل. تتضمن تقنيات التحليل المستخدمة الارتباط اللحظي للمنتج والانحدار الخطي البسيط. تستخدم هذه التقنية لفحص تأثير واتجاه العلاقة المعطاة بين المتغيرين. أجريت اختبارات إضافية أخرى باستخدام اختبار T واختبارات الانحدار الخطي المتعددة والاختبارات الإحصائية الوصفية

تظهر نتائج تحليل البيانات التي تم إجراؤها أن FoMO ومستويات المفهوم الذاتي للطلاب في مدينة مالانج ، وخاصة UIN Malang ، في مستوى معتدل. يمكن تفسير ذلك على أنه الطلاب الذين لديهم ميل لتجربة FoMO. علاوة على ذلك ، هناك علاقة سلبية بين مفهوم الذات و FoMO. تظهر هذه النتيجة بناءً على قيمة $0.033 > \text{sig} > 0.05$ وقيمة الارتباط -0.197. يشير هذا إلى أنه كلما ارتفع مفهوم الذات للفرد ، انخفضت تجربة FoMO والعكس صحيح.

الكلمات الدالة: مفهوم الذات ، الخوف من الضياع، طالب

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Era globalisasi merupakan suatu era yang saat ini sedang dihadapi manusia. Era ini memudahkan manusia dalam segala hal. Menurut Suhartini (2013), globalisasi merupakan suatu hal yang terbentuk dalam kehidupan manusia secara luas dimana manusia ikut berperan serta mampu menyiapkan diri dalam menghadapi perubahan dan melibatkan beberapa aspek penting diantaranya adalah aspek budaya, ekonomi, maupun politik (Amalia dan Dewi, 2022, p. 121). Globalisasi mengakibatkan berbagai bidang mengalami pertukaran informasi. Hal ini ditandai dengan mulai marak penggunaan telepon pintar atau biasa disebut *gadget*, media massa, dan internet. Disampaikan oleh Kominfo bahwa adanya perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi pada era ini menyebabkan pertukaran informasi menjadi cepat dan efektif (*Perkembangan TIK*, 2013). Merujuk pada *statement* yang telah disampaikan Kominfo maka dampak dari globalisasi adalah terjadi pertukaran informasi sehingga banyak sekali budaya serta *tren* yang bermunculan pada media sosial masyarakat.

Tren menurut KBBI dapat diartikan sebagai gaya mutakhir atau gaya yang sedang berkembang pada kehidupan masyarakat zaman itu. *Tren* dapat dikatakan sebagai suatu fenomena sosial yang sedang berlangsung pada lingkungan masyarakat dalam jangka waktu tertentu. *Tren* yang berkembang di suatu negara dengan mudah disaksikan dan dapat diikuti oleh masyarakat karena adanya pertukaran informasi secara cepat melalui media sosial. Hal ini didukung oleh munculnya konten yang hampir sama atau mirip antara satu orang dengan lainnya. Kemunculan beberapa konten yang ada di luar negeri dan diikuti oleh masyarakat di Indonesia atau sebaliknya menjadi bukti lain adanya pertukaran informasi. *Tren* yang muncul dapat tergolong dari beberapa kategori dimulai dari *tren fashion*, makanan, tempat wisata, maupun kategori lain yang diminati masyarakat. Masa berlaku suatu *tren* yang hanya sekejap

mengakibatkan masyarakat berbondong untuk mengikuti *tren* yang sedang ramai diperbincangkan. Bahkan beberapa ada yang takut ketinggalan jika tidak mengikuti *tren* tersebut. Fenomena ini biasa disebut sebagai *FoMO* atau *Fear of Missing Out*. Perilaku ini merupakan suatu dampak karena adanya perkembangan teknologi yang semakin pesat serta memasuki era digital. Disampaikan oleh Sakti Wira Yudha yang merupakan dosen Sosiologi Universitas Indonesia, kondisi *FoMO* pada masyarakat muncul beriringan dengan perkembangan teknologi digital yang menyebabkan seseorang mengalami ketakutan berlebihan karena merasa khawatir dirinya tertinggal informasi, *tren*, gaya hidup yang ada di media sosial (*Fear of Missing Out*, 2022).

Istilah *Fear of Missing Out* pertama kali dicetuskan oleh Patrick J. McGinnis pada tahun 2004 dalam sebuah artikel di koran kampus. *Fear of Missing Out* atau biasa disingkat *FoMO* merupakan perasaan takut ketinggalan suatu hal atau merasa gelisah jika individu tidak dapat terhubung pada koneksinya di dunia maya (Akbar, Aulya, Apsari, & Sofia, 2018, p. 39). *Fear of Missing Out* kemudian diteliti pertama kali oleh *JWT Intelligence* pada tahun 2012 untuk mengetahui fenomena *FoMO* yang terjadi pada individu. Disampaikan oleh Gemma P., *JWT Intelligence* mencoba untuk mengidentifikasi kelompok yang paling rentan terpapar *FoMO*, cara kelompok menanggapi *FoMO*, pelaksanaan *FoMO* pada zaman yang berlangsung saat itu, dan kaitan antara *brand* dengan *FoMO* (*JWT Explores*, 2022). Przybylski, dkk (2013) melakukan penelitian terhadap tingkatan *FoMO* di beberapa responden internasional. Penelitian ini menyatakan bahwa *FoMO* merupakan suatu perasaan ketakutan yang berlebihan pada individu bahwa orang lain memiliki pengalaman yang berharga dan dicirikan dengan keinginan untuk terus terkoneksi dengan aktivitas yang dilakukan oleh orang lain. Penelitian ini menghasilkan skala *Fear of Missing Out*, mengetahui kaitan dari faktor eksternal dan *FoMO*, serta mengetahui korelasi dari sisi emosional dan perilaku yang ditunjukkan oleh *FoMO*. Przybylski, dkk (2013) juga menyatakan bahwa

FoMO yang tinggi dapat mempengaruhi *frekuensi* penggunaan media sosial pada suatu individu.

Fenomena *Fear of Missing Out* tidak hanya terjadi di luar negeri namun dapat terjadi di Indonesia. Permasalahan ini berkaitan dengan jumlah pengguna media sosial yang ada di dunia. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh *We Are Social Indonesian* pada Februari 2022 mengungkapkan bahwa terdapat 4,62 milyar pengguna media sosial yang ada di dunia. Sedangkan di Indonesia pengguna media sosial berjumlah 191,4 juta dari total populasi 277,7 juta jiwa. Angka ini menunjukkan bahwa sekitar 84% penduduk Indonesia menggunakan media sosial dan terjadi peningkatan sekitar 12,6% dibanding pada tahun 2021. Adanya peningkatan penggunaan media sosial pada masyarakat dapat berindikasi dalam munculnya *FoMO*. Hal ini didukung dalam survei yang dilakukan oleh Selvia Hidayat pada siswa kelas 3 SMA di Indonesia. Hasil survei menunjukkan bahwa hampir separuh siswa dengan rata-rata berjumlah 35 siswa per kelas mengalami *FoMO* (*FOMO*, 2022). Disampaikan lebih lanjut oleh Isthari & Arianti (2022), dari 50 partisipan penelitian yang terdiri dari 24 siswa perempuan dan 26 siswa laki-laki, 78% siswa mengalami *FoMO* di tingkatan sedang, 12% siswa mengalami *FoMO* di tingkatan tinggi, dan 10% siswa mengalami *FoMO* di tingkat rendah. Hal ini disebabkan karena tipe kepribadian yang dimiliki masing-masing siswa berbeda sehingga cara menghadapi *FoMO* setiap anak juga menjadi berbeda. Survei lain yang menilai terkait tingkatan *FoMO* dilakukan oleh Maysitoh, dkk (2020). Pada penelitian yang dilakukan Maysitoh, dkk (2020) menggunakan sebanyak 98 subjek untuk meneliti tingkatan *FoMO* pada generasi *millennial* khususnya mahasiswa. Hasil yang ditunjukkan pada survei ini sebanyak 47,95% berada pada tingkatan *FoMO* yang rendah dan sebanyak 34,68% berada pada tingkatan *FoMO* cukup tinggi – sangat tinggi.

Selain survei yang telah dipaparkan pada penelitian terdahulu, peneliti melaksanakan survei awal untuk mengetahui permasalahan *FoMO* yang terjadi khususnya pada mahasiswa di Kota Malang. Peneliti membagikan survei pada mahasiswa berdasarkan pendapat dari Putri, dkk (2019) yang menyatakan

bahwa permasalahan *FoMO* saat ini cenderung terjadi pada kalangan mahasiswa. Peneliti membagikan survei pada mahasiswa UIN Malang angkatan 2020 dan 2021. Sebanyak 38 mahasiswa mengisi survei dan hasil survei menyatakan bahwa 25 mahasiswa mengikuti *tren* dan 13 mahasiswa tidak mengikuti *tren* yang saat ini tengah berkembang di masyarakat. Pada survei awal, beberapa mahasiswa mengaku merasa takut dibilang kurang *update* dan takut ketinggalan *tren* yang sedang berlangsung. Hal ini didukung oleh pendapat dari AF: “Biasanya karena faktor lingkungan. Jika di lingkungan sedang membahas hal yang sedang *tren*, dan saya tidak tau saya merasa saya harus mengetahui *tren* tersebut.” (Survei awal, 17 November 2022). Berdasarkan pada apa yang disampaikan oleh AF, dapat diketahui bahwa lingkungan yang ada di sekitarnya membuat AF mengikuti dan merasa harus mengetahui *tren* yang sedang berlangsung. Pendapat lain yang disampaikan oleh NI: “Adanya pergeseran kebiasaan membuat saya lebih sering merasa *FoMO (Fear of Missed Out)*” (Survei awal, 17 November 2022). Berdasarkan pada apa yang disampaikan oleh NI, dapat diasumsikan bahwa NI sering merasa *FoMO* disebabkan kebiasaan yang berubah dan dialami oleh NI. Pendapat selanjutnya disampaikan oleh W: “Jika kita tidak mengikuti *tren* yang lagi viral, kita akan dibilang kurang *up to date* sehingga kita harus mengikuti biar lega dan senang agar tidak ketinggalan *trend* tersebut.” (Survei awal, 18 November 2022). Berdasarkan pendapat W, dapat diasumsikan bahwa W merasa harus mengikuti *tren* yang ada agar mendapat pengakuan positif dari orang lain sehingga W merasa lega dan senang karena adanya pengakuan dari orang lain.

Berdasar hasil survei yang dilaksanakan oleh peneliti pada mahasiswa di Kota Malang menjadi dasar pentingnya topik *Fear of Missing Out* untuk diteliti. Permasalahan ini dapat menimbulkan beberapa gangguan dalam kehidupan individu jika dibiarkan dan tidak ditangani dengan tepat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Narti & Yanto (2022) bahwa dampak yang muncul ketika *FoMO* tidak tertangani dengan baik diantaranya adalah munculnya gangguan kecemasan sosial baik itu kurang percaya diri,

depresi, kesepian, atau dikucilkan karena tidak dapat berinteraksi dengan orang lain. Dampak yang ditimbulkan oleh *FoMO* pada penelitian lain disampaikan oleh Akbar, dkk. (2018) bahwa *FoMO* dapat menimbulkan beberapa hal negatif bagi remaja diantaranya adalah masalah identitas diri, kesepian yang dialami individu, memiliki gambaran diri yang negatif, memiliki perasaan tersisihkan, dan iri hati.

Seseorang yang mengalami *FoMO* secara berlebihan dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Contoh yang dapat diberikan adalah kejadian yang baru saja terjadi di Itaewon, Seoul pada perayaan *Halloween* bulan Oktober 2022. Individu berbondong untuk merayakan perayaan *Halloween* di sebuah gang sempit yang mengakibatkan 156 nyawa meninggal karena berdesakan. Menurut CNN Indonesia terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kejadian ini salah satunya adalah antusiasme masyarakat yang tinggi karena sudah lama tidak mengadakan acara *halloween* saat pandemi berlangsung. Antusias yang meningkat menyebabkan masyarakat berbondong untuk ke Itaewon dan akhirnya kawasan tersebut menjadi padat dan memakan korban (*4 Faktor*, 2022). Terdapat beberapa kasus lain yang berawal dari mengikuti suatu *tren* namun akhirnya berujung membahayakan diri individu. Sebagai contoh adalah kasus pada tahun 2016 dimana seorang siswa SMP di Indonesia tewas karena jatuh dari lantai lima di sebuah gedung kosong usai melakukan *selfie*. Diketahui siswa SMP tersebut sedang bermain bersama temannya dan melakukan foto *selfie* namun kemudian siswa SMP tersebut terpeleset dan jatuh (*Asyik Selfie*, 2016). Menurut Damar Juniarto, hal ini dapat digolongkan sebagai *FoMO* karena adanya rasa tidak mau kalah untuk menunjukkan *eksistensi* diri individu pada lingkungan sekitar (Fenomena Viral, 2019). Berdasar pada pemaparan contoh kasus dan dampak yang ditunjukkan maka topik *FoMO* penting untuk diteliti karena kepemilikan *FoMO* yang tinggi dapat berdampak buruk baik dari sisi psikologis maupun fisik yang dimiliki pada individu.

Penelitian terkait *Fear of Missing Out* sampai saat ini merupakan topik penelitian yang ramai untuk diteliti. Mengingat saat ini zaman sudah semakin

maju dan penggunaan teknologi digital yang berdampak dengan kehidupan manusia. Hal ini dibuktikan dengan perilaku para generasi *milenial* yang sangat bergantung dengan adanya teknologi dan menjadikan teknologi sebagai bagian dari *lifestyle* (Ahmad, 2020, p. 134). Sebanyak kurang lebih 957 penelitian terkait *FoMO* muncul dalam pencarian *google scholar* pada tahun 2022. Beberapa penelitian tersebut mengungkapkan korelasi antara *FoMO* dan variabel lainnya. Variabel tersebut dapat dikatakan sebagai pengaruh yang diberikan pada *FoMO*. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang telah dilakukan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *FoMO* dan terbagi menjadi faktor internal maupun eksternal. Faktor tersebut diantaranya adalah terpaan media sosial (Muhammad dkk, 2022), *mindfulness* (Dewi, 2022), *loneliness* (Virnanda, 2020), regulasi diri (Natasha, 2022), kontrol diri (Siregar, 2022), *big five personality* khususnya pada kepribadian *agreeableness* (Hartati, 2021), dan konsep diri (Zahroh & Sholichah, 2022).

Konsep diri merupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan apa yang ada dalam diri individu. Menurut Widiarti (2017) konsep diri merupakan komponen penyusun dari diri. Hal ini sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Baron & Byrne (2003) bahwa konsep diri merupakan salah satu elemen penyusun diri atau *self* suatu individu. Melalui konsep diri yang dimiliki maka individu dapat memunculkan tingkah laku tertentu. Menurut pendapat yang disampaikan oleh Fitts (1972) konsep diri dapat mempengaruhi tingkah laku individu yang ditampilkan pada orang lain (Widiarti, 2017, p. 137). Pendapat tersebut menjadi suatu asumsi peneliti bahwa *FoMO* dapat muncul karena adanya konsep diri yang terbentuk dalam diri. Hal ini dipertegas pendapat dari Nida, salah satu mahasiswa di Universitas Negeri Semarang yang menyatakan bahwa pembentukan *FoMO* yang tinggi atau rendah dapat diatasi dengan kepemilikan manajemen stres serta pemikiran pada individu. Pemikiran yang baik dimulai dari cara pandang individu dalam menilai dirinya sendiri atau disebut sebagai konsep diri (Problematika *FoMO*, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Zahroh & Sholichah (2022) dengan judul "*Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi Diri terhadap Fear of Missing Out*

(*FoMO*) pada Mahasiswa Pengguna Instagram)”, mengungkapkan bahwa konsep diri memiliki pengaruh terhadap *FOMO* pada suatu individu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif survei dengan subjek sebanyak 170 mahasiswa pengguna instagram. Hasil yang disampaikan pada penelitian ini menyampaikan bahwa antara konsep diri dan *FoMO* memiliki hubungan yang kuat dengan arah negatif yang memiliki arti semakin tinggi konsep diri yang terbentuk pada mahasiswa maka semakin rendah tingkatan *FoMO* yang dimiliki.

Penelitian lain dilakukan oleh Alfasi (2022) dengan judul “*Attachment Style and Social Media Fatigue: The Role of Usage-Related Stressors, Self-Esteem, and Self-Concept Clarity*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbedaan individu dalam mengalami pengalaman menggunakan media sosial salah satunya adalah *Fear of Missing Out*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek sebanyak 294 responden yang memiliki rentang usia mulai 18-57 tahun. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *FoMO* menjembatani hubungan antara kecemasan dan kelelahan dalam media sosial jika individu tersebut memiliki tingkat kejelasan konsep diri yang rendah. Individu yang memiliki kejelasan konsep diri yang rendah dapat meningkatkan *FoMO* dalam menggunakan media sosial.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Imaddudin (2020) dengan judul “*Fear of Missing Out (FOMO) dan Konsep Diri Generasi – Z: ditinjau dari Aspek Komunikasi*” menunjukkan hasil yang berbeda dibanding penelitian lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dampak fenomena *FoMO* terhadap konsep diri yang dimiliki pada individu khususnya pada komunikasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik deskriptif interpretatif. Subjek pada penelitian ini diwakili oleh beberapa siswa-siswi yang sedang duduk di bangku SMP dan SMA di beberapa wilayah. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kaitan antara *FoMO* dan konsep diri akan saling berpengaruh karena pembentukan individu dapat terjadi berdasar apa yang dilihat atau berdasar pengalaman baik pribadi atau orang lain. *FoMO* dapat menjadi suatu potensi dalam membentuk diri yang positif

jika digunakan sebagai modal untuk menyebarluaskan pesan pada orang lain. Sebaliknya *FoMO* dapat menjadi konsep diri yang negatif jika individu terus memperburuk kondisi dengan perasaan takut dan cemas serta tidak percaya diri. Pada penelitian ini menjelaskan bahwa *FoMO* dapat menjadi suatu hal yang positif maupun negatif tergantung dari konsep diri individu tersebut.

Peneliti memutuskan untuk memilih variabel konsep diri sebagai variabel *independent* atau variabel yang mempengaruhi *FoMO*. Hal ini didasarkan pendapat S pada hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti yang menyatakan “Mungkin hanya untuk ikut-ikutan saja sama teman. Biasanya sih ikut gara-gara ajakan teman” (Survei awal, 17 November 2022). Pendapat yang disampaikan oleh S dapat diasumsikan bahwa S mengikuti *tren* karena ajakan dari teman dan berdasarkan pendapat dari Cahyaningsih & Dewi (2019) seseorang memiliki konsep diri yang rendah jika cenderung mengikuti hal yang dilakukan oleh orang di sekitarnya. Konsep diri merupakan inti dari kepribadian yang dimiliki oleh individu. Penting untuk selalu membentuk konsep diri yang positif untuk pembentukan kepribadian dan memiliki peran besar dalam memunculkan perilaku individu pada lingkungannya (Konsep Diri, 2019). Dampak yang dimunculkan pada seseorang karena kurangnya kejelasan konsep diri diantaranya adalah kesulitan dalam menjalankan aktivitas kesehariannya. Individu akan cenderung memandang rendah dirinya, tidak kompeten, dan pesimis terhadap kesempatan yang ada di sekitarnya (Konsep Diri, 2017).

Selain pendapat dari salah satu responden pada survei awal, peneliti memilih *self concept* sebagai variabel *independent* pada penelitian ini karena terdapat perbedaan hasil penelitian terdahulu yang ditemukan. Perbedaan tersebut terletak pada hubungan yang diberikan antara variabel *self concept* dan *Fear of Missing Out*. Adanya perbedaan tersebut perlu diteliti lebih lanjut agar hubungan antara kedua variabel menjadi lebih tepat. Fokus pada penelitian ini adalah untuk mengetahui peran konsep diri atau *self concept* terhadap fenomena *Fear of Missing Out* khususnya pada mahasiswa yang ada di Kota Malang. Peneliti ingin melihat hubungan yang ditampilkan antara *self concept*

dan *FoMO* sehingga *FoMO* dapat ditangani dengan baik dan tidak menimbulkan kecemasan maupun kekhawatiran pada individu. Hal ini dapat menjadi salah satu upaya *preventif* untuk menjaga kesehatan mental. Pemilihan konsep diri sebagai variabel bebas pada penelitian ini disebabkan karena pada konsep diri telah terdapat beberapa komponen yang harus dimiliki oleh individu, sehingga dapat ditinjau tiap aspek dalam penelitian yang akan dilakukan. Adanya keterlibatan konsep diri dalam mempengaruhi *FoMO* menjadi hal yang penting untuk dikaji lebih lanjut mengingat jika *FoMO* dibiarkan dapat mengganggu kehidupan maupun kesejahteraan psikologis para penderitanya (Narti & Yanto, 2022).

Berdasarkan pemaparan berbagai permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya dan sejalan dengan fenomena yang saat ini sedang terjadi pada mahasiswa di Kota Malang terkait *self concept* dan *FoMO*, peneliti memutuskan untuk mengangkat kedua variabel tersebut menjadi bahan penelitian dengan judul **“Self Concept dan Kecenderungan Fear of Missing Out pada Mahasiswa di Kota Malang”**

B. Rumusan Masalah

Terdapat beberapa rumusan permasalahan yang disusun untuk dikaji lebih lanjut berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya. Rumusan masalah yang tersusun terbagi menjadi 3 macam yang diantaranya adalah:

1. Bagaimana tingkatan *FoMO* pada mahasiswa di Kota Malang?
2. Bagaimana kondisi konsep diri pada mahasiswa di Kota Malang?
3. Bagaimana hubungan antara konsep diri dan *FoMO* yang ada pada mahasiswa di Kota Malang?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat dirumuskan beberapa tujuan dari pelaksanaan penelitian ini. Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan serta mengetahui tingkatan *FoMO* yang dimiliki oleh mahasiswa yang ada di Kota Malang.
2. Mendeskripsikan serta mengetahui kondisi konsep diri yang dimiliki oleh mahasiswa yang ada di Kota Malang
3. Mendeskripsikan hubungan yang muncul antara konsep diri dan *FoMO* yang ada pada mahasiswa di Kota Malang

D. Manfaat

Hasil dari pelaksanaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat positif. Manfaat tersebut berupa:

1. Manfaat teoritis

Secara teori, penelitian ini dapat bermanfaat bagi keilmuan psikologi khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Penelitian ini dapat menjadi sumbangan penemuan baru dalam ilmu psikologi terkait.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak. Pihak tersebut diantaranya adalah:

- a. Bagi peneliti

Melalui penelitian yang dilaksanakan, peneliti dapat menjadi pribadi yang mandiri dan dapat berlatih berfikir secara analisis.

- b. Bagi instansi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan akan menjadi suatu sumbangan ilmu pengetahuan serta kemajuan bagi instansi terkait khususnya di UIN Malang.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Fear of Missing Out*

1. Definisi Fear of Missing Out

Efek penggunaan media sosial serta internet yang berlebihan dapat mengakibatkan berbagai macam permasalahan secara psikologis, kognisi, dan kepribadian individu dalam kehidupan sehari-hari (Wegmann, 2017, p. 34). Salah satu permasalahan tersebut adalah *FoMO* atau *Fear of Missing Out*. Wegmann, dkk (2017) menggambarkan *FoMO* sebagai suatu perilaku yang mencerminkan ketakutan dan kekhawatiran individu akan kehilangan koneksi terkait pengalaman yang dialami oleh orang lain dan berakibat negatif bagi individu yang mengalaminya.

Fear of Missing Out menurut Przybylski, dkk (2013) didefinisikan sebagai perasaan takut untuk kehilangan suatu momen berharga yang sedang berlangsung baik oleh individu atau kelompok lain di sekitarnya yang disebabkan individu tersebut tidak berada dalam momen tersebut. *FoMO* dapat ditandai dengan adanya keinginan untuk terus terhubung dengan apa yang dilakukan oleh orang lain dan selalu bergantung dengan orang lain. Individu yang mengalami *FoMO* lebih sering menggunakan media sosial dan memunculkan kecemasan saat dirinya tidak dapat tergabung dalam pengalaman yang dimiliki oleh orang lain (Przybylski, 2013, p. 1845).

Menurut McGinnis (2007) *Fear of Missing Out* merupakan rasa cemas yang tidak diinginkan oleh individu dan disebabkan karena munculnya persepsi terhadap pengalaman yang dimiliki orang lain lebih baik daripada diri sendiri melalui media sosial. Lebih lanjut disampaikan oleh Abel, dkk (2016) *Fear of Missing Out* dideskripsikan sebagai dorongan yang kuat untuk ada di beberapa tempat dalam satu waktu dikarenakan adanya rasa takut akan kehilangan sesuatu jika diri individu tidak mengikuti setiap momen yang diadakan oleh orang lain (Risdyanti, Faradiba, & Syihab, 2019, p. 278). Pengertian *Fear of Missing Out* disampaikan oleh Aisafitri &

Yusriyah (2021) yaitu suatu fenomena yang berbentuk kekhawatiran dalam individu karena tidak *up to date* pada apa yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli yang telah dijabarkan maka dapat disimpulkan bahwa *Fear of Missing Out* merupakan suatu perasaan yang dimiliki individu berupa rasa takut maupun khawatir akan tertinggal dan kehilangan suatu momen tertentu yang dimiliki individu lain atau kelompok yang ada di sekitarnya.

2. Aspek *Fear of Missing Out*

Menurut Przybylski (2013) aspek - aspek *fear of missing out* terbagi menjadi dua macam. Aspek - aspek tersebut diantaranya adalah:

a. Kebutuhan psikologis akan *self* yang tidak terpenuhi

Kebutuhan ini berkaitan dengan kebutuhan akan *competence* dan *autonomy*. Kompetensi merupakan kebutuhan untuk merasa mampu dalam melakukan tindakan secara efektif. Otonomi merupakan suatu kemampuan individu dalam memunculkan inisiatif dalam bertindak. Individu yang tidak terpenuhi dalam kebutuhan ini akan selalu berusaha untuk menjangkau informasi yang berkaitan dengan orang lain melalui media sosial. Penjangkauan informasi ini diasumsikan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan psikologis atas *self* agar individu mengetahui langkah dan tindakan yang perlu dilakukan terhadap dirinya.

b. Kebutuhan psikologis akan *relatedness* yang tidak terpenuhi

Relatedness dapat diartikan sebagai kedekatan individu pada orang lain agar merasa nyaman dalam suatu keadaan. Kebutuhan ini merupakan kebutuhan dasar dalam individu yang jika tidak terpenuhi maka dapat memunculkan perasaan takut, khawatir dan juga cemas. Perasaan yang muncul ketika individu tidak terpenuhi akan *relatedness* mengakibatkan individu menjadi harus selalu terhubung dengan orang lain dengan cara memeriksa setiap saat media sosial yang dimiliki.

3. Indikator Fear of Missing Out

Menurut Przybylski, dkk (2013) terdapat beberapa indikator dari *FoMO*. Indikator tersebut diantaranya adalah:

a. Kebutuhan psikologis akan *self* yang tidak terpenuhi

Individu selalu menghabiskan waktu untuk mencari tahu kegiatan orang lain di sosial media dan selalu *update* dengan apa yang ada di media sosial. Individu juga merasa khawatir jika dirinya tertinggal akan sesuatu yang sedang terjadi.

b. Kebutuhan psikologis akan *relatedness* yang tidak terpenuhi

Individu merasakan takut dan cemas jika dirinya tidak dapat terhubung dengan orang lain.

4. Faktor yang Mempengaruhi

Faktor yang mempengaruhi munculnya *Fear of Missing Out* disampaikan pada penelitian yang dilakukan oleh Przybylski, dkk (2013). Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah:

a. Demografis

Dilansir dari web LP2M Universitas Medan Area, data demografi merupakan suatu informasi yang tertera baik itu seperti usia, jenis kelamin, domisili, dan dapat mencakup faktor sosial ekonomi seperti pekerjaan dan pendapatan pada sekelompok orang. Przybylski, dkk (2013) mengungkapkan bahwa usia dan jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkatan *FoMO* yang dimiliki oleh suatu individu. Individu dengan usia muda cenderung dapat meningkatkan *FoMO*. Jenis kelamin pria juga lebih cenderung mengalami *FoMO*.

b. Kebutuhan kepuasan (*Need satisfaction*)

Individu yang mengalami kekurangan pemuasan pada kebutuhan psikologi dasar berupa kebutuhan kompetensi, otonomi, dan keterkaitan pada orang lain dapat meningkatkan *FoMO*.

c. Kesejahteraan psikologis (*Well – being*)

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan kriteria fungsi psikologi positif yang meliputi beberapa dimensi diantaranya adalah penerimaan diri, relasi positif dengan orang lain, kemandirian, menguasai lingkungan sekitar, tujuan hidup, dan pengembangan diri (Estikomah & Alimatus, 2019, p. 232 – 233). Terdapat 2 indikator kesejahteraan psikologis, diantaranya adalah:

- 1) Suasana hati secara umum, individu yang mengalami *FoMO* cenderung memiliki suasana hati atau mood yang buruk.
- 2) Kepuasan hidup secara keseluruhan, individu yang mengalami *FoMO* cenderung mengalami kepuasan hidup yang rendah dalam hidupnya.

d. Keterlibatan Media Sosial

Przybylski, dkk (2013) mencoba menguji keterlibatan media sosial dalam kaitannya dengan perbedaan individu dalam kebutuhan kepuasan, kepuasan hidup, dan suasana hati secara umum. Hasil yang diperoleh adalah bahwa terdapat hubungan antara perbedaan individu dengan kaitannya dalam penggunaan media sosial sehingga dapat menimbulkan *FoMO*. Seseorang yang mengalami *FoMO* pada tingkatan tinggi akan menunjukkan keterlibatannya yang tinggi pada media sosial.

5. Perspektif Islam

Fear of Missing Out merupakan suatu perasaan yang hadir dalam suatu individu dan disebabkan oleh takut tertinggal momen yang dimiliki orang lain (Przybylski, 2013, p. 1841). Individu akan sering memeriksa apa yang orang lain lakukan untuk dapat ditiru. Jika dikaitkan dengan perspektif islam, hal ini sejalan dengan apa yang disampaikan dalam Al-Qur'an:

وَلِكُلِّ وُجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّبُهَا فَاسْتَثْبِقُوا الْخَيْرَاتِ ؕ أَيْنَ مَا تَكُونُوا يَأْتِ بِكُمْ اللَّهُ جَمِيعًا ؕ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ

قَدِيرٌ ۝ ۱۴۸

Artinya: “Dan bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka berlomba-lombalah (dalam membuat) kebaikan. Dimana

saja kamu berada pasti Allah akan mengumpulkan kamu sekalian (pada hari kiamat). Sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu.” (QS. Al – Baqarah 2:148)

Berdasarkan ayat yang telah disampaikan menyatakan bahwa tiap manusia memiliki arah tertentu untuk dijadikan kiblat mereka. Oleh sebab itu sebagai umat manusia dianjurkan untuk selalu berlomba dalam kebaikan yang telah ditetapkan oleh Allah. Hal ini sejalan dengan perilaku *FoMO* yang saat seseorang sedang mengalaminya maka dianjurkan untuk mengikuti *tren* yang memiliki manfaat dan menghindari *tren* yang merugikan. Bagi seseorang yang mengikuti kebaikan akan mendapat pahala seperti yang mengajak pada kebaikan. Hal ini disampaikan pada hadits Nabi Muhammad tentang kewajiban berdakwah pada kebaikan yang berbunyi:

مَنْ دَعَا إِلَى هُدًى كَانَ لَهُ مِنَ الْأَجْرِ مِثْلُ أُجُورِ مَنْ تَبِعَهُ لَا يَنْقُصُ ذَلِكَ مِنْ أُجُورِهِمْ شَيْئًا، وَمَنْ دَعَا إِلَى ضَلَالَةٍ، كَانَ عَلَيْهِ مِنَ الْإِثْمِ مِثْلُ إِثْمِ مَنْ تَبِعَهُ لَا يَنْقُصُ ذَلِكَ مِنْ إِثْمِهِمْ شَيْئًا

Artinya: Dari Abu Hurairah ra, bahwa Rasulullah SAW bersabda “Barangsiapa mengajak (manusia) kepada petunjuk, maka baginya pahala seperti pahala orang yang mengikutinya tanpa mengurangi pahala mereka sedikit pun. Dan barangsiapa mengajak (manusia) kepada kesesatan maka ia mendapatkan dosa seperti dosa-dosa orang yang mengikutinya, tanpa mengurangi dosa mereka sedikit pun”

Berdasarkan hadis yang telah disampaikan, seseorang yang memberikan contoh yang baik akan mendapat pahala orang yang mengikuti contoh tersebut. Hal ini dapat diinterpretasikan bagi seseorang yang mengikuti *tren* dalam hal kebaikan maka akan mendapatkan pahala dan bagi orang yang memberikan contoh *tren* yang baik akan mendapat pahala juga. Sebaliknya seseorang yang memberikan contoh yang buruk dan mengikuti hal buruk maka akan mendapat dosa. Sehingga penting bagi individu untuk berhati-hati dalam menyebarkan postingan di media sosial serta memilih *tren* mana yang akan diikuti atau harus dihindari.

Seseorang yang mengalami *FoMO* cenderung meningkatkan intensitas penggunaan *gadget* khususnya dalam menggunakan media sosial. Selain

penggunaan media sosial yang meningkat, dampak yang ditimbulkan *FoMO* pada individu salah satunya adalah menimbulkan iri hati. Hal ini bersinggungan dengan apa yang disampaikan pada Al-Qur'an sebagai berikut:

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهٖ بَعْضَكُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ ۚ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبْنَا لِلنِّسَاءِ ۗ وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبْنَا ۗ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ۝ 32

Artinya: “Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (Karena) bagi orang laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan bagi para wanita (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.” (QS. An Nisa’ 4: 32)

Berdasarkan apa yang ditulis dalam Al-Qur'an, sebagai seorang muslim hendaklah tidak memiliki rasa iri hati pada apa yang menjadi nikmat bagi orang lain. Menurut tafsir Al-Mukhtashar, sebagai seorang muslim dilarang untuk menginginkan apa yang telah menjadi bagian orang lain agar tidak muncul rasa benci dan iri hati pada hati manusia. Karena apa yang telah diberikan oleh Allah sudah sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh kelompok tersebut. Dengan adanya hal ini maka seorang muslim dianjurkan untuk selalu bersyukur dengan apa yang telah diberikan oleh Allah. Hal ini sejalan dengan apa yang disampaikan Al-Qur'an sebagai berikut:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُون ۝ 152

Artinya: “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku. Dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku” (QS. Al Baqarah 2: 152)

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ۝ 7

Artinya: “Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan: Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih” (QS. Ibrahim 14: 7)

Berdasar dari apa yang telah disampaikan pada kedua ayat tersebut, seorang muslim dianjurkan untuk selalu bersyukur dengan apa yang dimilikinya. Menurut tafsir Al-Muyassar, kedua ayat ini menganjurkan untuk selalu bersyukur atas segala sesuatu. Pada QS. Al Baqarah ayat 152, seorang muslim yang selalu mengingat Allah akan mendapat balasan di akhirat nanti. Selain itu, hendaklah untuk selalu bersyukur atas nikmat yang diberikan baik secara lisan maupun amalan. Pada QS. Ibrahim ayat 7, seorang muslim yang selalu bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh Allah, niscaya akan diberikan tambahan nikmat dan karunia. Namun seseorang yang mengingkari nikmat Allah, maka dia akan mendapatkan siksaan yang pedih.

Melalui sikap individu yang selalu bersyukur atas nikmat Allah, menjadikan hati kita terbebas dari perasaan iri atas apa yang dimiliki oleh orang lain. Sehingga seseorang menjadi lebih fokus dengan apa yang dimiliki dan terhindar dari ketakutan akan tertinggal segala sesuatu yang terjadi di sekitarnya. Individu juga dapat memilih *tren* yang baik diikuti dan melakukan kebaikan – kebaikan yang telah di perintahkan oleh Allah. Hal ini penting diterapkan bagi seorang muslim agar mencapai kenyamanan serta kedamaian hati dalam hidup dan dapat terhindar dari pengaruh negatif dari adanya perkembangan teknologi.

B. *Self Concept*

1. Definisi *Self Concept*

Self atau diri menurut Baron & Byrne (2003) didefinisikan sebagai suatu gambaran pusat dari dunia sosial yang ada di setiap orang. *Self* terdapat beberapa elemen penyusun diantaranya adalah *self esteem*, *self focusing*, *self monitoring*, dan juga *self concept*. Menurut Baron & Byrne (2003) *self concept* berarti suatu kumpulan keyakinan dan persepsi diri terkait pribadi individu yang terorganisir baik berupa motivasi, keadaan emosional individu, evaluasi diri, kemampuan yang dimiliki serta banyak aspek lainnya.

Konsep diri menurut Goni (2011) merujuk tentang pandangan individu dalam mendeskripsikan dirinya sendiri secara fisik maupun kemampuan yang dimiliki termasuk akademik, kemampuan sosial, dan hal yang paling pribadi yaitu emosional individu. Membentuk konsep diri yang sehat dan baik merupakan suatu tujuan yang berharga bagi para profesional maupun masyarakat umum (Bracken, 2009, p. 89). Konsep diri menurut Bracken (2009) didefinisikan sebagai pola perilaku yang cukup unik dan dimiliki individu dalam mencirikan pribadinya. Melalui pola perilaku yang dimunculkan maka seseorang dapat mengetahui konsep diri pada pribadi tersebut.

Menurut Brehm & Kassin (1993) konsep diri dapat diartikan keyakinan yang dimiliki individu terkait sifat yang dimilikinya. Menurut pengertian yang disampaikan oleh Worchel dkk (2000) *self concept* atau konsep diri memiliki arti sebagai pengetahuan dan keyakinan individu tentang karakteristik maupun ciri – ciri yang melekat pada dirinya (Dayakisni & Hudaniah, 2009, p. 61). Konsep diri pada intinya mengukur segala sesuatu yang berkaitan dengan diri individu baik itu sifat, karakteristik, maupun ciri-ciri pribadi tersebut.

Disampaikan oleh Sarwono & Meinarno (2009) konsep diri mengarah pada kesadaran seseorang dalam memahami dirinya sendiri. Konsep diri yang terbentuk dalam individu dapat mempengaruhi perilaku yang ditampilkan pada lingkungan sekitar. Hal ini berkaitan dengan peran orang lain dalam pembentukan konsep diri. Sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Cooley (1964) konsep diri seorang individu didapat dari penilaian yang dilakukan orang lain terhadap dirinya (Sarwono & Meinarno, 2009, p. 53-54). Dalam artian individu menjadikan penilaian orang lain sebagai sumber informasi terkait dirinya.

Berdasarkan pengertian yang telah disampaikan oleh beberapa ahli maka dapat disimpulkan definisi dari *self concept* atau konsep diri adalah suatu keyakinan maupun persepsi yang terbentuk dari diri individu tentang

aspek – aspek dalam diri berupa sifat, karakteristik, ciri – ciri yang ada pada pribadinya.

2. Aspek *Self Concept*

Disampaikan oleh Goni (2011) terdapat beberapa aspek yang mendasari konsep diri. Aspek – aspek tersebut diantaranya adalah:

a. *Self Fulfillment*

Self fulfillment atau pemenuhan diri didefinisikan sebagai pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan pencapaian maksud dan tujuan yang telah ditetapkan. Individu mengetahui tujuan serta target yang akan dicapai. Individu merasa terpenuhi dalam artian, dirinya merasa target dan tujuan yang disusun telah tercapai.

b. *Autonomy*

Autonomy atau otonomi merupakan kemampuan individu dalam memandang dirinya sebagai individu yang setara namun berbeda dengan yang lain. Aspek *autonomy* merujuk pada pandangan individu untuk menjadi pribadi yang mandiri terhadap keputusan yang dibuat dalam hidupnya dan disesuaikan dengan kriteria yang telah ditetapkan.

c. *Honesty*

Honesty atau kejujuran berkaitan dengan sejauh mana individu menganggap pribadinya bersikap jujur dalam memunculkan perilaku, menjadi orang yang berharga, terhormat, konsisten, dan tidak menyakiti orang lain.

d. *Emotional Adjustment*

Emotional adjustment atau penyesuaian emosional berkaitan dengan cara individu dalam mengontrol emosinya. Aspek ini berkaitan dengan bidang emosional serta aspek kepribadian yang dimiliki individu.

3. Indikator *Self Concept*

Menurut Goni (2011) terdapat beberapa indikator *self concept* atau konsep diri. Indikator tersebut terdiri dari:

a. *Self Fulfillment*

- 1) Mencapai tujuan serta target yang telah ditentukan seorang individu
- 2) Merasa terpenuhi
- 3) Dapat mengatasi tantangan yang ada

b. *Autonomy*

- 1) Merasa mandiri dan memiliki perbedaan dengan orang lain
- 2) Tidak dikuasai oleh orang lain
- 3) Tidak bergantung pada orang lain

c. *Honesty*

- 1) Konsisten dengan apa yang diperbuat
- 2) Tidak merugikan orang lain
- 3) Merasa terhormat dan berharga bagi orang lain

d. *Emotional Adjustment*

- 1) Memiliki keseimbangan emosional
- 2) Peka terhadap segala sesuatu

4. Faktor yang Mempengaruhi

Konsep diri merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia dikarenakan ini menentukan individu dalam berperilaku. Menurut Asri & Sunarto (2020, h. 2) konsep diri bukan suatu hal yang berbentuk genetik melainkan dapat berkembang seiring berjalannya waktu melalui pengalaman yang terjadi saat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri individu menurut Widiarti (2017, p. 138), diantaranya:

a. Perkembangan kognitif

Sebagai manusia, individu akan selalu tumbuh dan berkembang. Individu akan menempuh tugas perkembangan yang sesuai dengan umurnya (Hulukati & Djibran, 2018, p. 75). Perkembangan kognitif berkenaan dengan proses berfikir pada individu. Adanya perkembangan kognitif dapat mempengaruhi cara pandang individu dan merubah struktur diri yang dimiliki sebelumnya.

b. Interaksi dengan orang lain

Konsep diri dapat terbentuk karena adanya campur tangan orang lain. Perspektif yang dimiliki orang lain saat menggambarkan diri kita dapat membentuk konsep diri yang dimiliki. Peran ini dirasa cukup memiliki pengaruh besar atas pembentukan konsep diri. Orang lain yang dimaksud dapat berupa orang tua, teman dekat, dan orang signifikan lainnya.

Menurut Hulukati & Djibran (2018) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri, diantaranya adalah:

a. Adanya rasa percaya diri pada individu

Individu yang memiliki rasa percaya diri terhadap segala sesuatu yang dimilikinya dapat membentuk konsep diri yang baik. Individu mengetahui kemampuan yang dimiliki dan mampu dalam menjalani tugas yang diberikan.

b. Melalui berbagai pengalaman dalam hidupnya

Pengalaman yang telah dilalui oleh individu dapat membentuk konsep diri. Hal ini disebabkan saat individu menempuh pengalaman maka dapat mendorong individu untuk berpikir secara dewasa. Pengalaman yang dilalui dapat memunculkan perasaan positif dan berharga.

c. Interaksi dengan lingkungan sekitarnya

Individu yang cenderung berinteraksi dengan lingkungan sekitar dengan bergaul, santun, dan berkomunikasi dapat membentuk konsep diri yang dimiliki. Dengan interaksi pada lingkungan sekitar dapat melatih kemampuan yang ada dalam individu.

d. Citra diri yang dimiliki

Citra diri dapat dimaksud sebagai persepsi individu terkait apa yang ada dalam individu. Individu yang dapat menggambarkan citra diri dengan baik maka memiliki konsep diri yang baik. Individu akan lebih percaya diri saat memiliki citra diri yang baik. Menurut Pudjjogyanti (1993) laki-laki cenderung membentuk konsep diri yang bersumber dari agresivitas dan kekuatan dirinya, sedangkan perempuan membentuk konsep diri

yang bersumber dari keadaan fisik dan popularitas yang dimiliki (Asri & Sunarto, 2020, p. 9).

5. Konsep Diri Positif dan Negatif dan Mahasiswa

Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dapat didefinisikan sebagai individu yang belajar pada perguruan tinggi atau universitas. Menurut Hulukati & Djibran (2018, p. 74) rentang usia mahasiswa berada pada usia 18 – 25 tahun. Tahapan perkembangan individu yang memasuki usia 18 – 25 tahun menurut Santrock (2011, p. 6) berada pada masa transisi remaja menuju dewasa atau lebih dikenal sebagai beranjak dewasa atau *emerging adulthood*.

Ciri-ciri yang ditunjukkan individu saat memasuki masa *emerging adulthood* disampaikan oleh Arnett (2006) dimana terdapat 5 macam ciri diantaranya adalah (Santrock, 2011, p. 6):

e. Eksplorasi identitas

Individu pada masa beranjak dewasa mulai mencari tahu terkait dirinya dan mulai menunjukkan perubahan penting dalam dirinya yang menyangkut identitas.

f. Ketidakstabilan

Mengalami ketidakstabilan karena adanya perubahan yang muncul pada masa beranjak dewasa. Ketidakstabilan ini dapat berupa pekerjaan, pendidikan, maupun hal relasi.

g. *Self Focused*

Individu pada masa beranjak dewasa selalu berfokus pada dirinya sendiri dan kurang terlibat dalam kewajiban sosial. Individu lebih mementingkan dirinya dan muncul rasa otonomi yang besar pada dirinya untuk mengatur kehidupan yang ingin dijalani.

h. *Feeling in between*

Individu pada masa ini merasa dirinya bukan sebagai remaja namun belum merasa sepenuhnya dewasa dan berpengalaman. Sehingga individu merasa berada di tengah-tengah kondisi remaja dan dewasa.

i. Usia dengan banyak kemungkinan

Masa beranjak dewasa merupakan masa dimana individu memiliki peluang untuk mengubah hidupnya. Individu yang sedang menempuh masa ini banyak dihadapkan beberapa kemungkinan diantaranya adalah optimis dengan masa depan yang dimiliki dan bagi individu yang memiliki kesulitan dalam berkembang, maka masa ini dijadikan kesempatan untuk mengarahkan kehidupan yang dimiliki ke arah lebih positif.

Berdasarkan ciri-ciri yang telah disampaikan sebelumnya, maka individu pada masa beranjak dewasa atau *emerging adult* merupakan individu yang dapat menentukan jalan hidupnya sendiri serta stabil dalam keputusan yang diambil.

Menurut Widiarti (2017) terdapat 2 macam konsep diri yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Terdapat 5 petunjuk dalam menentukan individu memiliki konsep diri positif diantaranya adalah:

- a. Yakin dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi
- b. Memiliki perasaan setara dengan orang lain
- c. Memperoleh pujian dari orang lain tanpa rasa malu
- d. Sadar bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang bervariasi
- e. Dapat memperbaiki diri karena sanggup mengungkapkan aspek dalam dirinya yang tidak disukai dan mengubahnya.

Terdapat 4 tanda dalam menentukan konsep diri negatif, diantaranya adalah:

- a. Peka terhadap kritik yang diberikan
- b. Sangat responsif pada pujian
- c. Memiliki kecenderungan merasa tidak diperhatikan dan tidak disenangi oleh orang lain
- d. Pesimis pada kompetisi, sehingga enggan dalam bersaing dengan orang lain.

6. *Self Concept* dalam Perspektif Islam

Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, konsep diri merupakan suatu persepsi yang dimiliki individu dalam mengenal segala aspek yang ada dalam dirinya sendiri dan berkaitan dengan sifat, ciri – ciri, karakteristik, dan aspek lainnya. Menkenal diri sendiri merupakan hal yang penting untuk diterapkan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Mustofa & Arisandi (2021) bahwa mengenal diri sendiri atau disebut *ma'rifarunnafsi* merupakan suatu ungkapan yang dimaksud dengan seorang individu yang mengenal diri sendiri maka dia akan mengenal Tuhannya. Dengan kata lain, seseorang yang berusaha untuk mengenal diri sendiri maka dia akan semakin mengenal Tuhan yang menciptakan alam semesta ini. Dalam Al-Qur'an, manusia telah didorong untuk memperhatikan dirinya dalam segala aspek. Berkaitan dengan hal ini, Usman Najati mengelompokkan ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep diri. Ayat tersebut dijelaskan sebagai berikut:

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ 20 وَفِي أَنفُسِكُمْ ۚ أَفَلَا تُبْصِرُونَ 21

Artinya: “Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi orang-orang yang yakin (20), dan (juga) pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tiada memperhatikan? (21)” (QS. Adz – Dzariyat, 51: 20 – 21)

Tafsir yang disampaikan oleh Ibnu Katsir menjelaskan bahwa apa yang dimaksud dalam ayat tersebut adalah di dunia yang tercipta terdapat tanda-tanda yang menunjukkan kekuasaan dari Allah baik itu tumbuhan, hewan, alam, dan juga perbedaan yang ada pada diri manusia. Dengan adanya perbedaan dalam diri manusia maka sudah semestinya manusia menyadari dan mengetahui terkait apa yang ada dalam dirinya. Ketika memiliki kesadaran dan pengetahuan terkait diri individu maka akan terbentuk konsep diri yang jelas (Mustofa & Arisandi, 2021, p. 25 – 26).

Konsep diri yang jelas mengarahkan manusia pada sikap dan perilaku yang ditunjukkan. Manusia menjadi mengetahui apa yang harus dilakukan guna meningkatkan potensi yang dimiliki sehingga tercapai apa yang menjadi tujuan dalam hidupnya. Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an:

أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ ۗ مَا خَلَقَ اللَّهُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا اِلَّا بِالْحَقِّ وَاَجَلٍ مُّسَمًّى ۗ وَاِنَّ كَثِيْرًا
مِّنَ النَّاسِ بِاِلْقَائِ رَبِّهِمْ لَكٰفِرُوْنَ 8

Artinya: “Dan mengapa mereka tidak memikirkan tentang (kejadian) diri mereka? Allah tidak menjadikan langit dan bumi dan apa yang ada diantara keduanya melainkan dengan (tujuan) yang benar dan waktu yang ditentukan. Dan sesungguhnya kebanyakan di antara manusia benar-benar ingkar akan pertemuan dengan Tuhannya (8)” (QS. Ar-Rum, 30: 8)

Menurut tafsir yang disampaikan oleh Ibnu Katsir, ayat tersebut mengungkapkan bahwa Allah menciptakan alam beserta isinya dengan tujuan yang benar dan sampai waktu yang telah ditentukan yaitu hari kiamat. Sampai waktu tersebut, manusia diharuskan untuk memikirkan dirinya dengan baik serta apa yang harus diperbuat selama hidup di dunia. Jika ditarik kesimpulan, maka peran konsep diri dalam hal ini memiliki korelasi. Dengan konsep diri yang baik, individu menjadi mengetahui apa yang harus diperbuat bagi dirinya dan dapat memilih mana yang baik dan buruk untuk dirinya. Tentunya dalam islam, segala perbuatan yang dilakukan akan mendapatkan balasan. Sehingga perbuatan ini merupakan pilihan bagi masing-masing individu (Mustofa & Arisandi, 2021, p. 26-27). Berdasarkan ayat – ayat yang telah dijabarkan, maka memiliki konsep diri yang jelas merupakan hal yang penting bagi individu. Dengan konsep diri yang jelas, individu dapat menentukan arah tujuan dalam hidup yang akan ditempuh termasuk selektif dalam mengikuti *tren* dalam masyarakat.

C. Pengaruh *Self Concept* terhadap *Fear of Missing Out*

Kajian dalam penelitian ini berfokus pada pengaruh yang diberikan oleh pembentukan *self concept* terhadap tingkatan *FoMO* yang dimiliki oleh individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zahroh & Sholichah (2022) *self concept* memiliki kaitan dengan *FoMO*. Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara kedua variabel tersebut yang dimana semakin tinggi *self concept* yang dimiliki individu maka semakin rendah tingkatan *FoMO* dan begitu pula sebaliknya. Pada penelitian ini, pengaruh yang diberikan self

concept pada *FoMO* cukup kuat karena dengan individu memahami dirinya dengan baik maka tingkah laku yang dimunculkan akan menjadi berpengaruh di lingkungan sekitarnya. Sehingga individu dapat memilah *tren* yang dapat diikuti dan mencegah meningkatnya *FoMO* yang dimiliki.

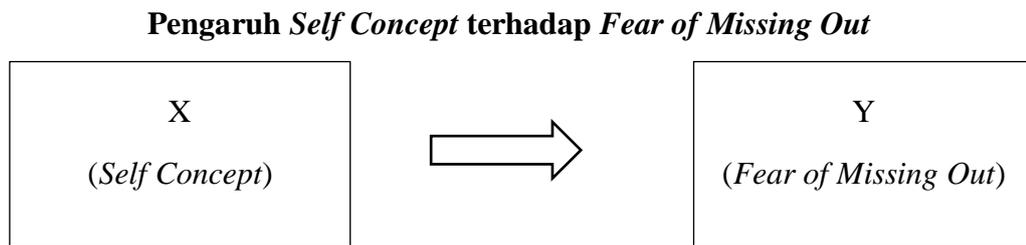
Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Imaddudin (2020) memiliki perbedaan dalam menunjukkan kaitan antara konsep diri dan *FoMO*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Imaddudin (2020) *FoMO* yang dirasakan memiliki dampak dalam pembentukan konsep diri individu. Hal ini disebabkan karena pada dasarnya manusia membentuk konsep diri berdasarkan apa yang disampaikan oleh orang lain maupun paparan dari lingkungan sekitar salah satunya adalah media sosial. Individu yang mengalami *FoMO* cenderung untuk menggunakan media sosial secara berlebihan. Paparan dari media sosial dapat membentuk konsep diri individu. Sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Przybylski, dkk (2013, p. 1845) bahwa tingkatan *FoMO* dapat mempengaruhi penggunaan sosial media yang tinggi. Penelitian oleh Imaddudin (2020) menyebutkan pembentukan konsep diri akibat dari *FoMO* tergantung dengan kepribadian dan cara pandang individu dalam menghadapinya. Individu yang ekstrovert ketika mengalami *FoMO* dapat disalurkan dengan mengikuti *tren* yang sedang berlangsung sehingga gelisah yang dialami menjadi tersalurkan melalui konten yang positif dan fokus untuk meningkatkan kualitas diri. Sedangankan individu yang *introvert* cenderung fokus pada dirinya sendiri sehingga individu saat mengalami *FoMO* lebih merasa malu dan minder dalam menyalurkan apa yang sedang *tren* saat itu. Dapat dikatakan bahwa pada penelitian ini seseorang yang awalnya memiliki konsep diri akhirnya dapat berubah karena adanya faktor lingkungan. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat dari Rogers (1978) bahwa struktur diri yang salah satunya adalah konsep diri dapat berkembang dan berubah seiring waktu tergantung interaksi individu dengan lingkungannya (Widiarti, 2017, p. 137).

Keterkaitan antara *self concept* dan *FoMO* terletak pada aspek yang dimiliki oleh *FoMO*. Menurut Przybylski, dkk (2013) aspek yang menyusun *FoMO* terdiri dari aspek *self* dan aspek *relatedness*. Aspek *self* berkaitan dengan

kompetensi dan *autonomy* individu dimana jika aspek self tidak terpenuhi, maka individu akan mencoba untuk tetap mendapatkan informasi dari orang lain melalui media sosial. Aspek *relatedness* berkaitan dengan hubungan individu dengan orang yang ada di sekitarnya. Jika aspek ini tidak terpenuhi maka individu akan merasa cemas dan khawatir jika dirinya tertinggal oleh orang lain. (Zahroh & Sholichah, 2022, p. 1104). Berdasarkan penjelasan tersebut maka *FoMO* dapat dipengaruhi oleh *self concept* yang dibentuk oleh individu. Hal ini dikarenakan salah satu aspek *FoMO* sendiri adalah *self*. Seperti yang telah dijelaskan oleh Baron & Byrne (2003) bahwa dalam *self* terdapat beberapa elemen penyusun salah satunya adalah *self concept*. Sehingga *self concept* memiliki kaitan untuk dapat mempengaruhi *FoMO*.

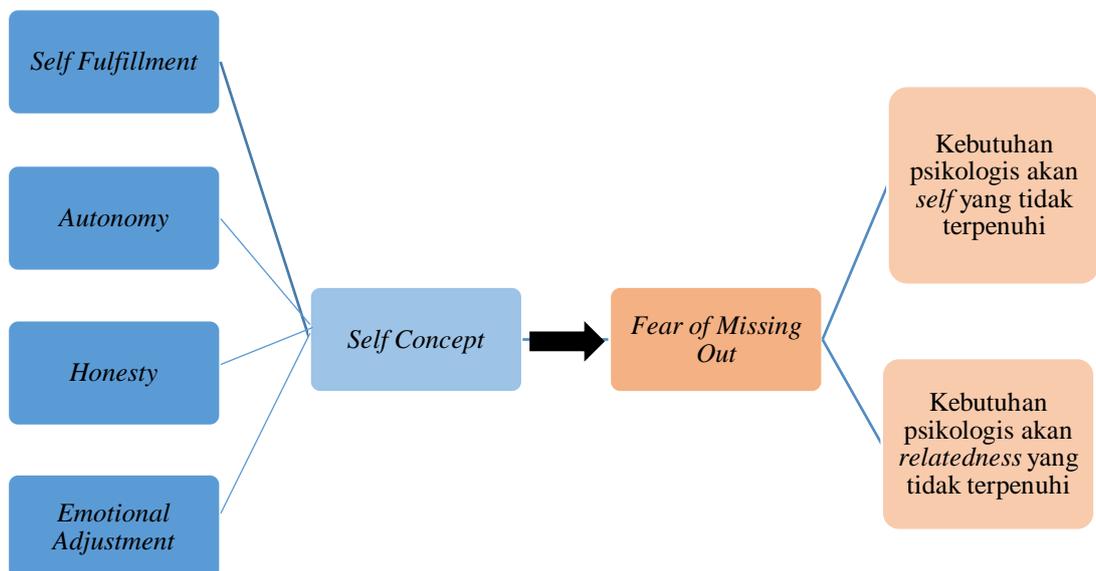
Menurut Callhoun & Acocella (1990) *self concept* terbagi menjadi 2 yaitu *self concept* positif dan *self concept* negatif (Yusuf, dkk, 2021, p. 1147). *Self concept* yang tinggi dapat mencegah seorang individu mengalami *FoMO*. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Yusuf, dkk (2021) bahwa seseorang yang memiliki konsep diri yang positif cenderung memiliki arah tujuan hidup yang jelas. Individu dengan konsep diri yang positif akan mengetahui kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya, serta mampu menghadapi kehidupan yang ada di sekitarnya. Dengan adanya konsep diri yang positif maka individu menjadi tidak mudah terbawa arus *tren* serta mengurangi rasa cemas yang muncul akibat tertinggal oleh orang lain.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa kaitan antara *self concept* dan *FoMO* adalah saling mempengaruhi. Namun pada penelitian yang dikaji, peneliti berfokus pada pengaruh yang diberikan *self concept* pada tingkatan *FoMO* individu. Sehingga dapat diasumsikan bahwa *self concept* memiliki pengaruh pada *FoMO* yang dimiliki mahasiswa di Kota Malang.



*Gambar 2.1 Pengaruh *Self Concept* terhadap *Fear of Missing Out**

D. Kerangka Konseptual



Gambar 2.2 Kerangka Konseptual

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis menurut Martono (2010) berasal dari kata *hypo* yang memiliki arti di bawah dan *thesa* yang berarti kebenaran. Menganut pada pengertian ini maka hipotesis merupakan jawaban sementara yang kebenarannya harus diuji terlebih dahulu untuk mendapatkan kebenaran dalam penelitian. Berdasarkan pemaparan sebelumnya maka dapat dirumuskan hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *self concept* dan *FoMO* pada mahasiswa yang ada di Kota Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Menurut Martono (2010) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan data berupa angka untuk dapat dianalisis dan dapat menemukan informasi terkait hal yang akan dianalisis. Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif sebagai solusi untuk mengemukakan hasil penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan atau pengaruh dari dua variabel yang akan diteliti.
2. Subjek yang diteliti merupakan subjek yang diambil secara random dan tidak memiliki hubungan dengan peneliti.

Sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Martono (2010) bahwa penggunaan penelitian kuantitatif dapat diterapkan pada penelitian yang memiliki tujuan untuk menemukan suatu hubungan atau pengaruh terjadinya gejala sosial dan berfokus pada faktor tertentu yang dapat mempengaruhi gejala tersebut.

Metode penelitian kuantitatif yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Menurut Martono (2010) penelitian survei merupakan penelitian yang dalam proses pengumpulan data subjek menggunakan kuesioner atau angket. Kuesioner maupun angket ini digunakan sebagai sumber data utama dan akan dianalisis untuk mendapatkan jawaban dari hasil penelitian.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Bungin (2006), kata variabel berasal dari Bahasa Inggris *variable* yang memiliki arti faktor tidak tepat atau dapat berubah-ubah. Berdasarkan arti kata ini kemudian dapat disampaikan bahwa variabel merupakan fenomena yang bervariasi baik dalam bentuk, kuantitas, maupun kualitas dari fenomena tersebut. Dalam penelitian ini terdapat dua macam variabel yang akan diteliti.

Dua variabel ini bertindak sebagai variabel bebas dan variabel terikat. Adapun identifikasi variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas

Menurut Bungin (2006), variabel bebas merupakan suatu variabel yang menentukan arah maupun perubahan pada variabel terikat. Variabel bebas disebut juga sebagai *independent variable*, karena sifatnya yang mempengaruhi variabel terikat. Pada penelitian ini variabel bebas merujuk pada variabel X yaitu *self concept* atau konsep diri.

2. Variabel terikat

Menurut Bungin (2006), variabel terikat merupakan variabel yang diberikan pengaruh oleh variabel bebas. Variabel terikat memiliki kata lain *dependent variable*, karena sifat variabel yang terkena pengaruh dari variabel lain. Pada penelitian ini variabel terikat merujuk pada variabel y yaitu *Fear of Missing Out*

C. Definisi Operasional

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *Fear of Missing Out* dan *self concept*. Adapun definisi operasional masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. *Fear of Missing Out*

Fear of Missing Out adalah perasaan takut dan gelisah yang dimiliki individu karena dirinya tidak dapat mengikuti apapun yang sedang terjadi di lingkungan sekitarnya. Ketertinggalan ini dapat berupa fenomena, momen, berita, maupun *tren* yang sedang hangat dibicarakan oleh orang lain. Aspek pada *FoMO* mengacu pada teori yang disampaikan oleh Przybylski, dkk (2013) yang terdiri dari 2 macam diantaranya adalah kebutuhan psikologis akan *self* yang tidak terpenuhi dan kebutuhan psikologis akan *relatedness* yang tidak terpenuhi.

2. *Self Concept*

Self Concept adalah pola pandangan yang dimiliki individu terkait hal – hal yang ada dalam dirinya baik itu berupa sifat, karakteristik, keyakinan, keadaan emosional, kemampuan maupun evaluasi terhadap dirinya yang berfungsi untuk mencirikan serta menggambarkan pribadi yang dimilikinya. Aspek dalam *self concept* mengacu pada teori yang disampaikan oleh Goni, dkk (2011) yang terdiri dari 4 macam yaitu *self fulfillment, autonomy, honesty, dan emotional adjustment*.

D. Populasi dan Sampel

Menurut Martono (2010) populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang ada di suatu wilayah dan memenuhi kriteria tertentu dalam suatu penelitian. Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa di salah satu universitas yang ada di Kota Malang yaitu UIN Malang. Sampel dapat diartikan sebagai sebagian anggota populasi yang dipilih peneliti untuk dapat mewakili populasi yang akan diteliti. Guna mencapai keefektifan dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti tidak memungkinkan untuk meninjau seluruh aktivitas yang dilakukan oleh populasi. Peneliti memilih sampel untuk diteliti agar lebih efisien dalam waktu, biaya, maupun tenaga yang dikeluarkan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *purposive cluster sampling*. Pemilihan teknik ini dilakukan karena objek yang akan diteliti sangat luas sehingga dipilih salah satu atau beberapa kelompok dalam sampel. Selain itu pada penentuan sampel yang akan diambil peneliti menetapkan kriteria calon subjek yang akan diteliti. Adapun kriteria subjek yang akan diteliti adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa angkatan 2021 pada Fakultas Syariah, Humaniora, dan Psikologi UIN Malang
2. Berjenis kelamin laki-laki atau perempuan

Alasan peneliti memilih mahasiswa angkatan 2021 di beberapa fakultas tersebut sebagai subjek pada penelitian ini berdasar pada survei awal yang disebar peneliti sebelum melanjutkan penelitian. Survei awal yang disebar pada beberapa mahasiswa menyatakan bahwa mayoritas responden yang

berindikasi mengalami *FoMO* terdapat pada mahasiswa Fakultas Syariah, Humaniora, dan Psikologi. Menurut pendapat dari Abel, dkk (2016) *FoMO* yang tinggi muncul pada seseorang yang memiliki umur dibawah 24 tahun. Rata-rata umur yang dimiliki mahasiswa angkatan 2021 UIN Malang berada pada rentang umur 18- 21 tahun. Berdasar temuan pada lapangan dan pendapat dari Abel, dkk (2016) ini yang menjadi dasar dalam pemilihan subjek pada penelitian ini.

Penentuan jumlah sampel yang akan diambil pada penelitian ini berdasar pada pendapat dari Masyhuri & Zainuddin (2008) yang menyatakan bahwa pengambilan jumlah sampel dapat ditentukan minimal 10% dari jumlah populasi yang telah ditentukan, namun dapat diambil sebesar 5% tergantung pada jumlah populasi yang ada. Peneliti memutuskan untuk mengambil 10% dari jumlah total populasi yang ada. Berikut ini merupakan jumlah populasi yang telah dipilih peneliti:

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Subjek

Fakultas	Angkatan 2021
Fakultas Humaniora	
Bahasa dan Sastra Arab	172
Sastra Inggris	204
Fakultas Syariah	
Hukum Ekonomi Syariah	173
Hukum Keluarga Islam	195
Hukum Tata Negara	93
Ilmu Alqur'an dan Tafsir	91
Fakultas Psikologi	
Psikologi	252

Sumber: BAK UIN Malang

Penggunaan metode *cluster sampling* dalam menentukan sampel menghasilkan peneliti memilih 1 jurusan pada masing-masing fakultas. Ketiga jurusan tersebut adalah Sastra Inggris, Hukum Ekonomi Syariah, dan Psikologi dengan jumlah populasi sebanyak 629 mahasiswa. Jumlah populasi

kemudian diambil 10% dan menghasilkan sampel sebanyak 63 orang. Sampel kemudian dibagi menjadi 3 untuk menentukan jumlah subjek yang akan diambil pada masing-masing fakultas dan menghasilkan sebanyak minimal 21 orang.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan dalam mengukur suatu konstruk yang akan diteliti. Disampaikan oleh Bungin (2006) instrumen merupakan suatu perangkat lunak dari keseluruhan proses pengumpulan data penelitian di lapangan. Instrumen berperan penting dalam suatu penelitian karena instrumen merupakan suatu perwakilan dari peneliti ketika terjun di lapangan untuk pengumpulan data (Bungin, 2006). Penelitian ini menggunakan 2 skala untuk mengukur variabel yang akan diteliti. Skala tersebut adalah skala *Fear of Missing Out Scale* dan skala *Personal Self Concept Questionnaire*. Kedua skala yang digunakan tersebut merupakan bentuk adaptasi dari skala yang sudah tersedia sebelumnya dan telah melalui proses translasi serta penilaian oleh beberapa *expert* pada bidangnya.

1. Skala *Fear of Missing Out Scale*

Skala *FOMOS* atau *Fear of Missing Out Scale* merupakan skala yang diciptakan oleh Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell pada tahun 2013. Skala ini memiliki 10 butir item dan menggunakan skala likert. Skala ini mengukur terkait tingkatan seorang individu merasa takut akan kehilangan suatu momen yang sedang berjalan saat itu. Terdapat 5 pilihan jawaban pada skala ini yaitu sangat tidak setuju, sedikit setuju, cukup setuju, setuju, dan sangat setuju dengan masing-masing memiliki nilai 1 (sangat tidak setuju), 2 (sedikit setuju), 3 (cukup setuju), 4 (setuju), dan 5 (sangat setuju). Hal ini menandakan bahwa semakin besar angka yang didapat pada suatu individu maka semakin tinggi tingkatan *FoMO* yang dimilikinya. Penelitian ini hanya menggunakan 4 macam pilihan jawaban yang terdiri dari sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), dan sangat setuju (5). Hal ini bertujuan untuk menghindari kebingungan atau

bias dalam menjawab. Skala ini dapat mengukur tingkatan skala yang dimiliki individu pada kategori rendah, sedang, atau tinggi. Adapun blueprint skala ini tertera sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Fear of Missing Out

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			Favo	Unfavo	
1.	Kebutuhan psikologis akan <i>self</i> yang tidak terpenuhi	Menghabiskan waktu untuk mencari tahu kegiatan orang lain di sosial media dan selalu update dengan apa yang ada di media sosial.	1, 2, 7, 8	-	4
2.	Kebutuhan psikologis akan <i>relatedness</i> yang tidak terpenuhi	Merasa takut dan cemas jika tidak dapat terhubung dengan orang lain.	3, 4, 5, 6, 9, 10	-	6
Total			10	0	10

2. Skala *Personal Self Concept Quistionaire*

Skala konsep diri yang digunakan oleh peneliti merupakan skala yang dibuat oleh Goni, E., Madariaga, J.M., Axpe, I., & Goni, A. pada tahun 2019. Skala konsep diri ini terdiri dari 18 item yang memuat aspek-aspek konsep diri dari Goni, dkk (2019). Skala ini menggunakan model skala likert dengan 5 pilihan jawaban yang terdiri dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju, namun peneliti hanya menggunakan 4 macam pilihan jawaban yang terdiri dari sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Skala ini terdiri dari beberapa item *favorable* dan item *unfavourable*. Penilaian untuk item *favorable*, skor yang diberikan pada masing-masing jawaban dimulai dari 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Sedangkan untuk item *unfavourable* skor yang diberikan dimulai dari 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (tidak setuju), dan 4 (sangat tidak setuju). Terdapat 9 item *favorable* dan

9 item *unfavourable* pada skala ini. Adapun *blueprint* skala ini tertera sebagai berikut:

Tabel 3. 3 *Blueprint Skala Self Concept*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
1	<i>Self fulfillment</i>	Individu dapat mencapai tujuan serta target yang telah ditentukan, merasa terpenuhi, dan dapat mengatasi tantangan yang ada	1, 3, 11, 13, 16	7	6
2	<i>Autonomy</i>	Individu merasa mandiri dan memiliki perbedaan dengan orang lain, tidak dikuasai oleh orang lain, dan tidak bergantung pada orang lain	-	5, 9, 12, 14	4
3	<i>Honesty</i>	Konsisten dengan apa yang diperbuat, tidak merugikan orang lain, merasa terhormat dan berharga bagi orang lain	4, 8, 18	-	3
4	<i>Emotional adjustment</i>	Memiliki keseimbangan emosional, peka terhadap segala sesuatu	15	2, 6, 10, 17	5
Total			9	9	18

F. Validitas dan Reliabilitas

Suatu alat ukur yang telah dianggap teruji valid dan ketepatan yang tinggi, tidak menutup kemungkinan bahwa alat ukur tersebut jika digunakan di populasi yang berbeda akan menghasilkan ukuran yang sama (Anshori & Iswati, 2009, p. 73). Maka dari itu diperlukan pengujian validitas dan reliabilitas pada alat ukur tersebut untuk mengetahui ketepatan dalam mengukur variabel yang akan diteliti jika diterapkan pada populasi penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Syariah, Humanioran, dan Psikologi UIN Malang.

1. Validitas Alat Ukur

Validitas dapat diartikan dengan ketepatan dalam mengukur variabel tertentu. Sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Anshori & Iswati (2009, p. 83) validitas berkaitan dengan persoalan, apakah kita benar – benar mengukur apa yang kita pikirkan sedang kita ukur. Alat ukur yang valid dicirikan dengan kesesuaian dalam mengukur apa yang akan diteliti. Melalui alat ukur yang valid, maka data yang diperoleh akan dapat mengungkap variabel secara tepat. Pada penelitian ini, uji validitas yang dilakukan menggunakan bantuan *software* IBM SPSS Statistics 22 dengan rumus korelasi *pearson product moment*. Suatu alat ukur dikatakan valid, jika antar item memiliki r hitung $> r$ tabel atau skor sig $< 0,05$ r. Selain itu uji validitas dapat diketahui melalui nilai *corrected item- total correlation*, jika nilai *corrected item – total correlation* $> 0,3$ (Sugiyono, 2013) untuk skala *FoMO* dan nilai *corrected item-total correlation* $> 0,2$ (Sufren & Natanael dalam Sama, 2014) untuk skala *self concept* maka item dinyatakan valid.

a. Skala *Fear of Missing Out*

Tabel 3.4 Item Valid Skala *Fear of Missing Out*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			Valid	Tidak Valid	
1	Kebutuhan psikologis akan <i>self</i> yang tidak terpenuhi	Menghabiskan waktu untuk mencari tahu kegiatan orang lain di sosial media dan selalu update dengan apa yang ada di media sosial.	1, 2,	7, 8	4
2	Kebutuhan psikologis akan <i>relatedness</i> yang tidak terpenuhi	Merasa takut dan cemas jika tidak dapat terhubung dengan orang lain.	3, 4, 9, 10	5, 6	6
Total			6	4	10

Setelah dilakukan uji validitas pada skala *FoMO*, diketahui terdapat beberapa item yang gugur dan terbukti tidak valid. Peneliti memutuskan untuk menggunakan 6 item yang telah teruji valid.

b. Skala *Personal Self Concept Questionnaire*

Tabel 3.5 Item Valid pada Skala Self Concept

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Valid
			Valid	Tidak Valid	
1	<i>Self fulfillment</i>	Individu dapat mencapai tujuan serta target yang telah ditentukan, merasa terpenuhi, dan dapat mengatasi tantangan yang ada	1, 3, 11, 16	7, 13	6
2	<i>Autonomy</i>	Individu merasa mandiri dan memiliki perbedaan dengan orang lain, tidak dikuasai oleh orang lain, dan tidak bergantung pada orang lain	9, 12, 14	5	4
3	<i>Honesty</i>	Konsisten dengan apa yang diperbuat, tidak merugikan orang lain, merasa terhormat dan berharga bagi orang lain	8, 18	4	3
4	<i>Emotional adjustment</i>	Memiliki keseimbangan emosional, peka terhadap segala sesuatu	2, 15, 17	6, 10	5
Total			12	6	18

Skala PSC-Q menggunakan dasar pengambilan keputusan nilai *corrected item-total correlation* > 0,2 untuk item valid. Hal ini disebabkan karena jika item pada skala PSC-Q ditetapkan pada nilai > 0,3 maka terdapat aspek dalam *self concept* yang tidak terwakili. Setelah dilakukan uji validitas pada skala PSC-Q, terdapat 6 item yang tidak valid. Peneliti memutuskan untuk menggugurkan item tersebut dan hanya menggunakan 12 item pada skala PSC-Q.

2. Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan dengan suatu instrumen dalam mengumpulkan data cukup dapat dipercaya. Suatu alat ukur dapat dikatakan *reliabel* jika digunakan beberapa kali pada subjek yang sama maka hasil data yang didapat juga akan sama (Anshori & Iswati, 2009, p. 75). Penelitian ini menggunakan bantuan *software* IBM SPSS Statistics 22 untuk menguji reliabilitas alat ukur dengan menggunakan rumus *Alpha*. Suatu item dapat dikatakan *reliabel* jika nilai *cronbach's alpha* $> 0,60$.

a. Skala *Fear of Missing Out*

Tabel 3.6 Nilai reliabel pada Skala *Fear of Missing Out*

Nilai <i>Cronbach's Alpha</i> (Sebelum item gugur)	Keterangan	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i> (Setelah item gugur)	Keterangan
0,680	Reliabel	0,703	Reliabel

Skala *FoMO* telah terbukti reliabel pada seluruh item dengan nilai *cronbach's alpha* 0,680. Namun ditinjau dari *corrected item-total correlation* terdapat beberapa item yang tidak memenuhi syarat yaitu $< 0,3$. Sehingga item tersebut digugurkan dan menghasilkan nilai total *cronbach's alpha* akhir yang lebih tinggi sebesar 0,703. Peneliti memutuskan untuk menggunakan 6 item pada skala ini.

b. Skala *Personal Self Concept Questionnaire*

Tabel 3.7 Nilai reliabel pada Skala *Self Concept*

Nilai <i>Cronbach's Alpha</i> (Sebelum item gugur)	Keterangan	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i> (Setelah item gugur)	Keterangan
0,706	Reliabel	0,749	Reliabel

Pengujian reliabilitas pada skala PSC-Q menunjukkan bahwa seluruh item pada skala ini reliabel dengan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,706. Nilai ini menandakan bahwa seluruh item pada skala PSC-Q cukup reliabel. Ditinjau dari nilai *corrected item-total correlation* pada masing-masing item, terdapat beberapa item yang tidak

memenuhi syarat yaitu $< 0,2$. Item tersebut kemudian digugurkan dan peneliti menggunakan 12 item pada alat ukur ini. Hasil nilai *cronbach's alpha* pada 12 item sebesar 0,749

G. Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul akan dianalisis untuk mengetahui hasil dari suatu penelitian. Pada penelitian ini akan menggunakan bantuan aplikasi SPSS untuk menganalisa data yang terkumpul. Alasan peneliti menggunakan SPSS dalam menganalisis data yaitu memudahkan proses analisis data yang telah terkumpul. Teknik analisis data yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu teknik statistik inferensial. Disampaikan oleh Bungin (2006) teknik statistik inferensial digunakan untuk menguji suatu hipotesis yang dibangun. Selain itu masalah yang dihadapi untuk dianalisis menggunakan teknik ini adalah masalah perbedaan, masalah hubungan, dan masalah korelasional. Hal ini sejalan dengan topik yang akan diangkat oleh peneliti yang membahas terkait korelasi antar dua variabel yang diteliti.

Adapun metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini diantaranya adalah:

1. Melakukan kategorisasi

Seperti yang telah dirumuskan pada rumusan masalah, penelitian ini mengkaji terkait tingkatan *FoMO* dan *self concept* yang dimiliki mahasiswa di Kota Malang. Untuk itu peneliti melaksanakan kategorisasi untuk dapat menjawab rumusan permasalahan tersebut. Disampaikan oleh Azwar (1993) kategorisasi merupakan suatu langkah pemberian label pada skor data subjek yang telah terkumpul. Pada kategorisasi data, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan, diantaranya adalah:

a. Menentukan Skor Maksimal dan Skor Minimal

1) *Fear of Missing Out*

Pada skala *Fear of Missing Out*, terdapat 4 skor yang diberikan pada masing-masing jawaban. Untuk skala *FoMO* skor minimal adalah 1 dan skor maksimal adalah 4.

X_{maks} = skor maksimal x jumlah item

$$= 4 \times 6$$

$$= 24$$

X_{min} = skor minimal x jumlah item

$$= 1 \times 6$$

$$= 6$$

2) *Self Concept*

Pada skala *self concept*, terdapat 4 skor yang diberikan pada masing-masing jawaban. Pada skala *self concept* skor minimal adalah 1 dan skor maksimal adalah 4 untuk item *favorable* dan *unfavorabel*.

X_{maks} = skor maksimal x jumlah item

$$= 4 \times 12$$

$$= 48$$

X_{min} = skor minimal x jumlah item

$$= 1 \times 12$$

$$= 12$$

b. Menentukan Mean Hipotetik

Mean hipotetik dapat diartikan sebagai nilai tengah yang diperoleh dari item soal pada skala. Rumus yang digunakan untuk mencari mean hipotetik adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{1}{2} (X_{max} + X_{min})$$

1) *Fear of Missing Out*

$$M = \frac{1}{2} (24 + 6)$$

$$= \frac{1}{2} \times 30$$

$$= 15$$

2) *Self Concept*

$$M = \frac{1}{2} (48 + 12)$$

$$= \frac{1}{2} \times 60$$

$$= 30$$

c. Menentukan Standar Deviasi

Rumus yang digunakan dalam menentukan standar deviasi adalah:

$$SD = 1/6 (X_{max} - X_{min})$$

1) *Fear of Missing Out*

$$\begin{aligned} SD &= 1/6 (24 - 6) \\ &= 1/6 \times 18 \\ &= 3 \end{aligned}$$

2) *Self Concept*

$$\begin{aligned} SD &= 1/6 (48 - 12) \\ &= 1/6 \times 36 \\ &= 6 \end{aligned}$$

d. Melakukan kategorisasi

Menurut Azwar (1993), kategorisasi dapat terbagi menjadi beberapa jenjang tergantung dengan kategori yang akan dibuat. Pada penelitian ini, peneliti akan membuat 3 kategori yang terdiri dari rendah, sedang, dan tinggi untuk mengukur tingkatan *FoMO* dan *self concept* pada mahasiswa. Adapun norma kategorisasi tertera sebagai berikut:

1) Kategorisasi 3 jenjang

Tabel 3.8 Norma Kategorisasi 3 Jenjang

Rumus	Kategori
$X \leq (M - 1 SD)$	Rendah
$(M - 1 SD) < X \leq (M + 1 SD)$	Sedang
$X > (M + 1 SD)$	Tinggi

2. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data dalam penelitian ini terdistribusi normal atau tidak. Dapat dikatakan normal jika nilai signifikansi (sig) $> 0,05$ dan dikatakan tidak terdistribusi normal jika nilai signifikansi (sig) $< 0,05$.

3. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki tujuan untuk mengetahui variabel yang diteliti memiliki hubungan yang linier atau tidak (Setiawan & Yosepha, 2020,

p. 4). Uji ini merupakan salah satu syarat untuk uji hipotesis selanjutnya. Variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier jika memiliki nilai probabilitas $> 0,05$ dan dikatakan tidak memiliki hubungan yang linier jika nilai probabilitas $< 0,05$.

4. Uji Korelasi *Product Momen*

Uji korelasi merupakan suatu teknik yang menampilkan kuatnya hubungan dan arah hubungan antar variabel yang diteliti (Anshori & Iswati, 2009, p. 124). Kekuatan hubungan antar variabel ditentukan berdasarkan koefisien korelasi. Sedangkan arah hubungan dinyatakan dalam bentuk positif dan negatif. Hubungan antar variabel kuat jika memiliki koefisien korelasi 1 atau -1. Sedangkan hubungan antar variabel lemah jika memiliki koefisien korelasi 0. Pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product momen* atau *pearson* karena data pada kedua variabel berbentuk interval dan berasal dari sumber yang sama yaitu mahasiswa di UIN Malang.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan di salah satu universitas islam yang ada di Kota Malang yaitu Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang atau biasa disingkat UIN Maliki Malang saat ini memiliki 3 kampus namun peneliti memilih kampus 1 untuk ditetapkan sebagai lokasi penelitian. Kampus 1 UIN Maliki Malang berlokasi di Jalan Gajayana nomor 50, Dinoyo, Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Berada dibawah naungan Kementerian Agama Republik Indonesia, UIN Malang mencetak generasi berkarakter ulul albab dan dapat mengimplikasikan disiplin ilmu yang ditekuni dengan kajian islam. Kampus 1 UIN Maliki Malang saat ini memiliki 6 fakultas yang diantaranya adalah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Fakultas Syari'ah, Fakultas Humaniora, Fakultas Ekonomi, Fakultas Psikologi, dan Fakultas Sains dan Teknologi.

2. Waktu dan Tempat

Proses pengambilan data subjek dilakukan pada tanggal 28 Februari – 1 Maret 2023. Tempat pengambilan data subjek dilakukan di salah satu kelas pada masing-masing fakultas yang telah ditetapkan peneliti dalam pemilihan subjek. Pengambilan data pada mahasiswa Fakultas Syariah dilaksanakan pada ruang kelas D. 103. Mahasiswa Fakultas Psikologi dilaksanakan pada ruang kelas D. 219. Mahasiswa Fakultas Humaniora dilaksanakan pada ruang kelas H.202. Proses pelaksanaan penelitian berjalan dengan lancar dan tidak terkendala apapun. Penyebaran kuisisioner dilakukan melalui bantuan *google form* untuk mempermudah dalam pengumpulan serta pengolahan data yang telah diperoleh.

3. Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan 88 subjek dan terbagi menjadi 3 kelas yang dapat mewakili fakultas terpilih di UIN Malang. Peneliti memilih secara acak kelas yang akan digunakan pada penelitian ini dengan sebaran data sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Data Demografi Subjek

Umur	Gender (Berdasarkan Fakultas)						Total
	Fakultas Syariah		Fakultas Psikologi		Fakultas Humaniora		
	L	P	L	P	L	P	
18	0	2	1	3	0	0	6
19	5	8	2	13	3	9	40
20	9	5	1	7	2	9	33
21	2	0	0	1	2	1	6
22	0	0	0	1	0	1	2
23	1	0	0	0	0	0	1
Total	17	15	4	25	7	20	88

Keterangan: L (Laki-laki), P (Perempuan)

B. Hasil

1. Kategorisasi Data

Kategorisasi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkatan *FoMO* dan *self concept* yang dimiliki oleh subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Syariah, Psikologi, dan Humaniora. Proses kategorisasi mengacu pada norma yang terbagi menjadi 3 tingkatan yaitu rendah, sedang, dan tinggi,

a. Kategorisasi *Fear of Missing Out*

Tabel 4. 2 Tingkatan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	21	23,9%
Sedang	60	68,2%
Tinggi	7	8,0%
Total	88	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa mayoritas mahasiswa di Kota Malang memiliki *Fear of Missing Out* pada tingkatan sedang dengan persentase sebesar 68,2%. Persentase tertinggi kedua diduduki oleh *Fear of Missing Out* pada tingkatan rendah dengan persentase sebesar 23,9% dan persentase terendah diduduki oleh *Fear of Missing Out* pada tingkatan tinggi yaitu sebesar 8%.

b. Kategorisasi *Self Concept*

Tabel 4. 3 Tingkatan *Self Concept* pada Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	2	2,3%
Sedang	67	76,1%
Tinggi	19	21,6%
Total	88	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa mayoritas mahasiswa di Kota Malang memiliki kondisi konsep diri pada tingkatan sedang dengan persentase sebesar 76,1% yaitu 67 orang. Selanjutnya pada kondisi konsep diri mahasiswa yang tinggi memiliki persentase sebesar 21,6% dengan frekuensi sebanyak 19 orang. Pada konsep diri yang rendah memiliki persentase sebesar 2,3% dengan frekuensi sebanyak 2 orang.

2. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan Kolmogorov-Smirnov untuk menguji data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Suatu data dapat dikatakan normal jika nilai signifikansi $> 0,05$.

Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Nilai Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i> dan <i>Self Concept</i>	0,200	Normal

Berdasarkan tabel yang sudah disebutkan menunjukkan bahwa nilai signifikansi data skala tersebut berada pada nilai 0,200. Nilai ini terbukti $> 0,05$ sehingga data pada kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

3. Uji Linieritas

Tujuan dari dilakukannya uji linieritas adalah untuk menguji apakah terdapat hubungan linier antar kedua variabel yang diteliti. Dikatakan memiliki hubungan linier jika nilai probabilitas antar kedua variabel sebesar $> 0,05$.

Tabel 4. 5 Hasil Uji Linieritas Data

Variabel	Deviation From Linearity	Keterangan
<i>Self Concept dan Fear of Missing Out</i>	0,690	Linier

Berdasarkan tabel yang sudah disebutkan menunjukkan bahwa nilai probabilitas kedua variabel berada pada nilai 0,690. Nilai ini menunjukkan $> 0,05$ sehingga dapat dibuktikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

4. Uji Korelasi Product Moment

Uji korelasi pada penelitian ini menggunakan *product moment* atau *pearson*. Tujuan dari uji ini untuk mengetahui hubungan yang ditampilkan antara kedua variabel penelitian.

Tabel 4. 6 Hasil Uji Korelasi Product Moment

Skala	Pearson Correlation	Sig (1-tailed)	Keterangan
<i>Fear of Missing Out dan Self Concept</i>	-0,197	0,033	Terdapat hubungan

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi kedua variabel berada pada angka 0,033 dimana nilai ini $< 0,05$. Nilai signifikansi

ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan pada kedua variabel. Arah hubungan kedua variabel ditunjukkan melalui nilai *pearson correlation* yaitu -0,197 yang berarti arah hubungan kedua variabel merupakan hubungan negatif dengan korelasi yang lemah.

5. Uji Tambahan

a. Pengaruh Gender pada Variabel

1) *Fear of Missing Out*

Tabel 4. 7 Pengaruh Gender pada *FoMO*

Gender	N	Mean	Nilai Sig
Laki – Laki	28	14,39	0,895
Perempuan	60	14,48	

Berdasarkan tabel yang tertera menunjukkan bahwa nilai sig. pengaruh gender pada variabel *FoMO* sebesar $0,895 > 0,05$. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam pengalaman *FoMO*. Selain itu nilai mean yang dimiliki memiliki sedikit perbedaan dimana laki-laki menunjukkan nilai 14,39 sedangkan perempuan pada nilai 14,48.

2) *Self Concept*

Tabel 4. 8 Pengaruh Gender pada *Self Concept*

Gender	N	Mean	Nilai Sig
Laki – Laki	28	33,43	0,892
Perempuan	60	33,57	

Berdasarkan tabel yang tertera menunjukkan bahwa nilai sig. pengaruh gender pada variabel *self concept* sebesar $0,892 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara gender dengan konsep diri pada individu. Nilai mean yang dimiliki memiliki sedikit perbedaan dengan nilai mean laki-laki sebesar 33,43 dan perempuan sebesar 33,57.

b. Aspek Dominan dalam Variabel

Penelitian ini mencoba menguji aspek yang paling dominan pada kedua variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan menggunakan uji regresi linier berganda. Penentuan aspek paling dominan dilakukan dengan membandingkan koefisien regresi yang terstandarisasi (beta). Nilai koefisien regresi yang paling besar menunjukkan bahwa aspek tersebut adalah aspek yang dominan.

1) *Fear of Missing Out*

Variabel *fear of missing out* memiliki 2 aspek diantaranya adalah tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self* dan *relatedness*. Berikut tabel koefisien regresi aspek dalam *FoMO*

Tabel 4. 9 Aspek Dominan pada *FoMO*

Urutan	Aspek	Koefisien Beta (Standardized)
1	Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	0,694
2	Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>self</i>	0,500

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek yang memiliki koefisien beta paling besar terletak pada aspek tidak terpenuhinya kebutuhan akan *relatedness* dengan nilai beta sebesar 0,694

2) *Self Concept*

Variabel *self concept* memiliki 4 aspek diantaranya adalah *self fulfillment*, *autonomy*, *honesty*, dan *emotional adjustment*. Berikut tabel koefisien regresi aspek dalam *self concept*:

Tabel 4. 10 Aspek Dominan pada *Self Concept*

Urutan	Aspek	Koefisien Beta (Standardized)
1	<i>Self fulfillment</i>	0,514
2	<i>Autonomy</i>	0,397
3	<i>Emotional Adjustment</i>	0,329
4	<i>Honesty</i>	0,227

Berdasarkan tabel koefisien tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek yang memiliki koefisien regresi beta paling besar terletak pada aspek *self fulfillment* dengan nilai beta sebesar 0,514.

c. Uji Sumbangan Efektif Variabel *Self Concept* pada *Fear of Missing Out*

Penelitian ini menguji sumbangan efektif aspek dalam *self concept* pada variabel *fear of missing out*, Uji yang dilakukan adalah menggunakan uji regresi linier berganda. Suatu aspek dapat dikatakan memiliki pengaruh jika nilai sig < 0,05

Tabel 4. 11 Pengaruh Aspek Self Concept pada FoMO

Pengaruh Aspek pada FoMO	Nilai Sig	Keterangan
<i>Autonomy</i>	0,027	Signifikan
<i>Emotional adjustment</i>	0,086	Tidak signifikan
<i>Honesty</i>	0,307	Tidak signifikan
<i>Self fulfillment</i>	0,661	Tidak signifikan

Berdasarkan tabel diatas nilai sig pada aspek *autonomy* adalah 0,027 < 0,05. Sementara nilai sig pada aspek lain > 0,05. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa aspek *autonomy* memiliki pengaruh yang signifikan pada variabel *FoMO*.

C. Pembahasan

1. Tingkatan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa di Kota Malang

Fenomena *fear of missing out* dapat didefinisikan sebagai suatu fenomena sosial yang muncul karena adanya perkembangan teknologi serta kehidupan dunia digital yang saat ini berdampak dengan manusia. *Fear of Missing Out* atau biasa disingkat *FoMO* merupakan perasaan yang muncul pada individu ketika dirinya tertinggal atau kehilangan momen yang dimiliki oleh orang lain. Penelitian ini diawali dengan melaksanakan survei awal terkait hal yang dirasakan individu saat dirinya dihadapkan

tren yang sedang berkembang di sekitarnya. Hasil dari survei tersebut menjelaskan terdapat beberapa mahasiswa merasa takut, khawatir, dan cemas saat dirinya tidak bisa mengikuti *tren* tersebut. Hasil tersebut menandakan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan *fear of missing out*. Hal ini diperkuat pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa tingkatan *fear of missing out* pada mahasiswa di Kota Malang khususnya pada mahasiswa UIN Malang memiliki tingkatan yang bervariasi. Terdapat 3 kategorisasi dalam menentukan tingkatan *FoMO* yaitu rendah, sedang, tinggi. Tingkatan *FoMO* pada mahasiswa mayoritas terletak pada tingkatan sedang dengan jumlah persentase sebesar 68,2% disusul dengan tingkatan rendah sebesar 23,9% dan tingkatan yang paling akhir yaitu tinggi sebesar 8%. Sebanyak 67 orang dari total keseluruhan subjek menempati urutan *fear of missing out* pada tingkatan sedang dan dilanjutkan oleh 21 orang mengalami *Fear of missing out* pada tingkatan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sekitar 76% mahasiswa mengalami kecenderungan *fear of missing out* pada *trend* yang sedang berlangsung di lingkungan sekitar individu tersebut. Mahasiswa yang mengalami kecenderungan *FoMO* ditandai dengan ketakutan, kekhawatiran, dan gelisah saat dirinya tidak dapat mengikuti momen yang sedang berlangsung di sekitarnya. Mahasiswa akan memunculkan keinginannya untuk melakukan sesuatu yaitu dengan mengikuti *tren* yang sedang berlangsung. Tingginya tingkatan *fear of missing out* yang dimiliki individu dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang telah disampaikan oleh Przybylski, dkk. (2013) yaitu faktor demografis, kebutuhan kepuasan, kesejahteraan psikologis, dan keterlibatan media sosial.

Kedudukan tingkatan *fear of missing out* yang sedang mengarah ke tinggi salah satunya dipengaruhi oleh faktor demografis yaitu usia dan jenis kelamin. Berdasarkan hasil uji analisis deskriptif yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan lebih rentan mengalami *FoMO* daripada mahasiswa laki-laki. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahroh &

Sholichah (2022) bahwa tingkatan *FoMO* pada mahasiswa laki-laki lebih rendah daripada mahasiswa perempuan. Meskipun hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian oleh Przybylski, dkk (2013) yang menyatakan bahwa laki-laki lebih mengalami *FoMO* dibanding perempuan namun banyak penelitian lain yang menyatakan bahwa tingkatan *FoMO* lebih tinggi dialami oleh perempuan. Lebih lanjut, peneliti mencoba melakukan uji pengaruh jenis kelamin pada variabel *FoMO* dan menghasilkan bahwa peran jenis kelamin kurang berpengaruh pada tingkatan *FoMO* yang dimiliki. Hasil uji menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Hasil ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Abel, dkk (2016) bahwa gender tidak signifikan dalam mempengaruhi *FoMO* yang dimiliki individu. Penelitian lain yang dilaksanakan oleh Suhartina, dkk (2022) menunjukkan bahwa antara kedua gender memiliki kondisi yang sama dalam *FoMO*.

Usia yang dimiliki terbilang dapat mempengaruhi tinggi atau rendahnya tingkatan *FoMO* yang dimiliki mahasiswa. Pada sebaran data hasil penelitian, responden yang berpartisipasi berkisar pada usia 18-23 tahun diikuti jumlah frekuensi usia terbanyak jatuh pada umur 19-20 tahun dengan total sejumlah 73 orang. Penelitian ini menghasilkan tingkatan *FoMO* sedang diperoleh pada subjek dengan usia 19 tahun. *FoMO* pada tingkatan tinggi diperoleh pada subjek dengan usia 20 tahun. Hasil ini didukung penelitian lain yang dilakukan oleh Przybylski, dkk (2013) dimana pada penelitian tersebut mengungkapkan bahwa seseorang yang lebih muda cenderung mengalami *FoMO* yang lebih tinggi. Selain penelitian yang dilakukan oleh Przybylski, dkk (2013) terdapat penelitian yang dilakukan oleh Abel & Buff (2016) menyebutkan bahwa usia memiliki pengaruh dalam tingkatan *FoMO* yang dimiliki individu. Semakin tinggi usia yang dimiliki, maka tingkatan *FoMO* semakin rendah. Individu yang lebih muda cenderung memiliki skor *FoMO* yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan usia tua.

Kondisi *FoMO* ditinjau dari fakultas pada urutan pertama dialami pada mahasiswa Fakultas Syariah dengan persentase sebesar 21,6% untuk tingkatan sedang dan 5,7% untuk tingkatan tinggi. Kondisi *FoMO* pada urutan kedua dialami pada mahasiswa psikologi dengan persentase 22,7% untuk tingkatan sedang dan 2,3% untuk tingkatan tinggi. Urutan terakhir dialami pada mahasiswa Fakultas Humaniora dengan persentase 23,9% untuk tingkatan sedang. Hal ini disebabkan karena pada responden Fakultas Syari'ah mayoritas tingkatan *FoMO* yang tinggi dialami oleh mahasiswa dengan gender laki-laki. Sejalan dengan yang disampaikan oleh Przybylski, dkk (2013) salah satu penyebab nilai *FoMO* pada laki-laki lebih tinggi dapat disebabkan karena adanya keterlibatan media sosial yang dalam penelitian ini tidak dikaji lebih lanjut. Penelitian yang dilakukan oleh Vonna (2022) menyatakan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mempengaruhi tingkat *FoMO*. Lebih lanjut Shodiq (2020) mengungkapkan bahwa laki-laki cenderung memiliki banyak waktu luang dalam penggunaan media sosial dibanding perempuan sehingga tingkat *FoMO* yang dialami laki-laki cenderung lebih tinggi (Vonna, 2022, p. 50). Selain keterlibatan media sosial, laki-laki cenderung mengikuti apa yang terjadi di luar sana berdasarkan komunitasnya sehingga memunculkan sikap kompetitif untuk mengimbangi apa yang dilakukan oleh orang lain khususnya pada kelompok yang diikutinya. (Komala, dkk, 2022, p. 7). Penelitian ini menguji terkait pengaruh gender pada tingkatan *FoMO*. Hasil menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara gender dengan kepemilikan *FoMO*. Namun jika ditinjau berdasarkan nilai mean yang dimiliki, gender perempuan memiliki nilai mean yang sedikit lebih tinggi dibanding dengan nilai mean pada gender laki-laki. Hal ini dapat disebabkan oleh sifat yang dimiliki perempuan bahwa dirinya lebih mengutamakan popularitas dan keadaan fisik, sehingga *FoMO* rentan dialami oleh perempuan (Pudjijogyanti, 1993). Sejalan dengan uji yang dilakukan oleh peneliti terkait aspek dominan dalam variabel *FoMO* menunjukkan bahwa aspek tidak terpenuhinya

kebutuhan psikologis akan *relatedness* memiliki pengaruh yang besar dalam pembentukan *FoMO*. Sehingga nilai mean yang dimiliki gender perempuan lebih besar daripada laki-laki karena perempuan cenderung untuk mengutamakan popularitas dalam menjalin hubungan dengan orang lain.

Mahasiswa yang memiliki nilai skor *FoMO* sedang atau tinggi menunjukkan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk selalu mengikuti apa yang sedang terjadi di lingkungan sekitarnya dan merasa cemas maupun khawatir jika dirinya tidak berada di momen tersebut. Individu berusaha untuk selalu terkoneksi dengan orang lain maupun mencari informasi terkait kegiatan yang dilakukan oleh orang lain melalui media sosial. Individu juga merasa takut maupun cemas jika dirinya tidak dapat menjadi bagian dari pengalaman yang dimiliki orang lain. Jika keadaan ini terus berlanjut maka dapat menyebabkan kesejahteraan psikologis menjadi terganggu dan tidak dapat mencapai keseimbangan dalam hidup. Individu menjadi tidak bersyukur dengan apa yang telah dimiliki dan selalu memandang apa yang dimiliki orang lain (Akbar, dkk, 2018).

2. Kondisi Konsep Diri pada Mahasiswa di Kota Malang

Konsep diri atau *self concept* merupakan segala sesuatu yang berkaitan dengan diri individu yang mencakup segala aspek dalam diri baik secara fisik maupun kemampuan yang dimiliki. Pembagian kategori untuk menentukan kondisi konsep diri pada subjek penelitian terbagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki usia antara 18-23 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi konsep diri pada mahasiswa di Kota Malang khususnya di UIN Malang terletak pada tingkat sedang dengan jumlah persentase sebesar 76,1%, tingkat tinggi dengan jumlah persentase sebesar 21,6%, dan tingkat rendah dengan jumlah persentase sebesar 2,3%. Sebanyak 86 mahasiswa memiliki konsep

diri yang sedang menuju tinggi dan sisanya yaitu 2 mahasiswa memiliki konsep diri yang rendah. Kondisi konsep diri yang berada pada tingkat tinggi ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Zahroh & Sholichah (2019) yang menyatakan bahwa kondisi konsep diri mahasiswa berada pada tingkatan sedang menuju tinggi. Terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Nadjih, W. F. (2022) pada karakteristik subjek yang sama bahwa mahasiswa dengan rentang usia 18 – 21 tahun memiliki konsep diri yang tinggi. Hal ini disebabkan karena pada usia tersebut, individu mulai memasuki masa transisi remaja akhir menuju dewasa yang biasa disebut beranjak dewasa (*emerging adulthood*).

Sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Santrock (2011, p. 6) bahwa individu yang sedang menempuh masa *emerging adulthood* memiliki beberapa ciri-ciri yaitu hidupnya dipenuhi eksperimen dan eksplorasi. Hal ini menunjukkan bahwa individu menguasai kendali atas dirinya dan mengetahui identitas dirinya yang ditandakan dengan konsep diri yang jelas atau tinggi. Individu yang memiliki konsep diri tinggi menurut Goni, dkk (2011) merupakan individu yang memiliki pemenuhan diri yang optimal, mempunyai pendapat atas dirinya sendiri, jujur, dan dapat mengontrol emosi dengan baik. Penelitian ini mengungkapkan aspek yang paling menonjol pada konsep diri mahasiswa terletak pada aspek *self fulfillment* atau pemenuhan diri. Aspek ini merupakan aspek yang berkaitan dengan diri tentang kebutuhan dalam memenuhi keberadaan dirinya dengan menggunakan potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Sesuai dengan ciri-ciri yang muncul pada masa dewasa awal salah satunya adalah berfokus pada diri sendiri. Individu pada masa dewasa awal lebih mengutamakan dirinya dan ditandai adanya pemenuhan diri dengan mencapai segala hal yang telah ditetapkan.

Pembentukan konsep diri yang tinggi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah adanya interaksi dengan orang lain, adanya rasa percaya diri yang tinggi, melewati berbagai pengalaman, dan memiliki citra diri yang baik (Hulukati & Djibran, 2018, p. 7). Gabungan

dari beberapa faktor ini dapat menjadi pengaruh dalam pembentukan konsep diri. Namun jika ditinjau dari aspek yang paling dominan yaitu *self fulfillment*, ini dapat dikorelasikan dengan faktor pembentuk konsep diri yaitu adanya rasa percaya diri yang tinggi serta memiliki citra diri yang baik. Faktor ini cukup berpengaruh karena dengan individu percaya diri maka nilai *self fulfillment* yang dimiliki akan tinggi. Citra diri yang baik pada dasarnya dapat membentuk kepercayaan diri pada individu. Secara tidak langsung ini dapat meyakinkan individu pada kompetensi serta kemampuan yang dimilikinya.

Penelitian ini menguji pengaruh yang diberikan gender terhadap tingkatan konsep diri. Hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara konsep diri yang dimiliki laki-laki dan perempuan. Individu memiliki kesempatan yang sama dalam memiliki konsep diri dimana ini diperkuat pendapat dari Asri & Sunarto (2020) yang menyatakan bahwa tiap individu memiliki kesempatan untuk berkembang dan membentuk konsep diri yang baik. Lebih lanjut jika ditinjau dalam nilai mean yang dimiliki pada masing-masing gender menunjukkan bahwa nilai pada laki-laki sedikit lebih rendah dibanding perempuan. Ini dapat dipengaruhi oleh citra diri yang dimiliki oleh masing-masing gender yang berbeda. Laki-laki lebih memandang dirinya berdasarkan agresivitas dan kekuatan yang dimiliki sedangkan perempuan memandang dirinya berdasarkan fisik dan popularitas dirinya.

3. Hubungan antara *Self Concept* dan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa di Kota Malang

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* menunjukkan bahwa nilai sig. (1-tailed) yaitu $0,033 < 0,05$ yang dapat diinterpretasikan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self concept* dan *Fear of Missing Out* pada mahasiswa. Hubungan yang ditunjukkan dibuktikan dengan nilai $-0,197$. Hasil ini memiliki makna bahwa antara kedua variabel yang diuji memiliki hubungan dengan arah negatif dengan korelasi yang cukup

lemah. Kecilnya korelasi yang diberikan *self concept* pada *FoMO* salah satunya dapat disebabkan pada aspek yang dominan pada masing-masing variabel. Variabel *self concept* didominasi oleh aspek *self fulfillment* sedangkan pada variabel *Fear of Missing Out* didominasi oleh aspek tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness*. Sehingga korelasi yang ditampilkan antara kedua variabel termasuk korelasi yang lemah. Penyebab lain yang mempengaruhi hubungan antara kedua variabel lemah pada penelitian ini dapat disebabkan pada variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Konsep diri merupakan sesuatu yang terbentuk sejak kecil, sehingga hal ini dapat mempengaruhi kecilnya korelasi yang diberikan oleh *self concept* pada variabel *FoMO* (Widiarti, 2017). Mengacu pada hasil uji yang telah dilakukan untuk mengetahui hubungan antar kedua variabel maka hipotesis yang telah disusun pada penelitian ini dapat diterima.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahroh & Sholichah (2019) yang menyatakan bahwa konsep diri dengan *FoMO* memiliki hubungan negatif yang menandakan semakin tinggi konsep diri yang dimiliki individu maka tingkatan *FoMO* akan semakin rendah. Individu dengan konsep diri yang tinggi akan lebih mengenal dirinya dan mengetahui *tren* mana yang akan diikuti. Hal ini menyebabkan kemungkinan terjadi *FoMO* pada individu akan lebih rendah. Individu yang memiliki konsep diri tinggi tidak merasa takut dan khawatir jika dirinya tertinggal suatu *tren* yang sedang berjalan di sekitarnya.

Pentingnya kejelasan konsep diri untuk dimiliki seorang individu menjadi bekal dalam membatasi diri untuk menentukan sikap atau perilaku yang dimunculkan (Widiarti, 2017, p. 137). Individu menjadi dapat mengukur hal yang dirasa perlu untuk diikuti atau tidak dan dapat mencegah terjadinya *FoMO*. Individu yang memiliki konsep diri yang jelas maka meminimalisir muncul kecemasan dalam dirinya. Sejalan dengan pendapat dari Alfasi (2022) individu yang mengalami kecemasan

dalam bermain media sosial cenderung memiliki konsep diri yang rendah dan dapat memunculkan *FoMO* setelahnya. Sebaliknya individu yang memiliki kejelasan konsep diri tinggi maka dirinya tidak memiliki kecemasan dalam bermain media sosial dan meminimalisir munculnya *FoMO*.

Tingkatan *FoMO* yang dimiliki individu pada penelitian ini cenderung terletak pada tingkatan sedang. Hal ini menandakan bahwa kondisi konsep diri yang dimiliki adalah sedang. Lebih lanjut pada tingkatan *FoMO* yang rendah dimiliki oleh konsep diri yang tinggi. Beberapa responden terbukti memiliki konsep diri yang tinggi namun diikuti dengan nilai *FoMO* yang sedang. Meskipun individu dapat dikatakan memiliki konsep diri tinggi, tidak menutup kemungkinan bahwa individu tersebut akan memiliki *FoMO* pada tingkatan yang sedang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini sebagai contoh yaitu jenis kepribadian yang dimiliki. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imaddudin (2020) *FoMO* yang dialami dapat berbeda pada kepribadian yang dimiliki individu. Individu *ekstrovert* lebih memanfaatkan *FoMO* untuk pengembangan diri dan membentuk konsep diri yang positif sedangkan pada individu *introvert* *FoMO* dimanifestasikan dengan perasaan cemas dan khawatir. Hal ini dapat membentuk konsep diri negatif pada individu *introvert*. Faktor ini dapat menjadi dasar pertimbangan kembali untuk menjawab pertanyaan terkait kondisi konsep diri mahasiswa yang tinggi namun tingkat *FoMO* yang dimiliki cenderung sedang.

Peneliti menguji terkait aspek pada *self concept* yang paling mempengaruhi variabel *FoMO* yang diterapkan pada subjek penelitian. Hasil menunjukkan bahwa aspek pada *self concept* yang paling berpengaruh terhadap *FoMO* terletak pada aspek *autonomy* dengan nilai signifikansi sebesar 0,027. Hal ini disebabkan karena pada variabel *FoMO* sendiri terdapat aspek *self* yang berkaitan dengan *autonomy* dan *competence*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek *autonomy* pada

variabel *self concept* memiliki pengaruh paling besar dalam *FoMO*. Individu yang memiliki nilai *autonomy* yang tinggi akan mempengaruhi nilai *FoMO* yang dimiliki menjadi rendah karena kebutuhan psikologis akan *self* telah terpenuhi.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang terdahulu terletak pada aspek *autonomy* yang memiliki pengaruh paling besar pada variabel *FoMO*. Lebih lanjut, peneliti menemukan bahwa pada subjek penelitian yang telah diteliti memiliki nilai *autonomy* yang rendah. Berdasarkan respon pada alat ukur yang telah disebarkan, mayoritas responden merasa bahwa dirinya selalu bergantung pada orang lain, terutama saat dirinya mengambil keputusan untuk dirinya sendiri. Responden mengaku merasa kesulitan saat menentukan keputusan. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengalaman yang dimiliki individu dalam hidup serta kepribadian dalam individu (Hulukati & Djibran, 2018).

Subjek pada penelitian yang merupakan mahasiswa berumur 18-23 tahun memiliki *autonomy* yang rendah dapat menimbulkan masalah jika tidak segera ditangani. Mahasiswa dapat mengalami ketakutan yang berlebih saat dirinya dihadapkan pada *tren* yang tidak dapat diikuti saat dirinya memiliki nilai *autonomy* rendah. Akibat yang muncul saat mahasiswa mulai merasakan ketakutan diantaranya adalah stress, cemas berlebih, selalu bergantung pada handphone, serta dapat mempengaruhi fokus yang dimiliki (Putri, dkk, 2019). Mahasiswa yang kehilangan fokus dapat menghambat proses belajar mengajar yang sedang di lakukannya dan dapat mengganggu produktivitas (Problematika FoMO, 2021). Selain itu kurangnya tingkat *autonomy* pada mahasiswa dapat menyebabkan mahasiswa menjadi bergantung pada orang lain, tidak mandiri, dan dengan mudah dikuasai oleh orang lain (Goni, 2011). Sehingga diperlukan pengawasan maupun pelatihan yang dapat diberikan oleh lembaga terkait peningkatan konsep diri khususnya pada aspek *autonomy*. Peningkatan aspek *autonomy* pada mahasiswa dapat dilakukan dengan cara membangun kepercayaan diri pada individu yang dapat diterapkan oleh

praktisi pendidikan dalam kegiatan belajar mengajar. Penerapan pembelajaran berbasis *learner autonomy* dapat dipraktikkan dalam kegiatan belajar mengajar di kelas sehingga mahasiswa dilatih untuk mandiri (Salam, 2016, p. 58). Sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Hulukati & Djibran (2018), individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik dan melewati berbagai pengalaman kehidupan akan memiliki konsep diri yang lebih tinggi dibanding individu yang tidak memiliki hal tersebut.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berpijak pada pembahasan dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa hal yang telah diperoleh yaitu:

1. Tingkat *Fear of Missing Out* pada mahasiswa di Kota Malang berada pada tingkat sedang menuju tinggi dan menunjukkan adanya kecenderungan dalam mengalami *FoMO*. Selain itu diperoleh hasil lain yaitu:
 - a. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada gender laki-laki dan perempuan dalam *FoMO*. Makna dari hasil ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki kesempatan yang sama dalam mengalami *FoMO*.
 - b. Aspek yang paling berpengaruh pada variabel *FoMO* terletak pada aspek *relatedness*. Hasil ini menunjukkan bahwa individu mengalami kekhawatiran saat dirinya tidak dapat mengalami kedekatan pada orang lain dan cemas saat terputus hubungannya dengan orang lain.
2. Kondisi konsep diri pada mahasiswa di Kota Malang berada pada tingkat sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki konsep diri yang positif. Selain itu diperoleh hasil lain yaitu:
 - a. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada gender laki-laki dan perempuan dalam konsep diri. Individu dengan gender laki-laki atau perempuan dapat memiliki kesempatan yang sama dalam mencapai konsep diri yang tinggi.
 - b. Aspek yang paling berpengaruh pada variabel *self concept* terletak pada *self fulfillment*. Hasil ini menunjukkan bahwa individu memenuhi kebutuhan dirinya dengan memaksimalkan kemampuan dan potensi yang telah dimiliki.
3. Terdapat hubungan yang diberikan konsep diri pada *Fear of Missing Out* dengan arah hubungan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konsep diri yang dimiliki individu maka semakin rendah pengalaman

FoMO yang dimiliki. Begitu pula sebaliknya, jika konsep diri yang dimiliki individu rendah, maka semakin tinggi pengalaman *FoMO* yang dimiliki. Hubungan yang ditunjukkan konsep diri pada *FoMO* menunjukkan korelasi yang lemah. Hubungan yang lemah dapat disebabkan oleh faktor lain yang tidak dikaji pada penelitian ini.

B. Saran

Terdapat beberapa saran yang dapat diambil dari pelaksanaan penelitian ini. Saran tersebut diantaranya:

1. Bagi mahasiswa

Peneliti berharap untuk para responden yang berada pada tingkat *FoMO* sedang menuju tinggi agar dapat menurunkan tingkatan *FoMO* supaya mencapai kesejahteraan psikologis. Cara menurunkan tingkatan *FoMO* salah satunya dengan meningkatkan konsep diri yang dimiliki. Peningkatan konsep diri dapat dilakukan dengan memperhatikan aspek-aspek yang ada khususnya pada aspek *autonomy* dan mengimbangi keseluruhan aspek agar konsep diri yang terbentuk semakin tinggi. Mahasiswa dapat meningkatkan *autonomy* yang dimiliki dengan cara mandiri dan tidak bergantung dengan orang lain. Selain itu tingkat *relatedness* yang tinggi pada *FoMO* dapat dimanfaatkan responden dalam membangun relasi terutama *significant person* yang positif dan sehat agar tidak terjerumus dalam hal yang merugikan.

2. Bagi universitas

Diharapkan untuk lembaga dapat menyediakan wadah untuk menyalurkan kebebasan dalam berkreasi terutama dalam *tren* yang sedang berlangsung. Wadah yang dimaksud dapat berupa *event* yang disesuaikan dengan keilmuan tertentu. Selain itu tiap lembaga dapat menyediakan layanan konsultasi karir, potensi, dan khususnya kesehatan mental untuk meminimalisir dampak merugikan yang disebabkan oleh adanya *FoMO*. Lembaga juga dapat mengadakan edukasi maupun pelatihan yang berkaitan dengan *FoMO* untuk dapat mengubah *FoMO*

yang dimiliki menjadi sesuatu yang positif dan lebih bermakna. Pelatihan terkait *self concept* khususnya pada *autonomy* mahasiswa juga dapat diberikan untuk meningkatkan konsep diri yang dimiliki oleh mahasiswa.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini memiliki kekurangan yaitu korelasi yang diberikan cukup lemah. Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat memperhatikan variabel lain khususnya pada faktor diluar diri atau eksternal yang dapat mempengaruhi *FoMO* seperti faktor lingkungan, penggunaan media sosial, maupun jenis kepribadian yang dimiliki individu. Selain itu dapat menjadikan *FoMO* sebagai variabel *independent* atau variabel bebas pada penelitian yang akan datang. Selain itu dapat mencoba untuk meneliti pada golongan usia yang lebih muda seperti pada tahap perkembangan remaja awal. Sehingga dapat dibandingkan korelasi yang diberikan antar variabel pada populasi yang berbeda. Penelitian yang akan datang alangkah baiknya dapat memfokuskan *FoMO* terhadap objek yang jelas (misalkan *fashion*, *tren* makanan, tempat wisata). Hal ini ditujukan agar penelitian lebih fokus dan memiliki batasan masalah yang jelas. Diharapkan pada penelitian yang akan datang dapat menggabungkan metode yang digunakan yaitu kuantitatif dan kualitatif. Hal ini ditujukan agar topik penelitian mengalami pembaharuan dan memiliki orisinalitas dalam meneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Admin, “Perkembangan TIK Akibatkan Pertukaran Informasi Dalam Hitungan Detik”, Kominfo, 15 Maret 2013, diakses 5 September 2022 https://www.kominfo.go.id/content/detail/1318/perkembangan-tik-akibatkan-pertukaran-informasi-dalam-hitungan-detik/0/berita_satker
- Admin, “Mengenal Data Demografis, Cara Mendapatkan Serta Contohnya”, LP2M Universitas Medan Area, 20 Januari 2022, diakses 30 Oktober 2022 <https://lp2m.uma.ac.id/2022/01/20/mengenal-data-demografis-cara-mendapatkan-serta-contohnya/>
- Admin, “Konsep Diri”, Kemenkeu Learning Center, 26 Desember 2019, diakses 18 Mei 2023 <https://klc2.kemenkeu.go.id/kms/knowledge/klc1-konsep-diri/detail/>
- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social Media and The *Fear of Missing Out*: Scale Development and Assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1). h. 33 - 44
- Ahmad, A. & Nurhidaya. (2020). Media Sosial dan Tantangan Masa Depan Generasi Milenial. *Avant Garde: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(2). h. 134 – 148
- Aisafitri, L. & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan Media Sosial (FoMO) pada Generasi Milenial. *Jurnal Audience*, 4 (1). h. 86 - 106
- Akbar, R. S., dkk. (2018). Ketakutan akan Kehilangan Momen (*FOMO*) pada Remaja Kota Samarinda. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7(2). h. 38 - 47
- Alfasi, Y. (2022). Attachment Style and Social Media Fatigue: The Role of Usage-Related Stressors, Self-Esteem, and Self-Concept Clarity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2), Article 2
- Amalia, G. & Dewi, D. A. (2022). Menerapkan Nilai-Nilai Pancasila di Sekolah Dasar di Tengah Pengaruh Negatif Globalisasi. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. h. 120 – 127

- Anshori, M. & Iswati, S. (2009). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Pusat Penerbitan dan Percetakan Unair (AUP)
- Asri, D. N. & Sunarto. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Konsep Diri Remaja (Studi Kualitatif pada Siswa SMPN 6 Kota Madiun). *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6 (1). h. 1 - 11
- Azmi, N. (2019). Hubungan antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. Skripsi
- Azwar, S. (1993). “Kelompok Subjek ini Memiliki Harga Diri yang Rendah”; Kok, Tahu...?. *Buletin Psikologi*, 1 (2). h. 13 - 17
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2003). *Psikologi Sosial Edisi kesepuluh Jilid 1*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Bungin, M. B. (2006). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana
- Cahyaningsih, R. O. & Dewi, D. K. (2019). Hubungan antara Konsep Diri dengan Konformitas dalam Gaya Berpakaian pada Mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3). h. 1 - 7
- Dayakisni, T. & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press
- Endra, K., “Fenomena Viral di Media Sosial, Pengamat Sebut 68% Millennial Indonesia Terjangkit *FOMO*”, *Tribunnews.com*, 24 November 2019, diakses 11 November 2022 <https://www.tribunnews.com/nasional/2019/11/24/fenomena-viral-di-media-sosial-pengamat-sebut-68-millennial-indonesia-terjangkit-FoMO?page=1>
- Estikomah & Sahrah, A. (2019). Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier Terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita di Mapolda DIY. *Prosiding Seminar Nasional Pakar ke 2 Tahun 2019 (Buku 2: Sosial dan Humaniora)*. h. 231 – 237
- Fauziyah, J. A., “Problematika *Fear of Missing Out (FoMO)* di Kalangan Mahasiswa”, *Linikampus*, 7 September 2021, diakses 18 Mei 2023, <https://linikampus.com/2021/09/07/problematika-fear-of-missing-out-fomo-di-kalangan-mahasiswa/>

- Gemma Pollard., “JWT Explores *Fear of Missing Out* Phenomenon: Report Outlines How *FOMO* is Manifesting in the *Zeitgeist*”, Cision PRWeb, 4 Mei 2011, diakses 11 November 2022 <https://www.prweb.com/releases/2011/5/prweb8378292.htm>
- Goni, E., Madariaga, J. M., dkk. (2011). Structure of the Personal Self-Concept (PSC) Questionnaire. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11 (3). h. 509 – 522
- Gultom, S., “Konsep Diri”, Badan Kepegawaian dan Pengembangan SDM Daerah Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 12 Desember 2017, diakses 18 Mei 2023 <https://bkpsdmd.babelprov.go.id/content/konsep-diri>
- Hidayat, S., “*FOMO (Fear of Missing Out)*, Pengaruhnya Bagi Kehidupan?”, Depoedu, 24 Agustus 2022, diakses 29 Oktober 2022 <https://www.depoedu.com/2022/08/24/family-talk/FoMO-fear-of-missing-out-pengaruhnya-bagi-kehidupan/>
- Hikmah, N. & Duryati. (2021). Hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Psychological Well Being* pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3). h. 10414 – 10422
- Hulukati, W. & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 2 (1). h. 73 - 114
- Imaddudin. (2020). *Fear of Missing Out (FoMO)* dan Konsep Diri Generasi – Z: Ditinjau dari Aspek Komunikasi. *JPRMEDCOM: Journalism, Public Relation and Media Communication Studies Journal*, 2(1). h. 24 -39
- Istharini, E., & Arianti, R. (2022). Perbedaan Tingkat *Fear of Missing Out* pada Remaja Ditinjau dari Empat Tipe Kepribadian Eysenck. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1). h. 31 – 40
- Kamus Besar Bahasa Indonesia
- Komala, K., Rafiyah, I. & Witdiawati. (2022). Gambaran *Fear of Missing Out (FoMO)* pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *JNC*, 5 (1). h. 1 -11
- Komalasari, Y., “*Fear of Missing Out: Fenomena yang Hadir di Era Digital*”, Aspirasi, 1 Desember 2022, diakses 20 Januari 2023

<https://www.aspirasionline.com/2022/12/fear-of-missing-out-fenomena-yang-hadir-di-era-digital/>

- Martono, N. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*. Jakarta: Rajawali Pers
- Masyhuri & Zainuddin, M. (2008). *Metodologi Penelitian – Pendekatan Praktis dan Aplikatif*. Bandung: PT Refika Aditama
- Maysitoh, Ifdil, & Ardi, Z. (2020). Tingkat Kecenderungan *FOMO (Fear of Missing Out)* Pada Generasi Millennial. *Journal of Counseling, Education and Society*, 1(1). h. 2 – 4
- McGinnis, P. J. (2020). *Fear of Missing Out Tepat Mengambil Keputusan di Dunia yang Menjanjikan Terlalu Banyak Pilihan*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Mei Amelia, “Asyik Selfie, Siswa SMP Tewas Terjatuh dari Lantai 5 Gedung Kosong di Koja”, Detiknews, 5 Mei 2016, diakses 11 November 2022
<https://news.detik.com/berita/d-3204210/asyik-selfie-siswa-smp-tewas-terjatuh-dari-lantai-5-gedung-kosong-di-koja>
- Mustofa, A. & Arisandi, Y. (2021). Konsep Percaya Diri Perspektif Al – Qur’an. *Al – Jadwa: Jurnal Studi Islam* 1 (1). h. 19 – 41
- Nadjih, W. F. (2022). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*
- Narto. S. & Yanto. (2022). Kajian Dampak Perilaku *FOMO (Fear of Missing Out)* Bagi Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19. *SOSAINS Jurnal Sosial dan Sains*, 2(1). h. 126 – 1342021
- Przybylski, A. K., dkk. (2013) Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of *Fear of Missing Out*. *Computers in Human Behavior*, 29. h. 1841 – 1848
- Putri, L. S., dkk. (2019). Gaya Hidup Mahasiswa Pengidap *Fear of Missing Out* di Kota Palembang. *Jurnal Masyarakat & Budaya*, 21 (2). h. 129 - 148
- Rds, “4 Faktor Sebabkan 156 Orang Tewas dalam Tragedi Halloween di Itaewon”, CNN Indonesia, 2 November 2022, diakses 6 November 2022
<https://www.cnnindonesia.com/internasional/20221102104618-113->

868420/4-faktor-sebabkan-156-orang-tewas-dalam-tragedi-halloween-di-itaewon/2

- Risdyanti, K. S., dkk (2019). Peranan *Fear of Missing Out* terhadap *Problematic Social Media Use*. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3 (1). h. 276 - 282
- Riyanto, A. D., “Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2022” diakses 31 Oktober 2022 <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2022/>
- Rusyda, A. (2021). Korelasi antara *Fear of Missing Out (FOMO)* dengan Twit Spam pada *Trending Topic #Odading #Odadingmangoleh*. Skripsi
- Salam, A. & Mariam, S. (2016). Pembelajaran Berbasis *Learner autonomy* untuk Melatihkan Kemampuan Berpikir Tingkat Tinggi Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan IPA, Edisi Oktober 2016*. h. 53 – 60
- Sama, H. (2014). Pengaruh Sistem Informasi dan Kompetensi Karyawan Terhadap Efektivitas Kerja Karyawan Warehouse. *CBIS Journal*, 2 (1). h. 70 -87
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sarwono, S. W. & Meinarno, E. A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Setiawan, C. K. & Yosepha, S. Y. (2020). Pengaruh Green Marketing dan Brand Image terhadap Keputusan Pembelian Produk The Body Shop Indonesia (Studi Kasus pada Followers Account Twitter @TheBodyShopIndo). *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 10 (1). h. 1 – 9
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV Alfabeta
- Suhertina, dkk. (2022). *Fear of Missing Out* Mahasiswa: Analisis Gender, Akses Internet, dan Tahun Masuk Universitas. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10 (1). h. 135 - 143
- Vonna, D. (2022). Perbedaan Kecenderungan *FoMO (Fear of Missing Out)* ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa di SMK 8 Lhokseumawe. Skripsi

- Wegmann, E., dkk. (2017). Online-Spesific *Fear of Missing Out* and Internet-Use Expectancies Contributes to Symptoms of Internet-Communication Disorder. *Addictive Behaviors Reports* 5. h. 33 - 42
- Widiarti, P. W. (2017). Konsep Diri (*Self Concept*) dan Komunikasi Interpersonal dalam Pendampingan Pada Siswa SMP se Kota Yogyakarta. *Informasi*, 47 (1). h. 135 – 148
- Yusuf, R. N., dkk. (2021). Implikasi Asumsi Konsep Diri dalam Pembelajaran Orang Dewasa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4). h. 1144 – 1151
- Zahroh, L. & Sholichah, I. F. (2022). Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi Diri Terhadap *Fear of Missing Out (FoMO)* pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4 (3). h. 1103 – 1109

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SURVEI PRA PENELITIAN

Keterangan:

- Kolom 1 : Nama
 Kolom 2 : Umur
 Kolom 3 : Gender
 Kolom 4 : Fakultas
 Kolom 5 : Semester
 Kolom 6 : Mengikuti *trend*
 Kolom 7 : *Trend* yang diikuti
 Kolom 8 : Waktu untuk mengikuti *trend*
 Kolom 9 : Yang dirasakan saat tidak mengikuti *trend*
 Kolom 10 : Perasaan yang muncul setelah ikut *trend*
 Kolom 11 : Penting untuk upload momen di *story* media sosial
 Kolom 12 : Hal yang menyebabkan ikut *trend*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
MFC	20	L	Ekonomi	6	Ya	Tempat wisata, Makanan	Ketika trend tersebut viral	Takut dibilang kurang up to date	Lega	Tidak	Gara-gara teman
MD	20	P	Syariah	6	Ya	Fashion, Makanan	Saat ingin saja	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung	Senang	Ya	Jika ada konten yang seru di medsos sng aja ngikutinnya
CAG	21	P	Saintek	6	Ya	Fashion, Tempat wisata, Makanan	Saat ingin saja	Takut dibilang kurang up to date	Senang	Tidak	Untuk tidak ketinggalan oleh trend yg ada, dapat membagikan pengalaman akan trend tersebut.
A0	20	P	Syariah	6	Ya	Konten media sosial	Saat ingin saja	biasa saja	Senang	Tidak	karena ingin suka dan sesuai passion saya
AMA	21	L	Syariah	6	Ya	Fashion	Saat ingin saja	Biasa aja	Senang	Tidak	Penasaran
PYZ	20	P	Ekonomi	6	Ya	Fashion, Makanan	Saat ingin saja	tidak ada , hanya menyesuaikan mood	Nyaman	Tidak	Ada satu waktu trend itu memang cocok dengan keadaan yang kita alami , dan hal itu pula yang menyebabkan kita ingin berbagi
NI E	20	P	Humaniora	6	Ya	Film, produktivitas, musik	Saat ingin saja	Takut ketinggalan trend yang sedang	Nyaman	Ya	Adanya pergeseran kebiasaan membuat saya lebih sering merasa FoMO

								berlangsung			(Fear of Missed Out)
K	21	P	Humaniora	6	Ya	Makanan	Ketika trend tersebut viral	Takut dibilang kurang up to date	Senang, Nyaman	Ya	Biar tidak ketinggalan info kekinian
SZZ	20	P	Humaniora	4	Tidak	Makanan, film, buku	Saat ingin saja	Takut dibilang kurang up to date	Senang, biasa saja	Ya	karena sesuatu itu datang berulang. akhirnya, ada keinginan untuk mengikutinya agar seperti yang lain
RA	20	P	Psikologi	4	Ya	Konten media sosial, Fashion	Setiap saat	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung, Takut dibilang kurang up to date	Senang	Ya	Karena merasa keren kalau ikutan trend
RNS	21	L	Psikologi	6	Ya	Konten media sosial, Fashion, Tempat wisata, Makanan	Saat ingin saja	Takut dibilang kurang up to date, Khawatir	Nyaman	Ya	karena trend yang ada biasanya keren dan banyak yang mengikuti
SG	19	P	Humaniora	4	Ya	Konten media sosial, Tempat wisata	Ketika trend tersebut viral	Takut dibilang kurang up to date	Senang	Ya	Karena senang bisa turut meramaikan trend yang sedang viral
MAN	20	P	Psikologi	4	Ya	Fashion, Tempat wisata, Makanan	Ketika trend tersebut viral	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung, Takut dibilang kurang up to date	Senang, Lega, Nyaman	Ya	agar terlihat up to date dan tidak ketinggalan jaman
N	21	P	Ekonomi	6	Ya	Fashion, Tempat	Saat ingin saja	Biasa saja	Senang	Ya	Karena seru jika mengikuti trend bersama teman2

						t wisata					
AH	22	LE	Ekonomi	6	Ya	Tempat wisata, Makanan	Saat ingin saja	Khawatir	Senang, Lega	Ya	ingin dilihat orang lain dan mengikuti teman teman
RAF	19	PH	Humaira	4	Ya	Konten media sosial, Fashion, Tempat wisata, Makanan	Setiap saat	Cemas, Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung, Merasa panik, Khawatir	Senang, Nyaman	Ya	karena ikut teman teman, dan takut tidak ditemani
CBT	18	PE	Ekonomi	4	Ya	Konten media sosial, Fashion	Ketika trend tersebut viral	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung, Takut dibilang kurang up to date, Khawatir	Senang, Lega, Nyaman	Ya	karena menarik dan seru untuk mengikuti trendnya
NH	20	PE	Ekonomi	4	Ya	Konten media sosial, Makanan	Saat ingin saja	Biasa saja	Senang	Ya	Karena penasaran dengan rasa dari makanan-makanan yg sedang viral
DW	21	PH	Humaira	6	Ya	Konten media sosial, Tempat wisata	Ketika trend tersebut viral	Takut dibilang kurang up to date	Senang, Bangga	Ya	Karena merasa bangga karena mengikuti trend
ARS	20	PS	Psikologi	6	Tidak	Tempat wisata, Makanan	Saat ingin saja	biasa saja	Nyaman	Tidak	hanya menuruti keinginan saja sih, tapi kalau tidak bisa mengikuti trend juga tidak jadi masalah besar buat saya. semampunya saja ehehe
G	22	PH	Humaira	4	Ya	Konten media sosial, Fashion, Tempat	Saat ingin saja	ya gapapa, ga maksa juga. tapi sedih dikit, hehe	Senang, Nyaman	Ya	Untuk having fun saja, dan untuk kenangan. Jadi pas dilihat bbrp tahun lagi kayak "Wah, dulu tahun

						wisata, Makan an					ini lagi trend ini ya" gitu kak, hehe
A A N	2 1	L	Ps ik ol og i	6	Y a	Konten media sosial, Fashio n, Makan an	Saat ingin saja	biasa aja	Senang	Tidak	sebagai jawaban dari rasa penasaran diri saya akan hal tersebut
A L	2 1	L	Sa in s da n Te kn ol og i	6	T i d a k	Konten media sosial, Tempa t wisata	Saat ingin saja	Takut ketinggala n trend yang sedang berlangsun g	Lega	Ya	menurut saya mengikuti trend bukan merupakan hal sangat primer untuk dilakukan, mengikuti trend disebabkan karena adanya tuntutan baik dari teman, lingkungan, atau bahkan sosial media untuk melakukan hal-hal yang sedang disukai banyak orang
T M Y	2 1	P	Sa in s da n Te kn ol og i	6	Y a	Konten media sosial, Fashio n, Tempa t wisata, Makan an	Saat ingin saja	Biasa saja	Senang	Tidak	Buat have fun aja
I R N	2 0	L	Sa in s da n Te kn ol og i	6	T i d a k	Konten media sosial, Tempa t wisata	Saat ingin saja	Tidak merasakan apa-apa	Senang	Ya	Karena menarik
I A Z	2 1	P	Sa in s da n Te kn ol	6	Y a	Fashio n, Tempa t wisata, Makan an	Ketika trend tersebut viral	Takut ketinggala n trend yang sedang berlangsun g	Senang	Ya	Untuk menambah kreatifitas untuk hiburan

			ogi								
A F	1 9	L	Psikologi	4	Tidak	Tempat wisata	Saat ingin saja	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung	Biasa saja	Ya	Biasanya faktor lingkungan. Jika di lingkungan sedang membahas hal yang sedang tren dan saya tidak tau saya merasa saya harus mengetahui trend tersebut
B S O	2 1	P	Humaniora	6	Ya	Makanan	Saat ingin saja	Biasa saja	Biasa saja	Tidak	Mungkin untuk membuat topik percakapan dengan teman agar dapat dibahas dan juga agar tau apa yang sedang dibahas saat-saat ini (topik pembahasannya)
W	1 8	L	Syariah	4	Tidak	Fashion, Tempat wisata	Ketika trend tersebut viral	Takut ketinggalan trend yang sedang berlangsung, Takut dibilang kurang up to date	Senang, Lega	Ya	Jika kita tidak mengikuti trend yang lagi viral kita akan dibilang kurang up to date sehingga kita harus mengikuti biar lega dan senang agar tidak ketinggalan trend
G A W	2 0	L	Syariah	4	Ya	Tempat wisata, Makanan	Ketika trend tersebut viral	Takut dibilang kurang up to date	Senang	Ya	karena nggak ketinggalan update trend new dan tidak merasa panik
A A Z	1 8	L	Syariah	4	Tidak	Konten media sosial	Ketika dibutuhkan	Biasa saja	Senang	Ya	Ketika saya membutuhkan hal tersebut
S R	2 0	P	Syariah	4	Tidak	Makanan	Saat ingin saja	Biasa saja	Senang	Tidak	mungkin hanya untuk ikut-ikutan saja sama temen. Biasanya sih ikut gara-gara ajakan temen
M K	2 2	P	Tarbiyah	6	Ya	Konten media sosial	Saat ingin saja	Takut dibilang kurang up to date	Cukup puas	Tidak	Penyebabnya yaitu rasa ingin tahu terhadap trend tersebut dan alasan mengikuti hanya sekedar

											ingin mencoba saja
S H	2 0	P	Ta rb iy ah	4	T i d a k	Makan an	Saat ingin saja	Biasa saja	Biasa saja	Tidak	kepengen, ngisi waktu kosong daripada gabut
R A	1 9	P	Ta rb iy ah	4	T i d a k	Fashio n, Makan an	Saat ingin saja	Biasa saja	Lega	Ya	Saya mengikuti tren apabila tren tersebut menarik dan mudah untuk diikuti
A R A	1 9	L	Ta rb iy ah	4	T i d a k	Makan an, pendidi kan	Ketika trend tersebut viral	Biasa saja	Biasa saja	Ya	Alasan saya untuk mengikuti trend agar supaya kita tahu perkembangan sekarang dan juga kita bisa memilah trend tersebut positif ataupun konten ini mengarah ke negatif
A I V	1 9	L	Ta rb iy ah	4	T i d a k	Makan an	Saat ingin saja	Biasa saja	Senang	Ya	Alasan saya mengikuti trend tersebut karena trend tersebut menarik dan untuk senang senang

LAMPIRAN 2 TRANSLASI ALAT UKUR**Surat Pernyataan Penilaian Alat Ukur Penelitian Skripsi**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Fathul Lubabim Nuqul, M.Si
Instansi : UIN Malang
Bidang Kajian : Psikologi Sosial

Telah membaca dan memberi penilaian terhadap item-item yang terdapat di dalam alat ukur berikut:

Nama Alat Ukur : *Fear of Missing Out Scale* dan *Personal Self Concept Questionnaire*

Tujuan Pengukuran : Mengetahui pengaruh *self concept* dan *fear of missing out*

Tujuan Penggunaan : Penelitian untuk tugas akhir dengan judul "*Self Concept dan Kecenderungan Fear of Missing Out pada Mahasiswa di Kota Malang*"

Malang, 27 Februari 2023



(Dr. Fathul Lubabim Nuqul, M.Si)

1. Fear of Missing Out

No	Item Asli	<i>Forward Translation</i>	<i>Peer Review</i>	<i>Expert</i>
1	<i>I fear others have more rewarding experiences than me</i>	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	
2	<i>I fear my friends have more rewarding experiences than me</i>	Saya khawatir teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	Saya takut teman saya memiliki pengalaman yang lebih bermanfaat daripada saya	
3	<i>I get worried when I find out my friends are having fun without me</i>	Saya khawatir saat mengetahui teman saya bersenang-senang tanpa saya	Saya khawatir ketika mengetahui teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya	Saya gundah saat mengetahui teman saya bersenang-senang tanpa saya
4	<i>I get anxious when I don't know what my friends are up to</i>	Saya cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman saya	Saya menjadi cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya	
5	<i>It is important that I understand my friends "in jokes"</i>	Penting bagi saya untuk memahami pembicaraan maupun lelucon teman saya	Bagi saya penting untuk memahami teman-teman saya saat bercanda	
6	<i>Sometimes, I wonder if I spend too much time keeping up with what is going on</i>	Terkadang saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi	Terkadang saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan waktu dengan sia-sia	Saya sering merasa waktu saya terbuang sia-sia
7	<i>It bothers me when I miss an opportunity to meet up with friends</i>	Saya merasa terganggu ketika melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman	Saya merasa terganggu ketika saya kehilangan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman	
8	<i>When I have a good time it is</i>	Saat saya bersenang-senang	Ketika saya bersenang-senang,	

	<i>important for me to share the details online (e.g. updating status)</i>	penting bagi saya untuk membagikan momen saya melalui media sosial	saya mengabadikannya dengan update di sosial media	
9	<i>When I miss out on a planned get-together it bothers me</i>	Ketika saya melewatkan rencana pertemuan, itu mengganggu saya	Saya terganggu saat melewatkan waktu berkumpul dengan kawan	
10	<i>When I go on vacation, I continue to keep tabs on what my friends are doing</i>	Saat saya pergi berlibur, saya selalu memeriksa apa yang dilakukan teman-teman saya.	Saat saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman saya.	

2. Personal Self Concept Questionnaire

No	Item Asli	<i>Fordward Translation</i>	<i>Peer Review</i>	<i>Expert</i>
1	<i>I am satisfied with what I am achieving in my life</i>	Saya puas dengan apa yang saya capai dalam hidup saya	Saya cukup puas dengan apa yang saya capai dalam hidup saya	
2	<i>If I'm feeling down, I find it hard to snap out of it</i>	Jika saya merasa sedih, saya merasa sulit untuk bangkit kembali	Saat saya merasa sedih, saya kesulitan untuk bangkit	
3	<i>So far, I have achieved every important goal I have set myself</i>	Sejauh ini, saya telah mencapai setiap tujuan penting yang telah saya tetapkan	Saya mencapai setiap tujuan penting yang saya tetapkan sejauh ini	
4	<i>I am a trustworthy person</i>	Saya adalah orang yang dapat dipercaya	Saya adalah orang yang dapat dipercaya	
5	<i>In order to do anything, I first need other people's approval</i>	Dalam melakukan sesuatu, saya membutuhkan persetujuan orang lain	Saya harus mendapat persetujuan orang lain untuk melakukan sesuatu	
6	<i>I consider myself to be a very uptight and</i>	Saya menganggap diri saya sebagai orang yang sangat	Saya menganggap diri saya adalah seseorang yang	

	<i>highly strung person</i>	kaku dan cepat resah.	gelisah dan sangat tegang	
7	<i>I have yet to achieve anything I consider to be important in my life</i>	Saya belum mencapai apapun yang saya anggap penting dalam hidup saya	Saya belum mencapai apapun yang saya anggap penting dalam hidup saya	
8	<i>I am a man/woman of my word</i>	Saya seorang pria/wanita yang selalu menepati janji	Saya adalah pria/wanita dalam kata-kata saya	
9	<i>I find it hard to embark on anything without other people's support</i>	Saya merasa sulit untuk memulai apapun tanpa dukungan orang lain	Saya menemukan kesulitan untuk memulai sesuatu tanpa dukungan orang lain	
10	<i>I am more sensitive than the majority of people</i>	Saya lebih sensitif daripada kebanyakan orang	Saya lebih sensitif daripada mayoritas orang-orang	
11	<i>I have always overcome any difficulties I have encountered in my life</i>	Saya selalu mengatasi kesulitan yang saya temui dalam hidup saya	Saya selalu mengatasi kesulitan yang saya hadapi di hidup saya	
12	<i>When taking a decision, I depend too much on other people's opinions</i>	Saat mengambil keputusan, saya terlalu bergantung pada pendapat orang lain	Saat mengambil keputusan, saya sangat bergantung pada pendapat orang lain	
13	<i>If I could start my life over again, I would not change very much</i>	Jika saya dapat memulai hidup saya dari awal lagi, saya tidak akan banyak berubah	Jika saya dapat memulai hidup saya lagi, saya tidak mengubah terlalu banyak	
14	<i>I find it difficult to take decisions on my own</i>	Saya merasa sulit untuk mengambil keputusan sendiri	Saya menemukan kesulitan untuk mengambil keputusan	
15	<i>I am an emotionally strong person</i>	Saya adalah orang yang kuat secara emosional	Saya seseorang yang sangat emosional	
16	<i>I feel proud of how I am managing my life</i>	Saya merasa bangga dengan bagaimana	Saya merasa bangga dengan bagaimana saya	

		saya mengatur hidup saya	mengatur hidup saya	
17	<i>I suffer too much when something goes wrong</i>	Saya terlalu menderita ketika terjadi kesalahan	Saya sangat menderita ketika ada sesuatu yang salah	
18	<i>My promises are sacred</i>	Janji saya suci	Ketekatan ku sangat tulus	Saat saya berjanji saya tidak main-main / saya berusaha untuk menepati janji saya

LAMPIRAN 3 PENILAIAN EXPERT JUDGEMENT

Expert Judgement 1

Surat Pernyataan Penilaian Alat Ukur Penelitian Skripsi

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Rifa Hidayah, M. Si

Instansi : UIN Malang

Telah membaca dan memberi penilaian terhadap item-item yang terdapat di dalam alat ukur berikut:

Nama Alat Ukur : *Fear of Missing Out Scale* dan *Personal Self Concept Questionnaire*

Tujuan Pengukuran : Mengetahui pengaruh *self concept* dan *fear of missing out*

Tujuan Penggunaan : Penelitian untuk tugas akhir dengan judul "*Self Concept* dan Kecenderungan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa di Kota Malang"

Malang, 10 Februari 2023



Dr. Rifa Hidayah, M. Si

NIP. 197611282002122001

FoMO

No	Nama Variabel	Aspek	Indikator	Item	Penilaian			Ket/Saran
					Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
1	Fear of Missing Out	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan relatedness	Merasa takut dan cemas jika tidak dapat terhubung dengan orang lain	10. Saat saya pergi berlibur, saya selalu memeriksa story teman-teman saya melalui media sosial. (F)	√			
				6. Terkadang saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang terjadi di sekitar saya. (F)	√			
				3. Saya merasa khawatir ketika mengetahui teman saya bersenang-senang tanpa saya. (F)	√			
				5. Penting bagi saya untuk selalu mengetahui topik pembicaraan maupun lelucon teman saya. (F)	√			
				9. Ketika saya melewatkan rencana pertemuan, itu mengganggu saya. (F)	√			
				4. Saya cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman saya. (F)	√			
2		Tidak terpenuhinya kebutuhan	Menghabiskan waktu untuk	8. Saat saya bersenang-senang penting bagi saya untuk membagikan	√			

		psikologis akan <i>self</i>	mencari tahu kegiatan orang lain di sosial media dan selalu update dengan apa yang ada di media sosial	momen saya melalui <i>story</i> . (F)				
				1. Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√			
				7. Saya merasa terganggu saat melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman. (F)	√			
				2. Saya khawatir teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√			

Self Concept

No	Nama Variabel	Aspek	Indikator	Item	Penilaian			Saran
					Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
1	Konsep Diri	<i>Self Fulfillment</i>	Mencapai tujuan serta target yang telah ditentukan seorang individu, Merasa terpenuhi, Dapat mengatasi tantangan yang ada	1. Saya puas dengan apa yang sedang saya capai pada kehidupan saya sekarang. (F)	√			
				4. Sejauh ini saya berhasil mencapai setiap tujuan penting yang telah saya tentukan. (F)		√		
				12. Saya selalu mengatasi segala permasalahan yang muncul dalam hidup saya. (F)	√			
				15. Jika saya dapat memulai kehidupan sekali lagi, saya	√			

				tidak akan banyak berubah. (F)				
				19. Saya merasa bangga dengan cara saya dalam mengatur hidup. (F)	√			
				8. Saya belum mencapai apapun yang saya anggap penting di hidup saya. (UF)		√		
2		<i>Autonomy</i>	Merasa mandiri dan memiliki perbedaan dengan orang lain, tidak dikuasai oleh orang lain, tidak bergantung pada orang lain	6. Saya membutuhkan persetujuan orang lain sebelum melakukan sesuatu. (UF)	√			
				10. Saya merasa sulit untuk memulai sesuatu tanpa dukungan orang lain. (UF)	√			
				14. Ketika memutuskan sesuatu, saya terlalu bergantung pada pendapat orang lain. (UF)	√			
				17. Saya kesulitan untuk mengambil keputusan sendiri. (UF)	√			
3		<i>Honesty</i>	Konsisten dengan apa yang diperbuat, tidak merugikan orang lain, merasa terhormat dan berharga bagi orang lain	5. Saya orang yang dapat dipercaya. (F)	√			
				21. Janji saya sakral. (F)	√			
				9. Saya adalah pria/wanita yang selalu menepati janji. (F)	√			

4		<i>Emotional Adjustment</i>	Memiliki keseimbangan emosional	18. Saya adalah orang yang kuat secara emosional. (F)				
			Peka terhadap segala sesuatu	11. Saya lebih mudah tersinggung daripada kebanyakan orang. (UF)	√			
				20. Saya terlalu merasa sengsara jika terjadi suatu masalah. (UF)	√			
				7. Saya menganggap diri saya sebagai orang yang sangat kaku dan cepat resah. (UF)	√			
				3. Jika saya merasa sedih saya sulit untuk bangkit kembali. (UF)	√			

Expert Judgement 2

Surat Pernyataan Penilaian Alat Ukur Penelitian Skripsi

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fuji Astuti, M.Psi, Psikolog
Instansi : UIN Malang
Bidang Kajian : Psikologi Klinis

Telah membaca dan memberi penilaian terhadap item-item yang terdapat di dalam alat ukur berikut:

Nama Alat Ukur : *Fear of Missing Out Scale* dan *Personal Self Concept Questionnaire*
Tujuan Pengukuran : Mengetahui pengaruh *self concept* dan *fear of missing out*
Tujuan Penggunaan : Penelitian untuk tugas akhir dengan judul "*Self Concept* dan Kecenderungan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa di Kota Malang"

Malang, 9 Februari 2023


(Fuji ASTUTI .)

FoMO

No	Nama Variabel	Aspek	Indikator	Item	Penilaian			Ket/Saran
					Rel evan	Ku ran g Rel evan	Tid ak Rel evan	
1	Fear of Missing Out	Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan relatedness	Merasa takut dan cemas jika tidak dapat terhubung dengan orang lain	10. Saat saya pergi berlibur, saya selalu memeriksa story teman-teman saya melalui media sosial. (F)	√			
				6. Terkadang saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang terjadi di sekitar saya. (F)	√			
				3. Saya merasa khawatir ketika mengetahui teman saya bersenang-senang tanpa saya. (F)	√			
				5. Penting bagi saya untuk selalu mengetahui topik pembicaraan maupun lelucon teman saya. (F)	√			
				9. Ketika saya melewatkan rencana pertemuan, itu mengganggu saya. (F)	√			Ketika saya tidak bisa menghadiri acara, itu mengganggu saya
				4. Saya cemas ketika saya tidak tahu apa yang	√			

				sedang dilakukan teman saya. (F)				
2		Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan <i>self</i>	Menghabiskan waktu untuk mencari tahu kegiatan orang lain di sosial media dan selalu update dengan apa yang ada di media sosial	8. Saat saya bersenang-senang penting bagi saya untuk membagikan momen saya melalui <i>story</i> . (F)	√			
				1. Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√			Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih baik dari saya
				7. Saya merasa terganggu saat melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman. (F)	√			
				2. Saya khawatir teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√			Saya khawatir teman dekat saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya

Self Concept

No	Nama Variabel	Aspek	Indikator	Item	Penilaian			Saran
					Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
1	Konsep Diri	<i>Self Fulfillment</i>	Mencapai tujuan serta target yang telah	1. Saya puas dengan apa yang sedang saya capai	√			Saya puas dengan apa yang sedang saya capai

			ditentukan seorang individu, Merasa terpenuhi, Dapat mengatasi tantangan yang ada	pada kehidupan saya sekarang. (F)				dalam kehidupan saya sekarang
				4. Sejauh ini saya berhasil mencapai setiap tujuan penting yang telah saya tentukan. (F)	√			Sejauh ini saya berhasil mencapai target yang saya rencanakan
				12. Saya selalu mengatasi segala permasalahan yang muncul dalam hidup saya. (F)	√			Saya dapat menyelesaikan permasalahan yang muncul dalam hidup saya
				15. Jika saya dapat memulai kehidupan sekali lagi, saya tidak akan banyak berubah. (F)	√			
				19. Saya merasa bangga dengan cara saya dalam mengatur hidup. (F)	√			
				8. Saya belum mencapai apapun yang saya anggap penting di hidup saya. (UF)	√			
2		<i>Autonomy</i>	Merasa mandiri dan memiliki perbedaan dengan orang lain, tidak dikuasai oleh orang lain, tidak	6. Saya membutuhkan persetujuan orang lain sebelum melakukan sesuatu. (UF)	√			
				10. Saya merasa sulit untuk memulai sesuatu tanpa dukungan orang lain. (UF)	√			

			bergantung pada orang lain	14. Ketika memutuskan sesuatu, saya terlalu bergantung pada pendapat orang lain. (UF)	√			
				17. Saya kesulitan untuk mengambil keputusan sendiri. (UF)	√			
3		<i>Honesty</i>	Konsisten dengan apa yang diperbuat, tidak merugikan orang lain, merasa terhormat dan berharga bagi orang lain	5. Saya orang yang dapat dipercaya. (F)	√			
				21. Janji saya sakral. (F)	√			Saya berpegang teguh pada janji saya
				9. Saya adalah pria/wanita yang selalu menepati janji. (F)	√			
4		<i>Emotional Adjustment</i>	Memiliki keseimbangan emosional	18. Saya adalah orang yang kuat secara emosional. (F)				
			Peka terhadap segala sesuatu	11. Saya lebih mudah tersinggung daripada kebanyakan orang. (UF)	√			
				20. Saya terlalu merasa sengsara jika terjadi suatu masalah. (UF)	√			Saya selalu merasa terpuruk jika ada masalah
				7. Saya menganggap diri saya sebagai orang yang sangat kaku dan cepat resah. (UF)	√			
				3. Jika saya merasa sedih saya sulit	√			

				untuk bangkit kembali. (UF)				
--	--	--	--	-----------------------------	--	--	--	--

LAMPIRAN 4 SKALA PENELITIAN

A. *Fear of Missing Out*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih baik dari saya				
2	Saya khawatir teman dekat saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya				
3	Saya gundah ketika mengetahui teman saya bersenang-senang tanpa saya				
4	Saya cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman saya				
5	Penting bagi saya untuk memahami topik pembicaraan maupun lelucon teman saya				
6	Saya sering merasa waktu saya terbuang sia-sia untuk mengikuti apa yang terjadi				
7	Saya merasa terganggu saat melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman				
8	Saat saya bersenang - senang penting bagi saya untuk membagikan momen saya melalui <i>story</i> di media sosial				
9	Ketika saya tidak bisa menghadiri acara, itu mengganggu saya				
10	Saat saya pergi berlibur, saya selalu memeriksa <i>story</i> teman-teman saya melalui media sosial				

B. *Self Concept*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya puas dengan apa yang telah saya capai pada kehidupan saya sekarang				
2	Ketika saya merasa sedih, saya sulit untuk bangkit kembali				
3	Sejauh ini saya berhasil mencapai target yang saya rencanakan				
4	Saya orang yang dapat dipercaya				
5	Saya membutuhkan persetujuan orang lain sebelum melakukan sesuatu				
6	Saya menganggap diri saya sebagai orang yang sangat kaku dan cepat resah				
7	Saya belum mencapai apapun yang saya anggap penting di hidup saya				
8	Saya adalah pria/wanita yang selalu menepati janji				
9	Saya merasa sulit untuk memulai sesuatu tanpa dukungan orang lain				

10	Saya lebih mudah tersinggung daripada kebanyakan orang				
11	Saya dapat menyelesaikan permasalahan yang muncul dalam hidup saya				
12	Saat mengambil keputusan, saya terlalu bergantung pada pendapat orang lain				
13	Jika saya dapat memulai kehidupan sekali lagi, saya tidak akan banyak berubah				
14	Saya kesulitan untuk mengambil keputusan sendiri				
15	Saya adalah orang yang kuat secara emosional				
16	Saya merasa bangga dengan cara saya dalam mengatur hidup				
17	Saya selalu merasa terpuruk jika ada masalah				
18	Saat saya berjanji, saya berpegang teguh pada janji saya				

LAMPIRAN 5 SURAT BALASAN IZIN PENELITIAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS SYARIAH

Jalan Gajayana 50, Malang 65144, Telepon (0341) 551354, Faksimile (0341) 572533
 Website : <http://syariah.uin-malang.ac.id> E-mail: syariah@uin-malang.ac.id

Nomor : B-418 /FSy/PP.001.2/02/20223
 Hal : Surat Balasan Izin Penelitian

08 Februari 2023

Kepada
 Yth. Wakil Dekan Bidang Akademik
 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
 di tempat

Assalamualaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh

Menindaklanjuti surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi
 Nomor:171/FPSi.1/PP.009/2/2023, perihal Izin Penelitian Skripsi mahasiswa:

Nama : Roro Aurellia Nur Shabrina
 NIM : 19410188
 Prodi : Psikologi
 Judul Skripsi : *Self Concept dan Kecenderungan Fear of Missing Out pada Mahasiswa di kota Malang.*

Dengan ini, kami memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk
 melakukan penelitian di Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat ini, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

Walaikum Salam wa Rahmatullah wa Barakatuh

Wakil Dekan
 Wakil Dekan Bidang Akademik,

 Zaenul Mahmudi

Tembusan:

1. Dekan;
2. Wakil Dekan Bidang Kemamasiswaan;
3. Para Ketua Prodi;
4. Kabag Tata Usaha.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS HUMANIORA
 Jalan Gajayana 50 Telepon 0341 – 570872, Faksimile 0341 – 570872 Malang 65144
 Website: <http://humaniora.uin-malang.ac.id>

Nomor : BI-564/FHm/ TL.01/02/2023
 Hal : Surat Balasan

27 Februari 2023

Kepada Yth.

Wakil Dekan bidang Akademik Fakultas Psikologi
 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullahi wa Barakatuh.

Menindaklanjuti surat dari Wakil Dekan bidang Akademik Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Nomor: 171/F.Psi.1/PP.009/2/2023 perihal izin skripsi dan pengambilan data dengan identitas:

Nama : Roro Aurellia Nur Shabrina
 NIM : 19410188
 Fakultas : Psikologi
 Program Studi : Psikologi

dengan ini kami memberikan ijin kepada yang bersangkutan untuk melakukan penelitian dan pengambilan data di tempat kami.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullahi wa Barakatuh.

Wakil Dekan
 Wakil Dekan bidang Akademik,




LAMPIRAN 6 HASIL PENELITIAN

U s i a	Ge nde r	Jurusan	Asal Wilayah	Minat terhadap tren	NIL AI FOM O	KATEG ORISASI FOMO	NI LA I SC	KATE GORIS ASI SC
1 9	Per emp uan	Psikologi	Mojokerto	Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	35	Sedang
1 8	Per emp uan	Psikologi	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	14	Sedang	43	Tinggi
1 9	Lak i - laki	Psikologi	Manado	Tempat wisata, Makanan, Game	10	Rendah	32	Sedang
2 0	Per emp uan	Psikologi	Kota Bekasi, Jawa Barat	Fashion	19	Tinggi	30	Sedang
1 9	Per emp uan	Psikologi	Malang	Tempat wisata, Makanan	13	Sedang	33	Sedang
1 8	Per emp uan	Psikologi	Probolingg o	Fashion, Tempat wisata, Makanan	17	Sedang	35	Sedang
2 0	Lak i - laki	Psikologi	Pasuruan	Tempat wisata, Game	16	Sedang	33	Sedang
1 9	Per emp uan	Psikologi	Sidoarjo	Tempat wisata, Makanan	19	Tinggi	37	Tinggi
2 0	Per emp uan	Psikologi	Malang	Tempat wisata	10	Rendah	40	Tinggi
2 0	Per emp uan	Psikologi	Magetan	Makanan	14	Sedang	30	Sedang
1 9	Per emp uan	Psikologi	Jombang	Fashion, Makanan	17	Sedang	29	Sedang
2 0	Per emp uan	Psikologi	Pasuruan jatim	Fashion, Tempat wisata, Game	16	Sedang	26	Sedang

21	Perempuan	Psikologi	Kediri	Fashion, Scholars program	13	Sedang	35	Sedang
20	Perempuan	Psikologi	Blitar	Fashion	10	Rendah	30	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Lampung	Fashion, Makanan	12	Rendah	34	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Batam	Fashion, Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	29	Sedang
20	Perempuan	Psikologi	Lamongan	Fashion, Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	35	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Jombang	Tempat wisata	13	Sedang	34	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Malang	Fashion, Makanan	14	Sedang	36	Sedang
19	Laki-laki	Psikologi	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan, Game	14	Sedang	27	Sedang
22	Perempuan	Psikologi	Sidoarjo	Makanan	11	Rendah	31	Sedang
18	Laki-laki	Psikologi	Malang	Tempat wisata, Game, Seni	15	Sedang	34	Sedang
20	Perempuan	Psikologi	Nganjuk	Tempat wisata	14	Sedang	35	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Nganjuk	Fashion, Tempat wisata, Makanan	11	Rendah	35	Sedang
18	Perempuan	Psikologi	Rembang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	14	Sedang	28	Sedang

19	Perempuan	Psikologi	Blitar	Fashion, Makanan	14	Sedang	37	Tinggi
19	Perempuan	Psikologi	Batu	Fashion, Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	29	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	jkt	Makanan	17	Sedang	36	Sedang
19	Perempuan	Psikologi	Pasuruan	Dekorasi rumah	8	Rendah	38	Tinggi
21	Laki-laki	Sastra Inggris	Tulungagung	Makanan, Game	18	Sedang	34	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Jombang	Fashion, Tempat wisata	15	Sedang	39	Tinggi
20	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Makanan,	18	Sedang	33	Sedang
20	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Makanan	14	Sedang	28	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Jambi	Fashion	17	Sedang	38	Tinggi
20	Perempuan	Sastra Inggris	Sidoarjo	Fashion, Tempat wisata, Makanan	18	Sedang	27	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Makanan	16	Sedang	39	Tinggi
19	Perempuan	Sastra Inggris	Sidoarjo	Fashion, Game	13	Sedang	29	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Pasuruan	Fashion, Tempat wisata, Makanan	16	Sedang	37	Tinggi
21	Laki-laki	Sastra Inggris	Pasuruan	Tempat wisata, Makanan	12	Rendah	34	Sedang

20	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	30	Sedang
19	Laki-laki	Sastra Inggris	Pasuruan	Musik	15	Sedang	22	Rendah
19	Perempuan	Sastra Inggris	Kediri	Fashion, Tempat wisata, Makanan, Game	15	Sedang	28	Sedang
22	Perempuan	Sastra Inggris	Tuban	Fashion, Tempat wisata, Makanan	18	Sedang	33	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	15	Sedang	36	Sedang
19	Perempuan	Sastra Inggris	Kota Probolinggo, Jawa Timur	Tempat wisata	16	Sedang	28	Sedang
20	Perempuan	Sastra Inggris	Jombang	Tempat wisata	6	Rendah	34	Sedang
20	Perempuan	Sastra Inggris	Banyuwangi	Makanan, film, buku	16	Sedang	32	Sedang
20	Laki-laki	Sastra Inggris	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan, Game,	12	Rendah	33	Sedang
20	Perempuan	Sastra Inggris	Malang	Kpop	11	Rendah	43	Tinggi
19	Laki-laki	Sastra Inggris	Malang	Game	6	Rendah	32	Sedang
19	Laki-laki	Sastra Inggris	Medan	Tempat wisata, Makanan, Game, Anime	17	Sedang	34	Sedang
20	Perempuan	Sastra Inggris	Balikpapan	Fashion, Tempat wisata, Makanan	14	Sedang	34	Sedang

20	Perempuan	Sastra Inggris	Tuhan Jawa Timur	Makanan	15	Sedang	35	Sedang
20	Laki-laki	Sastra Inggris	Malang	Game	15	Sedang	39	Tinggi
19	Perempuan	Sastra Inggris	Bojonegoro	Makanan, Buku, Film	12	Rendah	33	Sedang
21	Perempuan	Sastra Inggris	Tuban	Makanan, anime	15	Sedang	32	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Jember	Game	16	Sedang	34	Sedang
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Kabupaten Kediri	Tempat wisata	21	Tinggi	36	Sedang
20	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Batu	Makanan	17	Sedang	36	Sedang
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Makanan	17	Sedang	39	Tinggi
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	13	Sedang	33	Sedang
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	palembang	Fashion, Tempat wisata, Makanan	14	Sedang	44	Tinggi
19	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Game	13	Sedang	30	Sedang
18	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Banyuwangi	Fashion	19	Tinggi	17	Rendah
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Kotabaru	Tempat wisata, Makanan	12	Rendah	35	Sedang
20	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Tempat wisata	13	Sedang	30	Sedang

19	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Kota Batam	Fashion, Tempat wisata	15	Sedang	29	Sedang
19	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Sumatra Utara	Game, Olahraga	12	Rendah	38	Tinggi
18	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Mojokerto	Tempat wisata, Makanan	17	Sedang	30	Sedang
21	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Kediri	Tempat wisata	13	Sedang	29	Sedang
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Makanan	14	Sedang	37	Tinggi
21	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Tempat wisata, Makanan, Game	17	Sedang	33	Sedang
20	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	palu	Makanan	9	Rendah	35	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Pasuruan	Tempat wisata, Makanan,	20	Tinggi	37	Tinggi
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	gresik	Fashion, Tempat wisata, Makanan,	17	Sedang	35	Sedang
19	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Kutai	Fashion, Tempat wisata, Otomotif	11	Rendah	42	Tinggi
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Malang	Fashion	16	Sedang	36	Sedang
19	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Trenggalek	Fashion, Makanan	11	Rendah	39	Tinggi
19	Perempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Blitar	Fashion	12	Rendah	33	Sedang
23	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Kalimantan	Game	10	Rendah	38	Tinggi

20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Mojokerto	Game	16	Sedang	36	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Lamongan	Tempat wisata, Makanan	20	Tinggi	32	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Jawa barat	Game	19	Tinggi	29	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Sidoarjo	Fashion, Tempat wisata, Makanan	18	Sedang	31	Sedang
20	Pempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Bangkalan	Tempat wisata, Makanan	14	Sedang	33	Sedang
20	Pempuan	Hukum Ekonomi Syariah	Bangkalan	Tempat wisata, Makanan	16	Sedang	32	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	lamongan	Fashion, Tempat wisata, Makanan	12	Rendah	36	Sedang
20	Laki-laki	Hukum Ekonomi Syariah	Bondowoso	Tempat wisata	13	Sedang	34	Sedang

LAMPIRAN 7 HASIL UJI ANALISIS

A. Uji Validitas Alat Ukur

1. Fear of Missing Out Scale

Correlations

	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item1 0	Total
item1 Pearson Correlation Sig. (2- tailed) N	1 .000 88	.708* .000 88	.387* .000 88	.196 .067 88	.076 .482 88	.206 .054 88	.003 .977 88	.138 .198 88	.268* .011 88	.154 .153 88	.625* .000 88
item2 Pearson Correlation Sig. (2- tailed) N	.708* .000 88	1 .000 88	.294* .005 88	.171 .111 88	-.036 .741 88	.216* .044 88	.019 .859 88	.243* .023 88	.217* .043 88	.209 .051 88	.608* .000 88
item3 Pearson Correlation Sig. (2- tailed) N	.387* .000 88	.294* .005 88	1 .000 88	.405* .000 88	.223* .037 88	.198 .065 88	.191 .075 88	.194 .069 88	.235* .028 88	.350** .001 88	.685* .000 88
item4 Pearson Correlation Sig. (2- tailed) N	.196 .067 88	.171 .111 88	.405* .000 88	1 .190 88	.141 .898 88	.014 .085 88	.184 .225 88	.131 .225 88	.201 .060 88	.260* .015 88	.515* .000 88
item5 Pearson Correlation Sig. (2- tailed) N	.076 .482 88	-.036 .741 88	.223* .037 88	.141 .190 88	1 .898 88	.014 .246 88	.125 .123 88	-.166 .123 88	.137 .202 88	.051 .636 88	.286* .007 88

item6	Pearson Correlation	.206	.216*	.198	.014	.014	1	.064	.038	.174	.087	.406*
	Sig. (2-tailed)	.054	.044	.065	.898	.898		.551	.728	.105	.422	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item7	Pearson Correlation	.003	.019	.191	.184	.125	.064	1	.142	.450*	.032	.441*
	Sig. (2-tailed)	.977	.859	.075	.085	.246	.551		.186	.000	.765	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item8	Pearson Correlation	.138	.243*	.194	.131	-.166	.038	.142	1	.037	.308**	.422*
	Sig. (2-tailed)	.198	.023	.069	.225	.123	.728	.186		.735	.004	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item9	Pearson Correlation	.268*	.217*	.235*	.201	.137	.174	.450*	.037	1	.154	.565*
	Sig. (2-tailed)	.011	.043	.028	.060	.202	.105	.000	.735		.151	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item10	Pearson Correlation	.154	.209	.350*	.260*	.051	.087	.032	.308*	.154	1	.513*
	Sig. (2-tailed)	.153	.051	.001	.015	.636	.422	.765	.004	.151		.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
total	Pearson Correlation	.625*	.608*	.685*	.515*	.286*	.406*	.441*	.422*	.565*	.513**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.007	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

2. Personal Self Concept Questionnaire

Correlations

	ite m 1	ite m 2	ite m 3	ite m 4	ite m 5	ite m 6	ite m 7	ite m 8	ite m 9	ite m 10	ite m 11	ite m 12	ite m 13	ite m 14	ite m 15	ite m 16	ite m 17	ite m 18	To tal
ite m1 Pears on Corre lation Sig. (2- tailed) N	1 .22 * .038 88	.22 * .038 88	.535 ** .000 88	.048 .055 .000 88	-.088 .088 .055 88	.037 .033 .001 88	.335 ** .001 88	.297 ** .005 88	.091 .097 .000 88	.111 .112 .002 88	.362 ** .001 88	.190 .077 .000 88	.167 .120 .003 88	.150 .163 .006 88	.060 .077 ** .000 88	.427 ** .000 88	.118 .027 .002 88	.227 * .003 88	.593 ** .000 88
ite m2 Pears on Corre lation Sig. (2- tailed) N	.22 * .038 88	1 .065 .048 88	.089 .078 .000 88	.189 .077 .000 88	-.077 .077 .000 88	.316 ** .003 88	.057 .097 .000 88	.044 .084 .000 88	.191 .075 .000 88	.227 * .003 88	.253 * .007 88	.211 * .009 88	-.148 .170 .000 88	.268 * .001 88	.337 ** .001 88	.218 * .001 88	.178 .096 .006 88	.118 .274 .004 88	.479 ** .000 88
ite m3 Pears on Corre lation Sig. (2- tailed) N	.535 ** .000 88	.065 .048 .000 88	1 .280 ** .008 88	.280 ** .007 88	-.285 ** .007 88	-.093 .087 .004 88	.308 ** .004 88	.209 .050 .000 88	.001 .993 .000 88	-.203 .058 .000 88	.273 * .001 88	.014 .897 .000 88	.006 .953 .000 88	.033 .759 .004 88	.059 .584 .000 88	.382 ** .000 88	.099 .359 .009 88	.224 * .006 88	.371 ** .000 88
ite m4 Pears on Corre lation Sig. (2- tailed) N	.048 .655 88	.189 .078 .008 88	.280 ** .008 88	1 .008 .052 88	-.208 .052 .000 88	.038 .026 .000 88	-.030 .078 .000 88	.292 ** .006 88	.157 .144 .000 88	-.161 .135 .000 88	-.014 .900 .000 88	-.017 .873 .000 88	-.017 .100 .000 88	.116 .284 .000 88	.243 * .002 88	.186 .083 .003 88	.063 .563 .003 88	.382 ** .000 88	.265 * .012 88

	Sig. (2-tailed)	.120	.170	.953	.100	.173	.214	.963	.667	.711	.725	.003	.055		.877	.284	.160	.865	.032	.059
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item 4	Pearson Correlation	.150	.268*	.033	.116	.263*	.246*	-.003	.066	.539**	.127	.149	.559**	-.017	1	.175	.102	.332**	.040	.548**
	Sig. (2-tailed)	.163	.011	.759	.284	.013	.021	.977	.543	.000	.237	.165	.000	.877		.103	.342	.002	.714	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item 5	Pearson Correlation	.060	.337**	.059	.243*	.016	.124	.061	.035	.198	.048	.169	.172	-.116	.175	1	.308**	.056	.267*	.420**
	Sig. (2-tailed)	.576	.001	.584	.022	.885	.251	.575	.744	.064	.656	.116	.109	.284	.103		.004	.607	.012	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item 6	Pearson Correlation	.427**	.218*	.382**	.186	-.042	.126	.240*	.278**	.050	.007	.542**	.171	.151	.102	.308**	1	.144	.375**	.619**
	Sig. (2-tailed)	.000	.041	.000	.083	.701	.241	.009	.042	.948	.000	.000	.110	.160	.342	.004		.180	.000	.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item 7	Pearson Correlation	.118	.178	.099	.063	.269*	.195	.052	-.009	.194	.308**	.164	.268*	.018	.332**	.056	.144	1	.217*	.489**
	Sig. (2-tailed)	.272	.096	.359	.563	.011	.069	.633	.937	.069	.004	.127	.012	.865	.002	.607	.180		.042	.000

	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
item18	Pearson Correlation	.27*	.18	.24*	.38**	-.064	.101	.066	.372**	-.002	.143	-.038	-.229*	.040	.267*	.375**	.217*	1	.386**
	Sig. (2-tailed)	.033	.274	.036	.000	.555	.351	.540	.000	.987	.181	.723	.032	.714	.012	.000	.042		.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88
total	Pearson Correlation	.593**	.479**	.371**	.265*	.244*	.307**	.333**	.452**	.725**	.309**	.522**	.202	.548**	.420**	.619**	.489**	1	.386**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.012	.022	.004	.002	.001	.000	.004	.000	.059	.000	.000	.000	.000		.000
	N	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88	88

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

B. Uji Reliabilitas

1. Fear of Missing Out Scale

Uji Reliabilitas 10 Item

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.680	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	23.00	12.506	.474	.630
item2	23.11	12.700	.458	.634
item3	22.86	12.142	.552	.614
item4	23.33	13.511	.368	.652
item5	22.33	14.798	.113	.693
item6	22.76	13.931	.215	.680
item7	22.89	13.688	.252	.674
item8	22.91	13.808	.230	.678
item9	22.90	13.035	.411	.643
item10	23.20	13.314	.346	.655

Uji Reliabilitas 6 Item

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.703	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	11.98	5.954	.548	.624
item2	12.09	6.176	.510	.639
item3	11.84	6.066	.523	.634
item4	12.31	6.928	.372	.682
item9	11.88	6.915	.320	.698
item10	12.18	6.817	.335	.694

2. Personal Self Concept Questionnaire

Uji Reliabilitas 18 Item

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.706	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	45.65	24.829	.468	.672
item2	45.45	26.871	.377	.686
item3	45.87	27.582	.254	.697
item4	45.11	28.562	.162	.705
item5	46.10	28.438	.102	.714
item6	45.98	27.931	.172	.706
item7	46.07	27.650	.194	.704
item8	45.28	27.930	.248	.698
item9	45.92	26.580	.354	.687
item10	45.93	27.673	.140	.714
item11	45.26	26.655	.478	.679
item12	45.69	26.422	.420	.682
item13	46.32	28.748	.041	.723
item14	45.84	26.250	.450	.679
item15	45.55	26.940	.292	.694
item16	45.58	25.166	.516	.669
item17	45.97	26.700	.384	.685

item18	45.18	27.760	.288	.695
--------	-------	--------	------	------

Uji Reliabilitas 12 Item

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.749	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM1	30.77	15.327	.466	.722
ITEM2	30.58	17.005	.371	.734
ITEM3	31.00	17.057	.341	.737
ITEM8	30.41	17.532	.308	.741
ITEM9	31.05	16.803	.341	.738
ITEM11	30.39	16.815	.481	.724
ITEM12	30.82	16.702	.404	.730
ITEM14	30.97	16.608	.426	.727
ITEM15	30.67	16.890	.310	.742
ITEM16	30.70	15.544	.529	.713
ITEM17	31.09	17.302	.298	.742
ITEM18	30.31	17.457	.338	.738

C. Uji Normalitas**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		88
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.90855230
Most Extreme Differences	Absolute	.068
	Positive	.039
	Negative	-.068
Test Statistic		.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

- c. Lilliefors Significance Correction.
 d. This is a lower bound of the true significance.

D. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
FOMO * SC	Between Groups	(Combined)	158.842	19	8.360	.937	.543
		Linearity	29.826	1	29.826	3.341	.072
		Deviation from Linearity	129.016	18	7.168	.803	.690
	Within Groups		606.976	68	8.926		
Total			765.818	87			

E. Kategorisasi Data

Fear of Missing Out

Self Concept

KategoriFoMO

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	21	23.9	23.9	23.9
Sedang	60	68.2	68.2	92.0
Tinggi	7	8.0	8.0	100.0
Total	88	100.0	100.0	

KategoriSC

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	2	2.3	2.3	2.3
Sedang	67	76.1	76.1	78.4
Tinggi	19	21.6	21.6	100.0
Total	88	100.0	100.0	

F. Uji Korelasi Product Moment

Correlations

		SC	FOMO
SC	Pearson Correlation	1	-.197*
	Sig. (1-tailed)		.033
	N	88	88
FOMO	Pearson Correlation	-.197*	1
	Sig. (1-tailed)	.033	
	N	88	88

*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

G. Uji Tambahan

- Aspek Dominan pada Variabel FoMO

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	6.523E-15	.000		.000	1.000
Self	1.000	.000	.500	147305815.709	.000
Relate	1.000	.000	.694	204295778.562	.000

a. Dependent Variable: FOMO

2. Aspek Dominan pada variabel *Self Concept*

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	2.084E-15	.000		.	.
SF12	1.000	.000	.514	.	.
A12	1.000	.000	.397	.	.
H12	1.000	.000	.227	.	.
EA12	1.000	.000	.329	.	.

a. Dependent Variable: SC

3. Pengaruh Gender pada Variabel FoMO

Group Statistics

	Gender	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Total FoMO	Laki-Laki	28	14.39	3.337	.631
	Perempuan	60	14.48	2.807	.362

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Total FoMO	Equal variances assumed	1.992	.162	-.132	86	.895	-.090	.683	-1.448	1.267
	Equal variances not assumed			-.124	45.507	.902	-.090	.727	-1.555	1.374

4. Pengaruh Gender pada Variabel *Self Concept*

Group Statistics

	Gender	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
--	--------	---	------	----------------	-----------------

Total SC Laki-Laki	28	33.43	4.140	.782
Perempuan	60	33.57	4.571	.590

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Total SC Equal variances assumed	.406	.526	-.136	86	.892	-.138	1.016	-2.158	1.882	
Total SC Equal variances not assumed			-.141	57.880	.888	-.138	.980	-2.100	1.824	

5. Uji Sumbangan Efektif Aspek Self Concept pada FoMO

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.372 ^a	.138	.097	2.820

a. Predictors: (Constant), EA12, H12, A12, SF12

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	105.770	4	26.442	3.325	.014 ^b
Residual	660.049	83	7.952		
Total	765.818	87			

a. Dependent Variable: FOMO

b. Predictors: (Constant), EA12, H12, A12, SF12

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1 (Constant)	18.206	2.499			7.285	.000
SF12	.066	.151	.051	.441	.661	
A12	-.424	.189	-.250	-2.247	.027	
H12	.340	.331	.115	1.027	.307	
EA12	-.409	.236	-.200	-1.735	.086	

a. Dependent Variable: FOMO