

**PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI
VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA**

SKRIPSI



Oleh :

Shabrina Kamilia Firdausi

NIM. 210401110227

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2025**

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI
VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Shabrina Kamilia Firdausi

NIM. 210401110227

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

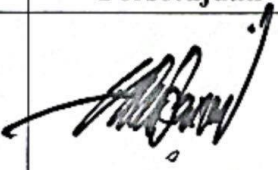

PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA

SKRIPSI

Oleh

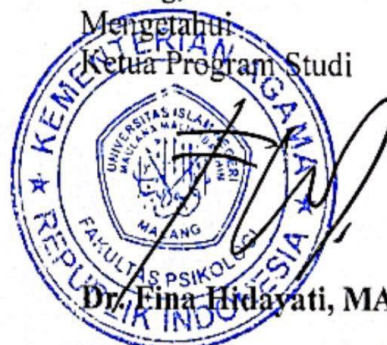
Shabrina Kamilia Firdausi
210401110227

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing I Muchamad Adam Basori, MA, (TESOL) NIP 198103122023211011		17 / 12 2025
Dosen Pembimbing II Dr. Muallifah, MA NIP 198505142019032008		22 - 12 - 2025

Malang, 18 November 2025

Mengetahui
Ketua Program Studi



Dr. Fina Hidayati, MA

NIP. 19800102020150310

LEMBAR PENGESAHAN


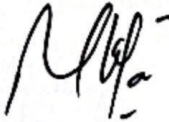

PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA

SKRIPSI

Oleh:

SHABRINA KAMILIA FIRDAUSI (210401110227)

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis
Sidang Skripsi Pada tanggal 8 Desember 2025

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji Muchamad Adam Basori, MA, (TESOL) NIP 198103122023211011		17/12/2025
Ketua Penguji Dr. Muallifah, MA NIP 198505142019032008		18-12-2025
Penguji Utama Dr. Fina Hidayati, MA NIP 198610092015032002		18-12-2025

Disahkan oleh,
Dekan



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP 196710291994032001



NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamualaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah skripsi yang berjudul:

**PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI
VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA**

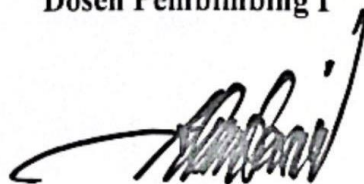
Yang ditulis oleh:

Nama : Shabrina Kamilia Firdausi
NIM : 210401110227
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diajukan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamualaikum wr.wb

Malang, 18 November 2025
Dosen Pembimbing I



Muchamad Adam Basori, MA, (TESOL)
NIP 198103122023211011

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamualaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah skripsi yang berjudul:

**PENGARUH *FEAR OF MISSING OUT* TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT SEBAGAI
VARIABEL MODERATOR PADA REMAJA**

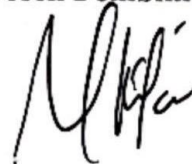
Yang ditulis oleh:

Nama : Shabrina Kamilia Firdausi
NIM : 210401110227
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diajukan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamualaikum wr.wb

Malang, 18 November 2025
Dosen Pembimbing II



Dr. Muallifah, MA
NIP 198505142019032008

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Shabrina Kamilia Firdausi

Nim : 210401110227

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengaruh *Fear of Missing Out* Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dengan *Social Media Engagement* Sebagai Variabel Moderator Pada Remaja”**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

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

Malang, 18 November 2025
Penulis



Shabrina Kamilia Firdausi

NIM 210401110227

MOTTO

“Barang siapa memudahkan urusan orang lain, maka Allah akan membantu
memudahkan urusannya di dunia dan di akhirat”

- HR. Muslim

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Dengan segala puja dan puji syukur atas kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Esa dan dukungan do'a dari orang-orang disekitar saya yang saya cintai, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada: Pertama kepada Allah Subhanau Wa Ta' ala Yang Maha Melihat dan Maha mendengar semua doa-doa, dan usaha hambanya, saya ucapkan rasa syukur yang tiada henti atas rahmat, kesehatan dan kekuatan hingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Kedua kepada keluarga saya, terutama kedua orang tua saya dan kakak-kakak yang amat saya cintai, ayah, ibu, dan kakak terimakasih banyak atas kesabarannya yang tak pernah lelah mendengarkan keluh kesah setiap hari, terimakasih untuk semua pengorbanan, cinta, *support*, motivasi, dan doa yang tiada henti dalam setiap langkah hidup saya, yang menjadi sumber semangat dalam menyelesaikan perjalanan akademik ini. Kepada Dosen pembimbing saya Muchamad Adam Basori, MA, (TESOL) dan Dr. Muallifah, MA yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya, terimakasih rasanya tidak cukup diungkapkan dengan kata-kata. Yang keempat terimakasih banyak kepada terdekat saya Evan, Yulia, Aisyah, Anjar, dan masih banyak lagi yang tak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih banyak telah kebersamai dan memberikan semangat yang tiada henti, sebuah anugerah dapat mengenal dan membuat kenangan indah bersama kalian.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Fear of Missing Out* Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dengan *Social Media Engagement* Sebagai Variabel Moderator Pada Remaja”**,

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Program Sarjana di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dalam hal ini, penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih terdapat kekurangan, sehingga dengan kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan rasa terimakasih, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya bagi semua pihak yang terlibat, baik yang memberikan dukungan secara moral maupun material, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan ini, secara khusus penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muchamad Adam Basori, MA, (TESOL) selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta kritik dan saran yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam proses penyusunan skripsi.

4. Ibu Dr. Muallifah, MA selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta kritik dan saran yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam proses penyusunan skripsi.
5. Keluarga besar saya yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan doa kepada peneliti untuk bisa menjalani studi dengan baik.
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama masa perkuliahan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang serta kepada seluruh staff BAK dan perpustakaan atas pelayanan yang maksimal selama ini.
7. Semua pihak yang telah mendukung peneliti, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semuanya menjadi bahan masukan dalam dunia psikologi.

Malang, 18 November 2025

Peneliti,



Shabrina Kamilia Firdausi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS.....	v
SURAT PERNYATAAN.....	vii
MOTTO.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
ABSTRAK.....	xix
ABSTRAC.....	xx
ملخص البحث.....	xxi
BAB I PENDAHULUAN	
A Latar Belakang	1
B Rumusan Masalah	5
C Tujuan Penelitian	5
D Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A <i>Psychological Well-Being</i>	7
1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	7
2. Aspek-aspek <i>Psychological Well-Being</i>	8
3. Faktor <i>Psychological Well-Being</i>	10

B	<i>Fear of Missing Out</i>	12
	1. Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	12
	2. Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i>	14
	3. Faktor <i>Fear of Missing Out</i>	15
C	<i>Social Media Engagement</i>	16
D	Pengaruh <i>fear of missing out</i> terhadap kesejahteraan psikologis dengan <i>social media engagement</i>	18
E	Hipotesis.....	21

BAB III METODE PENELITIAN

A	Jenis Penelitian.....	22
B	Variabel Penelitian	22
	1. Variabel X.....	23
	2. Variabel Y.....	23
	3. Variabel Moderator	23
C	Definisi Operasional.....	24
	1. Kesejahteraan Psikologis	24
	2. <i>Fear of Missing Out</i>	24
	3. <i>Social Media Engagement</i>	25
D	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	26
	1. Populasi.....	26
	2. Sampel.....	26
E	Metode Pengumpulan Data.....	27
	1. Skala Kesejahteraan Psikologis	28
	2. Skala <i>Fear of Missing Out</i>	28
	3. Skala <i>Social Media Engagement</i>	29
G	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	30
	1. Validitas.....	30
	2. Reliabilitas.....	32

H	Analisis Data.....	33
	1. Analisis Deskriptif.....	33
	2. Analisis Asumsi Klasik	35
	3. Uji Hipotesis	36
BAB IV HASIL PENELITIAN		
A	Gambaran Umum Partisipan.....	37
B	Pelaksanaan Penelitian.....	38
C	Pemaparan Hasil Penelitian.....	39
	1. Analisis Deskriptif	39
	2. Uji Asumsi	44
	3. Uji Hipotesis	46
D	Pembahasan.....	50
	1. Tingkat Kesejahteraan Psikologis, <i>Fear of Missing Out</i> , dan <i>Social Media Engagement</i> Pada Remaja	50
	2. Pengaruh <i>Fear of Missing Out</i> Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja	58
	3. Pengaruh <i>Fear of Missing Out</i> Terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan <i>Social Media Engagement</i> Sebagai Moderator Pada Remaja	61
BAB V PENUTUP		
A	Kesimpulan.....	66
B	Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA		70
LAMPIRAN.....		74

DAFTAR TABEL

Tabel	3.1	Sebaran Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis.....	28
Tabel	3.2	Sebaran Aitem Skala <i>Fear of Missing Out</i>	29
Tabel	3.3	Sebaran Aitem Skala <i>Social Media Engagement</i>	30
Tabel	3.4	Validitas Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	30
Tabel	3.5	Validitas Variabel <i>Social Media Engagement</i>	31
Tabel	3.6	Validitas Variabel Kesejahteraan Psikologis	32
Tabel	3.7	Reliabilitas	32
Tabel	3.8	Rumus Kategorisasi.....	34
Tabel	4.1	Persebaran Demografi.....	37
Tabel	4.2	Skor Hipotetik dan Empirik.....	39
Tabel	4.3	Kategorisasi Data <i>Fear of Missing Out</i>	41
Tabel	4.4	Kategorisasi Data <i>Social Media Engagement</i>	42
Tabel	4.5	Kategorisasi Data Kesejahteraan Psikologis	43
Tabel	4.6	<i>Kolmogorov-Smirnove Test</i> Variabel	44
Tabel	4.7	Multikolinearitas	45
Tabel	4.8	Heteroskedastisitas	45
Tabel	4.9	Uji T <i>Fear of Missing Out</i>	46
Tabel	4.10	Uji T <i>Social Media Engagement</i>	46
Tabel	4.11	Uji Regresi	47
Tabel	4.12	Uji <i>Simple Slopes</i>	48

Tabel 4.13 Uji Koefisiensi Determinasi (R^2)	49
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar	3.1	Kerangka Konseptual.....	20
Gambar	4.1	Kategorisasi <i>Fear of Missing Out</i>	41
Gambar	4.2	Kategorisasi <i>Social Media Engagement</i>	42
Gambar	4.3	Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala <i>Fear of Missing Out</i>	69
Lampiran 2	Skala <i>Social Media Engagement</i>	71
Lampiran 3	Skala Kesejahteraan Psikologis	73
Lampiran 4	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala.....	75
Lampiran 5	Kategorisasi dan Skor Responden Penelitian.....	78
Lampiran 6	Hasil Demografi.....	121
Lampiran 7	Uji Normalitas.....	121
Lampiran 8	Uji Linearitas.....	122
Lampiran 9	Uji Hipotesis.....	122

ABSTRAK

Firdausi, S.K (2025). Pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan *Social Media Engagement* sebagai Variabel Moderator Pada Remaja. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
Pembimbing: Muchamad Adam Basori, MA, TESOL, Dr. Muallifah, MA
Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, *Social Media Engagement*, Kesejahteraan Psikologis, Remaja

Fear of Missing Out (FoMO) saat ini menjadi fenomena psikologis yang banyak dialami oleh remaja akibat meningkatnya penggunaan media sosial. FoMO yang berlebihan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja, baik berpengaruh secara positif maupun pengaruh negatif, hal tersebut tergantung pada bagaimana individu memaknai dan meresponsnya. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* sebagai variabel moderator pada remaja, serta melihat sejauh mana dua aspek *fear of missing out* yaitu aspek *relatedness* dan *self* dalam berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan survei korelasional. Pada penelitian ini, jumlah sampel penelitian sebanyak 406 remaja yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Sesuai analisis penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa tingkat *fear of missing out* pada remaja berada dikategori sedang dengan persentase 67%, tingkat *social media engagement* pada remaja berada di tingkat sedang dengan persentase 53%, dan tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja berada dikategori sedang dengan persentase 69%. Sedangkan untuk uji hipotesis menggunakan *pearson correlation* dan mendapatkan hasil 0,00 ($p > 0,05$) dengan begitu hipotesis dalam penelitian ini diterima. Secara kontributif, hasil penelitian ini mampu memberikan pemahaman baru mengenai pengaruh FoMO terhadap kesejahteraan psikologis remaja, serta menjadi acuan dalam pengembangan program edukatif dan intervensi psikologis untuk membantu remaja menggunakan media sosial secara lebih sehat dan adaptif.

ABSTRAC

Firdausi, S.K (2025). *The Effect of Fear of Missing Out on Psychological Well-being with Social Media Engagement as a Moderating Variable in Adolescents*. Thesis. Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Advisor: Muchamad Adam Basori, MA, TESOL, Dr. Muallifah, MA
Keywords: *Fear of Missing Out, Social Media Engagement, Kesejahteraan Psikologis, Remaja*

Fear of Missing Out (FoMO) is currently a psychological phenomenon widely experienced by adolescents due to the increased use of social media. Excessive FoMO can affect the psychological well-being of adolescents, both positively and negatively, depending on how individuals interpret and respond to it. The purpose of this study is to analyze the effect of Fear of Missing Out on psychological well-being with social media engagement as a moderating variable in adolescents, as well as to examine the extent to which the two aspects of fear of missing out, namely relatedness and self, contribute to psychological well-being. The method used in this study is quantitative with a correlational survey approach. In this study, the sample size was 406 adolescents selected using purposive sampling. The analysis of the research shows that the level of fear of missing out among adolescents is in the moderate category with a percentage of 67%, the level of social media engagement among adolescents is at a moderate level with a percentage of 53%, and the level of psychological well-being among adolescents is in the moderate category with a percentage of 69%. Meanwhile, the hypothesis test used Pearson's correlation and obtained a result of 0.00 ($p > 0.05$), thus accepting the hypothesis in this study. Contributively, the results of this study provide new insights into the influence of FoMO on the psychological well-being of adolescents and serve as a reference in the development of educational programs and psychological interventions to help adolescents use social media in a healthier and more adaptive manner.

ملخص البحث

فردوسي، س.ك. (2025). تأثير الخوف من فقدان على الرفاهية النفسية مع مشاركة وسائل التواصل الاجتماعي كمتغير معتدل لدى المراهقين. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

المشرف: محمد آدم باسوري، ماجستير، الدكتور معالفة، ماجستير
الكلمات المفتاحية: الخوف من فقدان، المشاركة في وسائل التواصل الاجتماعي، الرفاهية النفسية، المراهقون

الخوف من فقدان هو حالياً ظاهرة نفسية يشيع إصابتها المراهقون بسبب الاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي. يمكن أن يؤثر الخوف المفرط من فقدان على الصحة النفسية للمراهقين، سواء بشكل إيجابي أو سلبي، اعتماداً على كيفية تفسير الأفراد له واستجابتهم له. تهدف هذه الدراسة إلى تحليل تأثير الخوف من فقدان الخارج على الصحة النفسية مع وسائل التواصل الاجتماعي المشاركة كمتغير معتدل في المراهقين، وكذلك لمعرفة مدى مساهمة جوانب الارتباط بالذات في الخوف من فقدان في الصحة النفسية. كانت طريقة البحث المستخدمة كمية مع نهج استقصائي ترابطي. تألفت عينة البحث من ٤٠٦ مراهقين تم اختيارهم باستخدام العينة المقصودة. وفقاً لتحليل البحث الذي تم إجراؤه، تظهر النتائج أن مستوى الخوف من فقدان بين المراهقين يقع في الفئة المعتدلة بنسبة ٦٧٪، وأن مستوى التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين يقع في ٥٣٪. والمستوى المعتدل بنسبة ٥٣٪، وأن مستوى الرفاهية النفسية بين المراهقين يقع في الفئة المعتدلة بنسبة ٦٩٪. وبالتالي، ($p > 0.05$) وفي الوقت نفسه، بالنسبة لاختبار الفرضية باستخدام ارتباط بيرسون، كانت النتيجة 0.00 تم قبول الفرضية في هذه الدراسة. من الناحية الإيجابية، من المتوقع أن توفر نتائج هذه الدراسة رؤى جديدة حول تأثير الخوف من فقدان على الرفاهية النفسية للمراهقين، بالإضافة إلى كونها مرجعاً في تطوير البرامج التعليمية والتدخلات النفسية لمساعدة المراهقين على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بطريقة أكثر صحة وتكيفاً.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesejahteraan psikologis remaja telah menjadi perhatian yang meningkat dalam beberapa tahun terakhir karena meningkatnya prevalensi masalah kesehatan mental. Data dari World Health Organization (2024)) menunjukkan bahwa sekitar 14% anak dan remaja berusia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, yang berarti bahwa satu dari setiap tujuh individu dalam kelompok usia ini terpengaruh. Remaja dengan kesehatan mental yang buruk lebih cenderung menghadapi pengucilan sosial, diskriminasi, dan tantangan dalam interaksi sosial (World Health Organization, 2024). Hal serupa diamati di Indonesia, di mana kasus gangguan psikologis di kalangan remaja juga meningkat. Temuan dari Indonesia National Adolescent Mental Health Survei (2022) memperkirakan bahwa 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental dalam setahun terakhir, termasuk kondisi seperti depresi, kecemasan, gangguan stres pasca-trauma, masalah perilaku, dan hiperaktivitas.

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan Indonesia National Adolescent Mental Health Survei (2022) mengungkapkan bahwa 26,7% remaja Indonesia berusia 10–17 tahun menderita masalah kesehatan mental. Secara spesifik, 5,3% mengalami gejala depresi, 10,6% menunjukkan tanda-tanda hiperaktivitas, 1,8% terpengaruh oleh gangguan stres pasca-trauma, dan kecemasan termasuk di antara masalah yang paling umum dilaporkan. Gangguan emosional dan perilaku juga sering

ditemui selama masa remaja, terutama dalam konteks sekolah, dengan 23,66% siswa mengalami gangguan emosional dan perilaku (Aziz et al., 2021).

Kesejahteraan psikologis pada remaja yang terganggu akan berdampak jangka panjang pada kehidupan mereka yang dimana hal tersebut harus segera diatasi karena dampak yang dapat ditimbulkan sangat besar seperti kecemasan, depresi, dan lain-lain (Deviana et al., 2023). Remaja dengan kesejahteraan psikologis yang buruk akan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, berkembang dalam potensi diri, memiliki hubungan positif dengan lingkungan, dan mampu memahami dirinya. Sehingga hal ini menjadi suatu upaya dalam menjaga kesejahteraan psikologis remaja.

Jika kesejahteraan psikologis remaja tidak segera untuk ditangani dan mendapatkan perhatian yang lebih maka akan memberikan dampak yang lebih besar pada para remaja. Ketika hal permasalahan psikologis dibiarkan begitu saja juga dapat meningkatkan kemungkinan keinginan untuk bunuh diri. Sebanyak 5.5 % remaja mengalami gangguan mental meliputi kecemasan, depresi, gangguan perilaku yang dimana hal tersebut semakin besar kemungkinan mereka mencoba untuk melakukan bunuh diri (Indonesia National Adolescent Mental Health Survei, 2022). Gangguan kesehatan psikologis yang tidak ditangani saat remaja memiliki potensi berkembang yang lebih serius ketika ia beranjak dewasa. Selain meningkatkan resiko bunuh diri yang berdampak pada individu tersebut, permasalahan psikologis juga dapat memberikan hambatan bagi orang lain. Ketidakmampuan individu dalam mengelola kehidupannya dan melakukan aktivitas kesehariannya akibat permasalahan psikologis

membuat orang disekitar sulit dalam membangun hubungan sosial yang positif dan baik (Mauliza et al., 2025).

Kesulitan psikologis yang muncul akibat kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya kesejahteraan psikologis di antara individu yang memiliki kemampuan terbatas untuk mengatur penggunaan dalam bermedia sosial mereka dan rentan terhadap fenomena takut ketinggalan (fomo). FoMO berhubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis pada individu yang bermedia sosial, artinya tingkat FoMO yang lebih rendah dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi (J. A. Savitri, 2019). Lebih lanjut, penelitian oleh Sianturi & Siregar (2023) mengungkapkan bahwa FoMO memiliki kontribusi signifikan sebesar 9,9% terhadap kesejahteraan psikologis remaja. FoMO dapat digambarkan sebagai keadaan psikologis di mana individu mengalami kecemasan yang meningkat ketika mereka tidak dapat mengakses atau berpartisipasi dalam pengalaman yang dianggap lebih berharga oleh orang lain (Alt, 2015). Kondisi ini umumnya ditemukan di antara individu yang menggunakan media sosial secara intensif atau menunjukkan tingkat keterlibatan yang tinggi, yang menyebabkan mereka sering membandingkan diri mereka dengan orang lain di media sosial sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan psikologis yang belum terpenuhi secara memadai.

Fear of missing out secara signifikan memiliki kaitan dengan kecemasan, kepuasan, dan amarah pada diri sendiri (Przybylski, Murayama, DeHaan, et al., 2013). Fenomena *fear of missinig out* ini ditimbulkan dari penggunaan media sosial yang menyebabkan pelajar menunda waktu tidurnya karena ketidakinginan melewatkan

suatu hal yang menyenangkan akan terjadi (Putri et al., 2019). Individu yang mengalami fenomena ini tidak merasa puas dengan kehidupannya. Penelitian tersebut dapat memperkuat bahwa *fear of missing out* menjadi salah satu faktor rendahnya kesejahteraan psikologis. Kecemasan berlebih pada remaja dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka dalam menjalani aktivitas (Cahyani & Putri, 2024).

Fenomena ini semakin marak seiring dengan perkembangan pesat internet dan teknologi modern. Remaja yang aktif menggunakan media sosial lebih rentan mengalami FoMO (Fear of Missing Out), karena paparan terus-menerus terhadap aktivitas sosial orang lain dapat memicu kecemasan sosial (Husnita & Alrefi, 2025). Penggunaan media sosial yang meluas di berbagai kelompok usia, khususnya di kalangan remaja, tercermin dalam temuan yang menunjukkan bahwa 28,6% dari 343 partisipan—yang sebagian besar adalah remaja—mengalami kecanduan media sosial (Fathadhika & Afriani, 2018). Hasil lebih lanjut dari penelitian yang sama menunjukkan bahwa banyak remaja secara terbiasa mengakses media sosial dalam interval singkat namun konsisten, seperti sekitar 15 menit sebelum tidur dan 15 menit setelah bangun tidur (Fathadhika & Afriani, 2018). Penelitian tambahan yang melibatkan mahasiswa psikologi di Universitas X mengungkapkan bahwa rasa takut ketinggalan (*fear of missing out*/FoMO) dilaporkan oleh 56 mahasiswa dalam kategori sedang, 46 mahasiswa dalam kategori tinggi, dan 48 mahasiswa dalam kategori rendah (Wibowo & Nurwindasari, 2019). Lebih lanjut, data dari Global Web Index menunjukkan bahwa individu berusia 16–24 tahun, khususnya perempuan, menghabiskan waktu lebih lama di media sosial, rata-rata 180 menit per hari,

sedangkan laki-laki dalam kelompok usia yang sama menghabiskan sekitar 164 menit setiap hari. Pola serupa juga diidentifikasi di kalangan remaja di SMA 14 Tangerang, di mana 78 siswa mengalami FoMO pada tingkat sedang, mayoritas dari 77 siswa menunjukkan tanda-tanda kecanduan media sosial, dan ditemukan hubungan yang signifikan antara rasa takut ketinggalan dan perilaku kecanduan media sosial.

Menurut Przybylski et al. (2013), tingkat keterlibatan seseorang dalam aktivitas media sosial, yang juga dikenal sebagai keterlibatan media sosial, adalah salah satu elemen yang berkontribusi membentuk rasa takut ketinggalan (FOMO). Dalam konteks penggunaan media sosial, keterlibatan mengacu pada tingkat keterlibatan seseorang dalam suatu aktivitas dan mencakup faktor-faktor seperti frekuensi, durasi, dan intensitas interaksi mereka dengan platform media sosial. Temuan oleh Fathadhika & Afriani (2018), yang menunjukkan bahwa FOMO memiliki dampak langsung dan tidak langsung pada kecenderungan kecanduan media sosial dengan partisipasi media sosial bertindak sebagai elemen moderasi dalam hal ini, memberikan kredibilitas pada sudut pandang ini.

Berdasar pada penjelasan di atas, ketika kesejahteraan psikologis diperiksa dalam kaitannya dengan FoMO yang di mediasi oleh *social media engagement* maka peneliti berasumsi bahwa fomo berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja dengan dipengaruhi oleh tingkat social media engagement. Untuk membuktikan hal tersebut, maka peneliti melakukan kajian ilmiah dengan judul “Pengaruh *Fear of Missing Out* Terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan *Engagement* Sebagai Variabel Moderator Pada Anak Remaja

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *fear of missing out*, *social media engagement*, dan kesejahteraan psikologis pada remaja ?
2. Apakah terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja ?
3. Apakah terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* pada remaja sebagai variabel moderator ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *fear of missing out*, *social media engagement*, dan kesejahteraan psikologis pada remaja.
2. Untuk menentukan apakah terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja.
3. Untuk menentukan apakah terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* sebagai moderator pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan ilmu bagi peneliti tentang pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* sebagai variabel moderator Pada Remaja

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Peneliti berharap bahwa penelitian ini mampu meningkatkan kesadaran remaja terhadap dampak *fear of missing out* dan *social media engagement* pada kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, remaja diharapkan mampu mengelola penggunaan media sosial dengan bijak.

b. Bagi Orang tua dan Pendidik

Peneliti berharap bahwa penelitian ini mampu menjadi informasi bagi orang tua dan pendidik mengenai pemahaman kondisi psikologis pada remaja dalam menghadapi tekanan media sosial. Sehingga penelitian ini mampu menjadikan dasar dalam pendampingan, pengawalan, dan edukasi pada remaja terkait penggunaan media sosial

c. Bagi Praktisi Psikologi dan Konselor

Peneliti berharap bahwa penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi penelitian yang serupa di masa akan datang sehingga dapat menyusun rumusan permasalahan baru untuk penelitian berikutnya. Dan mampu dalam menjadikan penyusunan program intervensi, konseling, serta psikoedukasi yang berfokus pada *fear of missing out* dan kesejahteraan psikologis remaja.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Psychological well-being atau juga disebut sebagai kesejahteraan psikologi merupakan suatu tingkat kemampuan individu dalam menjalankan fungsi psikologis dari dirinya. Konsep dari teori kesejahteraan psikologis ini dikembangkan oleh Ryff & Keyes (1995), kesejahteraan psikologis bukan hanya ketidakhadiran dari penyakit psikologis melainkan sebagai pencapaian dalam menunjang kualitas hidup individu. Menurut Ryff (dalam Sumakul & Ruata, 2020), kesejahteraan psikologis menggambarkan individu dalam memenuhi potensi psikologis dan suatu kondisi individu yang dapat ditandai dengan adanya kemampuan menerima akan dirinya, mampu mengembangkan hubungan sosial yang baik, mandiri, mampu dalam mengendalikan diri pada lingkungan, dan dapat bertumbuh secara personal.

Berdasarkan dalam jurnal ilmiahnya, Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwasanya individu dapat meingkatkan kesejahteraan psikologisnya dalam dua kemampuan positif. Hal pertama adalah bagaimana cara individu dapat membedakan suatu hal positif dan negatif. Dan hal kedua adalah tentang individu dapat memberikan kepuasan terhadap dirinya sebagai tujuan dari kesejahteraan atas hidupnya.

Menurut Bradburn yang didasarkan pada buku aristototetea yang berjudul “*Nichomacheon Ethics*” (dalam Ghaybiyyah & Mahpur, 2022), bahwasanya kebahagiaan individu didasari oleh keseimbangan antara positif dan negatif. Namun berbeda halnya dengan Wagerman bahwa kesejahteraan psikologi merupakan suatu usaha untuk mengarahkan individu dalam kehidupannya (Ghaybiyyah & Mahpur, 2022).

Ryan & Deci (2001) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan keterlibatan fungsi optimal dan pengalaman yang berdasarkan dari dua perspektif, yaitu pendekatan hedonis merupakan pendekatan yang menekankan atas kebahagiaan dan pendekatan eudaimonik merupakan pendekatan yang berdasarkan dari pencapaian dan pengembangan diri.

Seligman (2018) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya sebagai konsep kebahagiaan melainkan konsep yang lebih dari kebahagiaan. Kesejahteraan psikologis tidak dapat dipahami melalui aspek emosi positif, melainkan cara individu dalam mengoptimalkan kehidupannya. Kesejahteraan psikologis merupakan gabungan dari beberapa komponen yang dikenal sebagai PERMA yang merupakan kepanjangan dari *positive emotion*, *engagement*, *relationship*, *meaning*, dan *accomplishment*.

Berdasarkan beberapa penjelasan para tokoh di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu mampu mengarahkan dirinya dalam mengoptimalkan fungsi psikologisnya yang dapat ditandai dengan adanya penerimaan atas dirinya, mampu membangun hubungan

sosial, menguasai lingkungan, mandiri, mampu mengembangkan potensi diri dan adanya nilai positif dalam tujuan kehidupan.

2. Aspek – aspek Kesejahteraan Psikologi

Berdasarkan Ryff & Keyes (1995) bahwa kesejahteraan psikologi terbagi menjadi enam aspek yaitu :

a. Penerimaan diri

Kondisi psikologis optimal seseorang dapat ditentukan oleh kemampuannya untuk merefleksikan diri secara positif, menerima kekuatan dan kelemahan diri sendiri, serta memiliki perasaan dan persepsi positif tentang pengalaman hidupnya di masa depan (W. C. Savitri & Listiyandini, 2017)

b. Relasi interpersonal

Kesejahteraan psikologis yang optimal pada individu dapat tercermin melalui kemampuan dalam membangun relasi interpersonal yang hangat dan penuh kepercayaan. Individu tersebut mampu menunjukkan rasa empati, kedekatan emosional, serta pemahaman terhadap proses memberi dan menerima dalam sebuah hubungan sosial.

c. Kemandirian

Kesejahteraan psikologis yang optimal pada individu dapat tercermin melalui kemampuan bersikap mandiri, dapat menentukan pilihan secara pribadi, serta mampu mempertahankan pendirian dengan menolak tekanan sosial yang tidak sejalan dengan nilai dirinya.

d. Penguasaan terhadap lingkungan

Kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengatur lingkungannya secara efektif merupakan indikator yang baik bagi kesejahteraan psikologisnya. Orang yang mampu merencanakan kegiatan di luar rumah, memanfaatkan peluang, dan membangun lingkungan yang memenuhi kebutuhan dan tujuan mereka sendiri.

e. Tujuan hidup

Kondisi psikologis yang optimal pada individu dapat tercermin bahwa individu menunjukkan adanya arah dan makna dalam kehidupannya. Hal tersebut ditunjukkan melalui rencana, memiliki tujuan, serta aspirasi yang berfungsi sebagai acuan atau arahan dalam menjalani kehidupan.

f. Pertumbuhan diri

Faktor terakhir adalah kapasitas seseorang untuk pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan. Orang-orang yang selaras dengan diri mereka sendiri, terbuka terhadap pengalaman baru, mampu menavigasi tahapan perkembangan hidup, dan melihat diri mereka sebagai orang yang terus berevolusi dan mengalami perkembangan yang baik

3. Faktor-faktor Kesejahteraan Psikologi

Menurut Ryff & Singer (2008), bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada individu ada lima faktor, yaitu :

a. Dukungan sosial

Relasi interpersonal yang harmonis serta interaksi sosial yang berkualitas merupakan komponen penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis individu. Dukungan sosial ini penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dapat diperoleh dari keluarga, teman, dan komunitas. Dukungan sosial yang diperoleh mampu memberikan rasa aman, dukungan emosional terutama ketika menghadapi tantangan.

b. Kepribadian

Kepribadian individu dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Hal tersebut disebabkan apabila individu memiliki kepribadian ekstrovert maka ia akan memiliki kecenderungan dalam menjalin hubungan sosial yang positif. Sementara individu yang memiliki kepribadian terbuka pada pengalaman dapat menunjukkan pertumbuhan pribadi yang baik. Kecenderungan ini mampu membantu dalam membentuk penerimaan diri individu.

c. Usia

Dalam aspek kemandirian serta penguasaan lingkungan akan cenderung meningkat seiring bertambahnya waktu individu tersebut. Hal tersebut disebabkan karena individu merasa lebih nyaman dengan diri sendiri dan mampu dalam mengelola lingkungan mereka dengan baik. Oleh karena itu, usia dapat dianggap sebagai faktor yang sangat terkait dengan tingkat kesejahteraan psikologis seseorang.

d. Jenis kelamin

Selain beberapa faktor di atas, perbedaan jenis kelamin turut berperan sebagai faktor yang memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis. Hal ini ditunjukkan oleh beberapa penelitian bahwa wanita memiliki kecenderungan *positive relations* yang lebih kuat, namun wanita juga rentan terhadap stres emosional. Sedangkan pada pria memiliki tingkat otonomi dan penguasaan yang lebih tinggi.

e. Status sosial ekonomi

Individu yang berada dalam status sosial ekonomi yang lebih tinggi akan lebih mudah dalam mendapatkan akses sumber daya yang mampu mendukung kesejahteraan psikologis individu, seperti pendidikan dan layanan kesehatan. Dalam kontribusi pada aspek pertumbuhan pribadi diperlukan individu memiliki pendapatan yang stabil sehingga individu dapat lebih mudah dalam mengejar tujuan pribadi. Namun sebaliknya, individu yang memiliki keterbatasan ekonomi dapat menghambat individu dalam mengoptimalkan kesejahteraan psikologisnya.

B. *Fear of Missing Out*

1. Pengertian *Fear of Missing Out*

Menurut Przybylski et al. (2013), *fear of missing out* merupakan perasaan takut berlebih yang terjadi pada individu ketika mereka tidak dapat mengakses dan tertinggal ketika orang lain dapat memiliki pengalaman yang lebih berharga dari

dirinya. Hal tersebut dapat ditandai dengan keterlibatan interaksi secara terus menerus melalui media sosial.

Menurut Alwisol (2014) dalam Pratiwi & Fazriani (2020), *fear of missing out* FoMO mengacu pada suatu kondisi di mana individu merasa takut ketika kebutuhan psikologis mereka akan koneksi sosial tidak terpenuhi secara memadai. Kondisi ini ditandai dengan perasaan cemas yang muncul karena kehilangan informasi atau pengalaman yang dibagikan di media sosial, terutama di kalangan individu yang menghadapi keterbatasan seperti keterbatasan waktu, kendala keuangan, atau hambatan lain yang mencegah akses internet secara konsisten.

Alt (2015) memandang bahwa *fomo* sebagai fenomena yang muncul ketika individu merasakan ketakutan karena individu lain disekitarnya dapat memperoleh hal-hal baru serta pengalaman yang lebih menyenangkan, sementara dirinya tidak dapat mengikuti atau berpartisipasi didalamnya. Individu memiliki dorongan untuk dapat mengakses dan rasa cemas yang mereka sadari ketika mereka.

Fenomena ini mengacu pada kecemasan individu karena tidak mengetahui atau terlibat dalam peristiwa dan perkembangan yang terjadi di lingkungan sekitarnya. *Fear of missing out* (FoMO) merupakan proses komunikasi intrapersonal yang ditandai dengan respons emosional seperti kecemasan, kekhawatiran, dan kegelisahan ketika individu tidak dapat mengakses atau merasa tersisih dari informasi populer yang beredar di platform media sosial (Aisafitri & Yusriyah, 2021). Lebih lanjut, pola penggunaan media sosial yang maladaptif dapat mendorong individu untuk mengalokasikan waktu yang berlebihan pada

platform ini, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko kecanduan media sosial (Putri et al., 2019).

Menurut penjelasan dari sejumlah penelitian yang telah dijabarkan di atas, FOMO dapat dilihat sebagai ekspresi kecemasan pribadi yang berkembang ketika seseorang merasa tertinggal dalam akses informasi, tidak dapat terlibat dalam aktivitas menyenangkan yang dilakukan oleh teman sebaya, dan tidak dapat mempertahankan koneksi online dengan orang lain.

2. Aspek-aspek *Fear of Missing Out*

Menurut Przybylski et al. (2013), bahwa fear of missing out memiliki dua aspek, yaitu :

b. *Relatedness*

Relatedness mencakup tentang kondisi individu ketika mereka menginginkan untuk tetap terhubung, berbagi, bergabung, dan berinteraksi dengan individu lain. Hal tersebut dapat memberikan kepuasan terhadap individu dalam menjalin hubungan dengan individu lain. Namun, individu dapat merasa cemas ketika kebutuhan psikologis akan relatedness tidak dapat terpenuhi dan individu akan berusaha dalam mencari dan mengikuti informasi tentang pengalaman orang lain.

c. *Self*

Kompetensi dan kemandirian memiliki kaitan dengan kebutuhan psikologis akan *self*. Pemenuhan kebutuhan dalam kompetensi merupakan cakupan dari sejauh mana individu memiliki keyakinan dalam melakukan

tindakan dengan tepat dan efektif. Kehilangan harapan dan frustrasi menjadi sebuah akibat dari tidak terpenuhinya kebutuhan tersebut. Sementara itu, kemandirian berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengambil sebuah tindakan ataupun keputusan yang mereka sesuaikan dengan keinginan tanpa adanya keterlibatan dari pihak ketiga. Sehingga, ketika kebutuhan psikologis akan self yang tidak dapat terpenuhi akan menyebabkan individu terus memanfaatkan internet untuk mencari informasi tentang orang lain.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Fear of Missing Out*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Przybylski et al. (2013), Faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya fear of missing out, yaitu :

a. Kebutuhan kepuasan

Ketika seseorang tidak mampu mengoptimalkan dirinya dalam memenuhi psikologis dasar yang dibutuhkan oleh setiap individu, seperti kompetensi, otonomi, dan koneksi sosial secara memadai, kemungkinan mengalami rasa takut ketinggalan (FOMO) cenderung meningkat.

b. Demografis

Demografis mencakup informasi seperti, jenis kelamin, sosial ekonomi, usia, pendapatan, dan pekerjaan. Faktor usia dan jenis kelamin memiliki peran dalam memengaruhi tingkat *fomo*, dimana individu memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dalam mengalami terjadinya *fear of missing out* akan berada pada kelompok usia yang lebih muda serta laki-laki.

c. Kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis menggambarkan kondisi individu yang mampu mengarahkan dan mengelola dirinya secara optimal dalam menjalankan fungsi psikologis, yang tercermin melalui penerimaan diri serta kemampuan dalam membangun hubungan interpersonal yang positif.

d. Keterlibatan media sosial (*social media engagement*)

Tingkat keterlibatan individu dalam penggunaan media sosial bervariasi antara individu dan menunjukkan adanya keterkaitan dengan *fear of missing out*. Individu dengan tingkat *fear of missing out* yang tinggi umumnya memperlihatkan bahwa intensitas penggunaan serta keaktifan yang lebih besar dalam berinteraksi melalui media sosial.

C. *Social Media Engagement*

Media sosial berfungsi sebagai platform bagi orang-orang untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain secara tidak langsung yang dimana media sosial dapat membantu individu dengan jangkauan yang luas dan jauh dalam berinteraksi. Media sosial mewakili kategori luas dalam lingkungan jejaring sosial yang mendukung penyebaran dan pertukaran informasi melalui berbagai platform, termasuk blog, Instagram, TikTok, dan aplikasi serupa lainnya (Rahimmatussalisa et al., 2024).

Menurut Johnston & Taylor (2018) dalam Sulistyono & Jakaria (2022) bahwa engagement merupakan keterlibatan sipil, pengguna, pebulik, ataupun

organisasi . Engagement merupakan keterlibatan publik dan karyawan pada hal yang positif dan dipandang bermanfaat untuk orang lain maupun untuk organisasi.

Social media engagement merujuk pada tingkat keterlibatan dan bentuk interaksi yang dilakukan pengguna dalam platform media sosial, meliputi like, berkomentar, membaca artikel, membagikan konten (Sulistiyono & Jakaria, 2022). Przybylski et al. (2013) menjelaskan bahwa *social media engagement* mencerminkan sejauh mana partisipasi individu dalam menggunakan media sosial yang dapat diamati melalui frekuensi dan intensitas aktivitas yang dilakukan.

Menurut Hollebeek (2011), *social media engagement* merupakan interaksi atau keterlibatan individu terhadap persepsi psikologis pada media sosial yang meliputi aspek tindakan, kognitif, dan emosional. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa *social media engagement* merujuk pada interaksi dari ketiga aspek tersebut.

Menurut Ni et al. (2020), Keterlibatan media sosial mengacu pada orientasi dan tingkat keterlibatan individu dalam penggunaan platform media sosial, yang mencakup dimensi kognitif, emosional, dan perilaku. Dimensi kognitif mencerminkan sejauh mana individu terlibat secara mental dan memahami konten atau isu tertentu, yang berpotensi menghasilkan minat dan perhatian yang terfokus. Dimensi emosional berkaitan dengan reaksi afektif terhadap konten atau isu, yang dapat bermanifestasi sebagai perasaan positif atau negatif. Sementara itu, dimensi perilaku berkaitan dengan tindakan, kebiasaan, dan rutinitas sehari-hari yang mungkin dilakukan individu secara tidak sadar terkait penggunaan media sosial. Dalam penelitian ini, keterlibatan media sosial dinilai menggunakan Skala

Keterlibatan Media Sosial untuk Remaja, sebuah alat ukur yang dirancang untuk mengevaluasi keterlibatan remaja berdasarkan ketiga dimensi tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa *social media engagement* merupakan keterlibatan individu dalam menghabiskan waktunya atau intensitas mereka yang mencakup interaksi emosional, kognitif, dan perilaku dalam mendapatkan pengalaman ketika menggunakan media sosial meliputi *like*, berkomentar, membagikan konten, dan membaca artikel

D. Pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement*

Pada dasarnya kesejahteraan psikologis mencakup bentuk kebahagiaan individu yang mampu dan dapat menerima keadaan diri mereka, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu memilih dan mengatur jalan hidupnya, mampu memiliki lingkungan yang positif, dan mencoba mengembangkan potensi diri mereka (Ryff & Keyes, 1995). Dapat diartikan juga bahwa kondisi pada individu dalam memperoleh fungsi atas dirinya, adaptasi yang baik, dan dapat kontrol diri dalam lingkungan mencakup kondisi kesejahteraan psikologis individu (Setiawan et al., 2021).

Tingginya kesejahteraan psikologis pada individu ditunjukkan ketika individu tersebut mampu mencapai enam aspek yaitu tujuan hidup, dapat menentukan atas pilihannya, dapat mengelola lingkungannya, dapat tumbuh dan berkembang, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, dan mampu mengenal serta menerima diri. Individu yang berada pada kondisi kesejahteraan

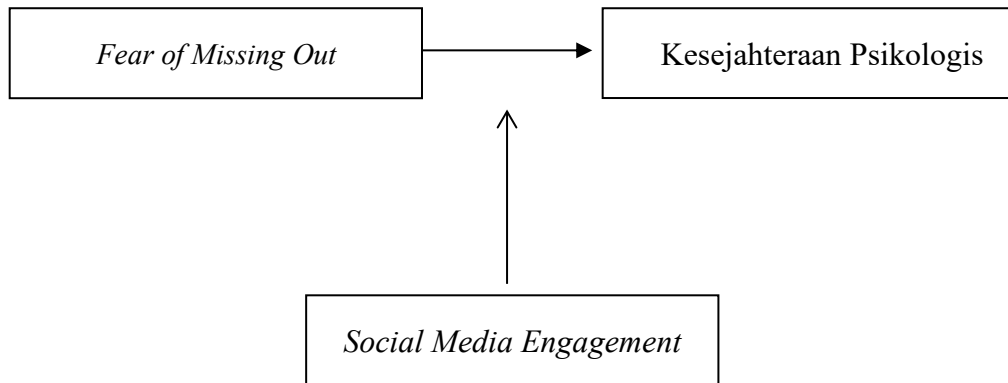
psikologis yang baik cenderung memiliki pikiran dan emosi positif, sehingga memunculkan perasaan bahagia dan damai dalam kehidupan sehari-hari (Setiawan et al., 2021)

Kepuasan keenam dimensi tersebut berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis individu, sedangkan kegagalan untuk memenuhi kebutuhan ini dapat mengakibatkan penurunan kesejahteraan. Penurunan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah penggunaan media sosial. Individu yang mengalami kesejahteraan psikologis rendah sering beralih ke media sosial sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi, khususnya melalui perbandingan sosial dengan orang lain (Rahman et al., 2021). Media sosial telah menjadi media yang umum digunakan untuk komunikasi dan interaksi, berfungsi sebagai platform untuk berbagi informasi, hiburan, dan koneksi sosial melalui blog, Instagram, dan aplikasi serupa. Namun, jika digunakan secara berlebihan, media sosial dapat mendorong pola perilaku yang maladaptif. Akibatnya, individu yang kesejahteraan psikologisnya terganggu mungkin semakin bergantung pada media sosial untuk membandingkan kehidupan mereka dengan kehidupan orang lain.

Telah terbukti bahwa kebiasaan penggunaan media sosial yang tidak sehat berdampak buruk pada kesehatan psikologis. Rasa takut ketinggalan (FOMO) adalah gejala signifikan dari penggunaan yang tidak adaptif ini (Przybylski, Murayama, Dehaan, et al., 2013). Fear of missing out adalah kekhawatiran yang parah dan berkelanjutan tentang kehilangan pengalaman yang dianggap lebih

berharga atau menyenangkan oleh orang lain, yang diperburuk oleh penggunaan media sosial yang berkelanjutan (Przybylski, Murayama, Dehaan, et al., 2013). Penelitian sebelumnya telah menunjukkan korelasi yang tinggi antara FMO dan penggunaan media sosial yang tidak adaptif, menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berkepanjangan dan berlebihan dapat mengakibatkan perilaku adiktif (Fathadhika & Afriani, 2018). Selaras dengan penelitian Hikmah & Kunci (2021) yang menemukan bahwa FMO berdampak buruk pada kesejahteraan psikologis karena kebutuhan terus-menerus untuk selalu mengikuti informasi dan tren terbaru, yang pada akhirnya menyebabkan penggunaan media sosial yang tidak adaptif..

Berdasarkan pembahasan di atas, kesulitan dalam memenuhi kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap rasa takut ketinggalan (Fear of Missing Out/FOMO). Situasi ini muncul ketika individu tidak mampu memenuhi enam dimensi inti kesejahteraan psikologis, yaitu memiliki tujuan hidup, otonomi dalam pengambilan keputusan, penguasaan lingkungan yang efektif, peluang untuk pertumbuhan pribadi, pengembangan hubungan interpersonal yang positif, dan penerimaan diri. Akibatnya, individu mungkin semakin bergantung pada media sosial sebagai sarana pengganti untuk memenuhi kebutuhan psikologis ini. Dalam kerangka ini, penggunaan media sosial lebih cenderung mengambil bentuk maladaptif, sehingga meningkatkan risiko rasa takut ketinggalan (FOMO).



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

E. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan tersebut, hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

H₀ : Tidak ada pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media* engagement sebagai variabel moderator pada remaja.

H_a : Terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media* engagement sebagai variabel moderator pada remaja

BAB III

METODE

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif Menurut Azwar (2007), penelitian kuantitatif berfokus pada pengukuran dan representasi numerik data, yang kemudian dianalisis menggunakan metode statistik. Proses penelitian kuantitatif melibatkan beberapa tahapan, termasuk mengidentifikasi masalah penelitian, mengembangkan hipotesis, menentukan variabel penelitian, merancang penelitian, memilih populasi dan sampel, mengumpulkan data, melakukan pengolahan data dan analisis statistik, dan menafsirkan hasil untuk menarik kesimpulan (Azwar, 2007).

Data diperoleh melalui kuesioner daring yang didistribusikan melalui Google Forms. Teknik analisis yang diterapkan dalam penelitian ini adalah analisis regresi moderasi (MRA), yaitu metode statistik yang digunakan untuk menguji pengaruh rasa takut ketinggalan (Fear of Missing Out / FOMO) terhadap kesejahteraan psikologis dengan keterlibatan (engagement) sebagai variabel moderasi.

B. Variabel Penelitian

Menurut Azwar (2007), bahwa variabel merupakan suatu hal yang dapat berubah dan dapat diukur dalam penelitian serta memiliki sifat atau karakteristik yang berbeda-beda antara satu subjek dengan subjek yang lain. Selain itu, variabel merupakan karakteristik pada individu maupun organisasi yang dapat diukur

keberadaannya dan dapat berubah-ubah dalam suatu penelitian (Supratiknya, 2015). Terdapat tiga variabel dalam yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Variabel Independen (X)

Variabel bebas atau disebut juga sebagai variabel independent Adalah variabel yang berperan sebagai faktor yang berpotensi menimbulkan pengaruh atau menjadi penyebab munculnya suatu hasil tertentu (Supratiknya, 2015). Dengan demikian, variabel ini memengaruhi variabel lain yang diteliti. Variabel independent yangn digunakan dalam penelitian ini adalah *fear of missing out* (FOMO)

2. Variabel Dependen (Y)

Variabel terikat atau disebut juga sebagai variabel dependen merupakan variabel yang bergantung pada variabel independent (Supratiknya, 2015). Artinya, variabel terikat merupakan hasil atau konsekuensi dari pengaruh variabel bebas. Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis ditetapkan sebagai variabel dependen.

3. Variabel Moderator

Variabel mendiator adalah variabel yang berfungsi memengaruhi kekuatan atau arah hubungan antara variabel independent dan variabel dependen, sehingga menjelaskan bagaimana dan mengapa hubungan tersebut dapat terjadi (Supratiknya, 2015). Dalam penelitian ini, variabel yang berperan sebagai moderator adalah *social media engagement*.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan atau uraian yang spesifik dan jelas mengenai bagaimana cara masing-masing variabel penelitian itu akan diukur ataupun diobservasi (Supratiknya, 2015). Dalam definisi operasional ini menjelaskan mengenai Langkah yang akan diambil untuk mengukur variabel yang diteliti agar memudahkan pemahaman. Berikut adalah definisi operasional pada masing-masing variabel penelitian:

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis mencakup kondisi individu memiliki kemampuan dalam mengarahkan dirinya untuk mengoptimalkan fungsi psikologisnya, dapat menerima atas dirinya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, memiliki tujuan hidup, penguasaan terhadap lingkungan, dan adanya pertumbuhan serta perkembangan potensi diri.

Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis diukur dengan Skala Ryff's Psychological Well-Being Scale, dimana semakin tinggi skor yang diperoleh responden maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dialami. Skor ini mencerminkan seberapa mampu individu dalam mengarahkan dirinya mengoptimalkan fungsi psikologisnya ditandai dengan adanya penerimaan atas dirinya, mampu membangun hubungan sosial, menguasai lingkungan, mandiri, mampu mengembangkan potensi diri dan adanya nilai positif dalam tujuan kehidupan.

2. *Fear of Missing Out*

Fear of Missing Out yang juga sering dikenal sebagai FOMO merupakan kondisi dimana individu mengalami rasa khawatir dan takut yang timbul ketika mereka tidak dapat terhubung dengan kegiatan atau interaksi sosial oleh individu atau kelompok lain.

Dalam penelitian ini, pengukuran *fear of missing out* menggunakan Skala Fear of Missing Out, dimana semakin tinggi skor yang diperoleh responden maka semakin tinggi pula tingkat fear of missing out yang dialami. Skor ini mencerminkan sejauh mana kondisi individu mengalami rasa khawatir yang ditimbulkan tidak terhubungnya individu dengan media sosial. Adapun aspek yang diukur dari konstruk yang dikembangkan oleh Przybylski et al. (2013) : rasa ingin pada individu untuk terus terkoneksi dengan apa yang orang lain lakukan dan perasaan gelisah apabila individu lain memiliki aktivitas yang lebih menyenangkan daripada dirinya.

3. *Social Media Engagement*

Social media engagement merupakan keterlibatan individu dalam menghabiskan waktunya atau intensitas mereka dalam mendapatkan pengalaman ketika menggunakan media sosial meliputi like, berkomentar, membagikan konten, dan membaca artikel yang meliputi aspek kognitif, emosi, dan perilaku.

Dalam penelitian ini, menggunakan Social Media Engagement Scales for Adolescent (SMES-A), dimana skor yang diperoleh responden menghasilkan skor yang tinggi maka semakin tinggi pula tingkat social media engagement yang

dialami. Skor ini mencerminkan sejauh mana kondisi individu menghabiskan waktunya untuk terlibat dalam menggunakan media sosial. Adapun aspek yang diukur dari konstruk yang dikembangkan oleh Ni et al. (2020) : behavioral engagement, cognitive engagement, dan affective engagement.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Supratiknya (2015), bahwa populasi merupakan individu, objek, atau peristiwa yang memiliki karakteristik dalam suatu penelitian. Populasi merupakan kelompok yang akan digunakan dalam mengambil sampel dan dianalisis. Populasi dalam penelitian ini merupakan subjek yang memiliki karakteristik dan kapasitas tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Populasi pada penelitian ini adalah remaja yang memiliki umur antara 12-2 tahun yang aktif dalam menggunakan sosial media seperti Instagram, Tiktok, dan X.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari sebuah populasi yang digunakan untuk mewakili keseluruhan populasi yang ada (Azwar, 2007). Hal tersebut menjelaskan bahwa sampel dapat memberikan peneliti dalam menarik Kesimpulan mengenai sebuah populasi tanpa harus mempelajari kataakteristik individu di dalamnya. Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* untuk menentukan subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria yang telah di tetapkan.

Kriteria Inklusi :

- a. Usia antara 15-18 tahun
- b. Aktif menggunakan sosial media
- c. Bersedia menjadi responden

Dalam penelitian ini sampel ditentukan menggunakan rumus Lameslow, sebagai berikut :

$$= \frac{z^2_{1-\alpha/2} \times P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

$z^2_{1-\alpha/2}$ = Skor z pada kepercayaan 95% = 1,96

P = Maksimal estimasi

d = Tingkat kesalahan

Maksimal estimasi 50% dan tingkat kesalahan 5%.

$$n = \frac{z^2_{1-\alpha/2} \times P(1-P)}{d^2} = \frac{1,96^2 \times 0,5(1-0,5)}{0,05^2} = \frac{0,9604}{0,0025} = 384,16 = 384$$

Dari hasil di atas, maka total responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 384 responden.

E. Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini pengambilan data dilakukan dengan metode kuisioner dengan menggunakan beberapa skala yang meliputi skala fear of missing out, skala

engagement, dan skala kesejahteraan psikologis yang telah diadaptasi dari alat ukur yang melalui uji coba sebelumnya.

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Dalam penelitian ini pengukuran skala yang digunakan adalah skala kesejahteraan psikologis juga disebut sebagai Ryff's Psychological Well-Being Scale merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Carol Ryff. Dalam skala ini memiliki enam dimensi yang terdiri dari 18 butir item yang telah di adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Humaidah & Mulyono (2025). Skala Psychological Well Being merupakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu angka 1(sangat tidak sesuai) hingga angka 5 (sangat sesuai).

Tabel 3.1 Sebaran aitem Skala Kesejahteraan Psikologis

	Dimensi	F	UF	Jumlah
1	Penerimaan Diri	1,2	3	3
2	Hubungan Yang Positif Dengan Orang lain	4	5,6	3
3	Otonomi	7	8,9	3
4	Penguasaan Lingkungan	10,11	12	3
5	Tujuan Hidup	13,14	15	3
6	Pertumbuhan Diri	16,17	18	3
	Total			18

2. Skala *Fear of Missing Out*

Skala yang digunakan adalah skala Fear of Missing Out yang telah dikembangkan oleh Przybylski et al. (2013) dan telah di adaptasi ke dalam

Bahasa Indonesia oleh Islami (2020) dengan beberapa daftar pernyataan yang menggambarkan dimensi dari Fear of Missing Out. Skala fear of missing out terdiri dari item sebanyak 10 butir item favorable yang bersifat unidimensional yang berarti bahwa hanya mengukur satu dimensi. Berdasarkan hal di atas bahwa skala fear of missing out adalah skala Likert dengan enam pilihan jawaban, yaitu angka 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Setuju), 3 (Agak Tidak Sesuai), 4 (Agak Sesuai), 5 (Sesuai), dan hingga angka 6 (Sangat Sesuai).

Tabel 3.2 Sebaran aitem Skala *Fear of Missing Out* (FoMO)

	Dimensi	F	Jumlah
1	<i>Relatedness</i>	1,2,3,4,5,6	6
2	<i>Self</i>	7,8,9,10	4
	Total		10

3. Skala *Social Media Engagement*

Skala yang digunakan adalah skala Social Media Engagement Scales for Adolescent (SMES-A) yang telah dikembangkan oleh (Ni et al., 2020) untuk mengukur keterlibatan media sosial. Kemudian skala ini diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia oleh Rahimmatussalisa (2024). Skala engagement terdiri dari 11 butir item yang dikembangkan dari tiga dimensi, yaitu behavioral engagement, cognitive engagement, dan affective engagement. Berdasarkan hal di atas bahwa Social Media Engagement Scales for Adolescent (SMES-A) adalah

skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu angka 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Setuju), 3 (Ragu-ragu), 4 (Setuju), dan hingga angka 5 (Sangat Setuju).

Tabel 3.3 Sebaran aitem Skala *Social Media Engagement*

	Dimensi	F	Jumlah
1	<i>Behavioral Engagement</i>	1,2,3,4	4
2	<i>Cognitive Engagement</i>	5,6,7	3
3	<i>Affective Engagement</i>	8,9,10,11	4
Total			11

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas dalam alat ukur diartikan sebagai sejauh mana instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2010). Dalam penelitian, validitas menjadi suatu aspek penting untuk mendapatkan hasil data yang benar-benar mencerminkan kesesuaian keadaan dan tujuan. Dalam Sugiyono (2010) menjelaskan bahwasannya aitem dapat dikatakan valid apabila nilai koefisien dalam suatu data penelitian adalah lebih dari 0,3. Validitas penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel Validitas 3.4 Variabel *Fear of Missing Out*

No	Aspek	No Item Valid	Jumlah	Indeks Validitas
1	<i>Relatedness</i>	1,2,3,4,5	5	0,335-0,568
2	<i>Self</i>	6,7,8,9,10	5	0,433-0,616
Jumlah			10	

Pada variabel *fear of missing out* dari total keseluruhan item yaitu sepuluh item yang ada dapat dikatakan valid karena nilai signifikansi lebih dari 0,3 dengan rentang nilai signifikansi 0,335-0,616. Kemudian untuk validitas skala *social media engagement* mendapatkan hasil uji validitas pada tabel dibawah ini.

Tabel Validitas 3.5 Variabel *Social Media Engagement*

No	Aspek	No Item Valid	Jumlah	Indeks Validitas
1	<i>Behavioral Engagement</i>	1,2,3,4	4	0,455-0,563
2	<i>Cognitive Engagemet</i>	5,6,7	3	0,473-0,503
3	<i>Affective Engagement</i>	8,9,10,11	4	0,579-0,610
Jumlah			11	

Pada tabel diatas variabel *social media engagement* secara keseluruhan dapat dinyatakan valid karena mendapatkan nilai signifikansi di atas 0,3. Hal tersebut menunjukkan bahwa 11 item tersebut dapat digunakan dalam penelitian untuk mengukur variabel *social media engagement*. Kemudian validitas skala kesejahteraan psikologis mendapatkan hasil pada tabel dibawah ini.

Tabel Validitas 3.6 Variabel Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	No Item Valid	Jumlah	Indeks Validitas
1	Penerimaan Diri	1,2,3	3	0,398-0,697
2	Hubungan Yang Positif Dengan Orang Lain	4,5,6	3	0,328-0,521

3	Otonomi	7,8,9	3	0,340-0,691
4	Penguasaan Lingkungan	10,11,12	3	0,418-0,535
5	Tujuan Hidup	13,14,15	3	0,391-0,692
6	Pertumbuhan Diri	16,17,18	3	0,330-0,687
Jumlah			18	

Pada variabel kesejahteraan psikologis dari total keseluruhan yaitu tujuh belas item yang dapat dikatakan valid karena nilai signifikansi lebih dari 0,3. Hal tersebut menunjukkan bahwa 18 item tersebut dapat digunakan dalam penelitian untuk mengukur variabel.

2. Reliabilitas

Dalam penelitian ini, perhitungan reliabilitas menggunakan SPSS rumus koefisien reabilitas alpha. Suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila koefisien Cronbach Alpha lebih besar dari 0,6. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i>	0,807	Reliabel
<i>Social Media Engagement</i>	0,847	Reliabel
Kesejahteraan Psikologis	0,865	Reliabel

Koefisien reliabilitas pada variabel *fear of missing out* menghasilkan indeks 0,807. Sehingga dengan hasil indeks tersebut dapat dikatakan bahwa pada penelitian ini keseluruhan instrumen yang digunakan adalah reliabel. Pada variabel *social media engagement* menunjukkan indeks 0,847. Sehingga dapat

dikatakan bahwa instrument tersebut reliabel. Sedangkan pada variabel kesejahteraan psikologis mendapatkan nilai indeks 0,865. Hasil indeks tersebut mampu menggambarkan bahwa pada penelitian ini keseluruhan instrumen yang adalah reliabel. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh instrumen yang digunakan pada penelitian ini reliabel.

G. Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

a. Analisis *Mean* (Rata-rata)

Mean merupakan rata-rata yang diperoleh dari menjumlahkan nilai-nilai dengan jumlah individu.

$$M = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

M : mean

$\sum x$: jumlah nilai

N : Jumlah individu

b. Standar Deviasi

Standar deviasi merupakan hasil akar dari jumlah deviasi kuadrat yang kemudian dibagi dengan jumlah keseluruhan individu dalam distribusi.

$$s = \sqrt{\frac{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}}{n - 1}}$$

Keterangan :

S : Standar deviasi

$\sum y$: Jumlah nilai-nilai

n : Jumlah sample

c. Analisis Kategorisasi

Analisis kategorisasi dapat dilakukan apabila telah melakukan perhitungan mean dan standar deviasi maka baru dapat dilanjutkan.

Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Tinggi	$M + 1 \text{ S D} > X$
Sedang	$M - 1 \text{ S D} < X < M + 1 \text{ S D}$
Rendah	$X < M - 1 \text{ S D}$

d. Analisis Persentase

Menghitung presentase hasil dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat nilai residual terdistribusi baik normal atau tidak. Kolmogorov Smirnov digunakan sebagai metode uji normalitas dengan hasil uji one sample apabila nilai sig. > 0.05 maka data

terdistribusi normal, namun sebaliknya jika nilai sig. < 0.05 maka data tidak terdistribusi normal

b. Uji multikolinearitas

Multikolinearitas dapat digunakan untuk melihat hubungan linear sempurna atau mendekati antar variabel independent dalam model regresi. Gejala multikolinearitas dapat dilihat dari nilai Variance Inflation Factor (VIF) dan Tolerance. Jika nilai VIF < 10 dan Tolerance $> 0,1$, maka model dianggap bebas dari multikolinearitas.

c. Uji heteroskedastisitas

Uji ini digunakan ketika varians residual tidak seragam untuk semua pengamatan dalam model regresi. Pengujian ini dilakukan menggunakan uji glejser apabila signifikansi hubungan antara variabel independen dan absolut residual $> 0,05$, maka tidak ada heteroskedastisitas

3. Uji Hipotesis

a. Uji t

Dalam regresi berganda, Uji t digunakan untuk menentukan apakah variabel independen secara individual memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Variabel dapat dikatakan berpengaruh secara parsial apabila nilai signifikansi $< 0,05$.

b. Uji Regresi

Uji regresi digunakan untuk menentukan seberapa kuat pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen.

Variabel independent dapat memberikan pengaruh terdapat pada nilai *standardized coefficient (beta)*, semakin besar nilai *beta* maka semakin besar dalam memengaruhi variabel dependen.

c. *Uji Simple Slopes*

Uji simple slopes digunakan untuk menjelaskan arah kekuatan variabel moderator dalam memperkuat atau memperlemah pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen. Kekuatan pengaruh variabel moderator terbagi menjadi tiga tingkat, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

d. *Uji Koefisien Determinasi (R^2)*

Analisis ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar proporsi variabel X memberikan kontribusi terhadap variabel Y.

Seluruh analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi klasik, uji MRA, dan termasuk uji reliabilitas serta uji validitas menggunakan program software *Statistical Package for to the Social Science 25 (SPSS) for Windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari individu yang termasuk dalam kategori usia remaja, berkisar antara 12 hingga 22 tahun, dan yang memenuhi kriteria inklusi yang ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian. Pemilihan responden dilakukan secara acak tanpa batasan terkait tempat tinggal, untuk mendapatkan data yang beragam dan memastikan representasi yang lebih luas dari populasi remaja.

Menurut Santrock (2011), masa remaja mencakup usia 12 hingga 21 tahun untuk perempuan dan 13 hingga 22 tahun untuk laki-laki. Dari perspektif perkembangan, periode ini diklasifikasikan menjadi tiga tahap: remaja awal atau pra-remaja (usia 12–14 tahun), remaja pertengahan atau awal (usia 14–17 tahun), dan remaja akhir (usia 17–22 tahun). Remaja dianggap sebagai populasi yang tepat untuk penelitian ini karena individu dalam fase perkembangan ini cenderung sangat aktif dalam penggunaan platform media sosial.

Tabel 4.1 Persebaran Demografi

Variabel	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Pria	68	16,7%
	Wanita	338	83,3%
Usia	Praremaja (12-14 tahun)	69	17%
	Remaja (15-17 tahun)	108	26,6%
	Remaja Akhir (18-22 tahun)	229	56,4%

Berdasarkan hasil pengumpulan data terhadap 406 responden, sebanyak 338 responden atau sebesar 83,3% berjenis kelamin perempuan, sedangkan responden laki-laki berjumlah 68 orang dengan persentase 16,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan, sehingga komposisi responden tersebut merefleksikan karakteristik remaja dalam penggunaan media sosial.

Ditinjau dari aspek usia, jumlah responden terbanyak berada pada kelompok remaja akhir, yaitu sebanyak 229 orang atau setara dengan 56,4%. Selanjutnya, responden pada kategori remaja tengah berjumlah 108 orang dengan persentase 26,6%, sedangkan kelompok praremaja terdiri dari 69 orang atau sebesar 17%. Data tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap perkembangan remaja akhir.

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan melibatkan remaja berusia 12-22 tahun sebagai responden utama. Responden berasal dari berbagai jenjang Pendidikan, mulai dari SMP, SMA, hingga lulusan SMA / Mahasiswa. Dalam memperoleh data yang representatif, pengambilan sampel dilakukan secara acak tanpa membatasi wilayah tempat tinggal, jenis kelamin, ataupun latar belakang Pendidikan. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat mencerminkan kondisi psikologis remaja secara lebih luas dan objektif

Proses pengambilan data dilaksanakan dalam kurun waktu kurang lebih dua minggu, dimulai sejak tanggal 2 Mei 2025 hingga 14 Mei 2025. Penyebaran

skala penelitian dilakukan secara daring menggunakan Google Form, yang dibagikan melalui berbagai platform media sosial seperti WhatsApp, Instagram, Tiktok, X, dan grup pertemanan online. Metode ini dianggap efektif karena mampu menjangkau responden dari berbagai wilayah dengan cepat dan efisien. Dengan tahapan tersebut, proses pengumpulan data dapat berlangsung dengan baik dan mendapatkan 406 responden dengan kriteria usia yang telah ditentukan.

C. Pemaparan Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan program software *Microsoft Office Excel 2010* dan *SPSS 25 Microsoft for Window* dengan hasil sebagai berikut.

a. Skor Hipotetik dan Empirik

Tabel 4.2 Skor Hipotetik dan Empirik

Variabel	Hipotetik		Mean	Empirik		Mean
	Min	Max		Min	Max	
<i>Fear of Missing Out</i>	10	60	35	14	55	33,8
<i>Social Media Engagement</i>	11	55	33	16	55	39,1
Kesejahteraan Psikologis	18	90	54	28	89	61,2

1. Skala *Fear of Missing Out*

Merujuk pada tabel, skor hipotetis untuk rasa takut ketinggalan (*Fear of Missing Out/FOMO*) yang diperoleh dari pengukuran menggunakan 10

item valid berkisar dari 1 sebagai skor minimum hingga 6 sebagai skor maksimum untuk setiap item. Berdasarkan jumlah total item, skor keseluruhan terendah yang mungkin adalah 10, sedangkan skor tertinggi yang mungkin adalah 60. Dengan demikian, rata-rata hipotetis ditentukan menggunakan rumus $\mu = (10 + 60) / 2$, menghasilkan nilai rata-rata 35. Sebaliknya, hasil pengukuran empiris menunjukkan bahwa variabel rasa takut ketinggalan memiliki skor total minimum 14 dan skor total maksimum 55, dengan skor rata-rata empiris 33,8.

2. Skala *Social Media Engagement*

Berdasarkan tabel, skor hipotetis untuk variabel keterlibatan media sosial, yang dinilai menggunakan 11 item valid, berkisar dari 1 sebagai skor terendah hingga 5 sebagai skor tertinggi untuk setiap item. Akibatnya, skor total minimum yang dapat dicapai oleh responden adalah 11, sedangkan skor total maksimum adalah 55. Rata-rata hipotetis dihitung menggunakan rumus $\mu = (11 + 55) / 2$, menghasilkan nilai 33. Sebagai perbandingan, temuan empiris menunjukkan bahwa skor keterlibatan media sosial berkisar dari minimum 16 hingga maksimum 55, dengan skor rata-rata empiris 39,1.

3. Kesejahteraan Psikologis

Seperti yang ditunjukkan dalam tabel, skor kesejahteraan psikologis hipotetis yang diperoleh dari pengukuran menggunakan 18 item valid berkisar antara 1 sebagai skor minimum dan 5 sebagai skor maksimum

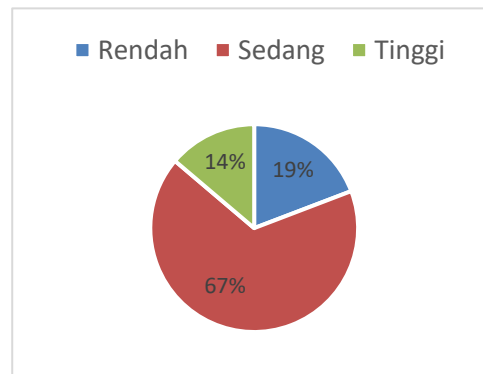
untuk setiap item. Berdasarkan hal ini, skor total terendah yang mungkin adalah 18 dan skor total tertinggi yang mungkin adalah 90. Rata-rata hipotetis ditentukan menggunakan rumus $\mu = (18 + 90) / 2$, menghasilkan nilai 54. Hasil empiris menunjukkan bahwa skor kesejahteraan psikologis berkisar dari minimum 28 hingga maksimum 89, dengan skor empiris rata-rata 61,2.

b. Deskripsi Kategorisasi Data

1. Kategorisasi *Fear of Missing Out*

Tabel 4.3 Tabel Kategorisasi Data *Fear of Missing Out*

Kategorisasi	Norma	Jumlah Subjek	Prosentase
Rendah	10-26	78	19%
Sedang	27-43	272	67%
Tinggi	44-60	56	14%



Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi *Fear of Missing Out*

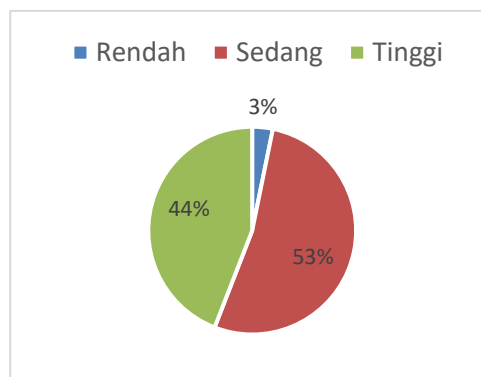
Di antara 406 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, proporsi terbesar diklasifikasikan dalam kategori moderat, berjumlah 272 individu atau 67% dari sampel. Kategori rendah menyusul dengan 78

responden atau 19%, sedangkan kategori tinggi merupakan segmen terkecil, hanya melibatkan 56 responden atau 4%. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa rasa takut ketinggalan (Fear of Missing Out/FOMO) yang dialami oleh remaja dalam penelitian ini umumnya berada pada tingkat sedang. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai banuaknya faktor, salah satunya adalah tingkat keterlibatan remaja dalam menggunakan platform media sosial.

2. Kategorisasi *Social Media Engagement*

Tabel 4.4 Kategorisasi Data *Social Media Engagement*

Kategorisasi	Norma	Jumlah Subjek	Prosentase
Rendah	11-25	13	3%
Sedang	26-40	214	53%
Tinggi	41-55	179	44%



Gambar 4.2 Diagram Kategorisasi Data *Social Media Engagement*

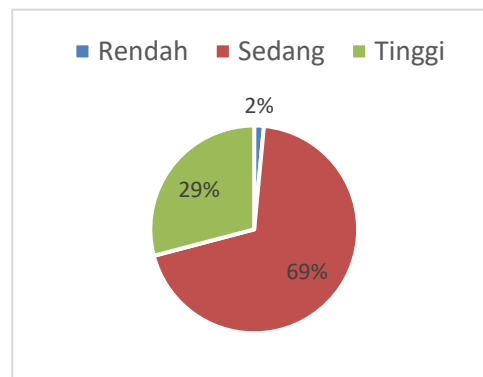
Di antara 406 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, proporsi terbesar diklasifikasikan dalam kategori moderat, berjumlah 214 individu atau 53% dari sampel. Kategori tinggi menyusul dengan 179 responden atau 44%, sedangkan kategori rendah merupakan segmen

terkecil, hanya melibatkan 13 responden atau 3%. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa keterlibatan remaja dengan media sosial dalam penelitian ini cenderung berada pada tingkat moderat. Pola ini mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang membentuk bagaimana remaja berinteraksi dan menggunakan media sosial.

3. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Tabel 4.5 Kategorisasi Data Kesejahteraan Psikologis

Kategorisasi	Norma	Jumlah Subjek	Prosentase
Rendah	17-39	6	2%
Sedang	40-62	281	69%
Tinggi	63-85	118	29%



Gambar 4.2 Diagram Kategorisasi Data Kesejahteraan Psikologis

Di antara 406 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, proporsi terbesar diklasifikasikan dalam kategori moderat, berjumlah 281 individu atau 69% dari sampel. Kategori tinggi menyusul dengan 118 responden atau 29%, sedangkan kategori rendah merupakan segmen terkecil, hanya melibatkan 6 responden atau 2%. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja dalam penelitian

ini secara umum berada pada tingkat sedang. Hasil ini mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkontribusi, termasuk ciri kepribadian individu, perbedaan usia, dan kondisi sosial ekonomi.

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas untuk menentukan apakah data yang dikumpulkan mengikuti distribusi normal. Penilaian normalitas dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, di mana data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi (p-value) melebihi 0,05. Hasil uji normalitas dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4.6 Kolmogorov-Smirnov Test Variabel

N	Sig	Status
406	0,090	Normal

Seperti yang disajikan dalam tabel, hasil uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,090, yang lebih tinggi dari ambang batas yang dibutuhkan yaitu 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memenuhi asumsi normalitas.

b. Uji Multikolinearitas

Penelitian ini melakukan uji multikolinearitas untuk memeriksa apakah terdapat hubungan linier antar variabel independen dalam model regresi. Identifikasi multikolinearitas dilakukan dengan mengevaluasi Variance

Inflation Factor (VIF) dan statistik toleransi. Suatu model dianggap bebas dari multikolinearitas jika nilai VIF di bawah 10 dan nilai toleransi melebihi 0,1. Hasil uji multikolinearitas dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4.7 Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF
<i>Fear of Missing Out</i>	0,937	1,067
<i>Social Media Engagement</i>		

Merujuk pada hasil yang ditampilkan dalam tabel, kedua variabel independen menghasilkan nilai VIF sebesar 1,067, yang jauh di bawah batas yang ditentukan yaitu 10, dan nilai toleransi sebesar 0,937, yang lebih tinggi dari 0,1. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini tidak terpengaruh oleh multikolinearitas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Dalam penelitian ini, uji Glejser diterapkan untuk memeriksa keberadaan heteroskedastisitas dengan mengevaluasi apakah varians residual dalam model regresi konsisten, seperti yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi. Model regresi dianggap bebas dari heteroskedastisitas ketika nilai signifikansi yang diperoleh (p-value) melebihi 0,05. Hasil uji heteroskedastisitas sebagai berikut

Tabel 4.8 Uji Heteroskedastisitas

Variabel	Sig.
<i>Fear of Missing Out</i>	0,515
<i>Social Media Engagement</i>	0,415

Merujuk pada hasil yang ditunjukkan pada tabel, dua variabel yang diperiksa menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,515 dan 0,415, keduanya lebih besar dari kriteria 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini tidak menunjukkan indikasi heteroskedastisitas.

3. Uji Hipotesis

a. Uji T

Pada penelitian ini uji t dilakukan bertujuan untuk melihat apakah variabel independent memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen secara individual. Uji T terlihat berdasarkan hasil signifikansi apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel independen dapat dikatakan berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen. Hasil uji t dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4.9 Uji T *Fear of Missing Out*

Variabel	<i>Person correlation</i>	Sig	Status
<i>Fear of Missing Out</i> - Kesejahteraan Psikologis	0,05	0,00	Berpengaruh

Berdasarkan temuan yang ditunjukkan dalam tabel, variabel *fear of missing out* (FoMO) menunjukkan nilai signifikansi 0,00, yang lebih rendah dari 0,05. Ini menunjukkan bahwa FoMO memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap kesejahteraan psikologis.

Tabel 4.10 Uji T *Social Media Engagement*

Variabel	<i>Person corelation</i>	Sig	Status
<i>Fear of Missing Out- Kesejahteraan Psikologis- Social Media Engagement</i>	0,05	0,00	Berpengaruh

Selain itu, hasil yang disajikan dalam tabel yang sama menunjukkan bahwa keterlibatan media sosial, yang bertindak sebagai variabel moderasi dalam hubungan antara FoMO dan kesejahteraan psikologis, juga menghasilkan nilai signifikansi 0,00, di bawah ambang batas 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa keterlibatan media sosial memoderasi pengaruh FOM terhadap kesejahteraan psikologis.

b. Uji Regresi

Pada penelitian ini uji regresi digunakan untuk mengetahui seberapa besar dan kecil pengaruh setiap aspek variabel independent berkontribusi terhadap variabel dependen. Hasil uji regresi sebagai berikut :

Tabel 4.12 Uji Regresi *Fear of Missing Out*

Aspek	Standardized Coefficient (Beta)
<i>Relatedness</i>	0,148
<i>Self</i>	-0,241

Merujuk pada tabel, dimensi *relatedness* memiliki nilai Koefisien Standar (Beta) sebesar 0,148, yang menunjukkan pengaruh positif dan signifikan secara statistik terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *relatedness* yang lebih tinggi umumnya dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, dimensi diri menunjukkan nilai Koefisien Standar (Beta) sebesar $-0,241$, yang mencerminkan hubungan negatif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis, artinya peningkatan aspek *self* cenderung disertai dengan penurunan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa aspek diri memainkan peran yang lebih dominan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan aspek keterkaitan

c. *Uji Simple Slopes*

Pada penelitian ini menggunakan uji *simple slopes* untuk mengetahui pengaruh variabel *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis pada tiga titik tertentu dengan *social media engagement* sebagai moderator. Hasil uji *simple slopes* sebagai berikut :

Tabel 4.13 Uji *Simple Slopes*

Kategori	M	Makna
Rendah	20,16	Efek negatif sedang
Sedang	33,09	Efek negatif lebih kuat
Tinggi	46,01	Efek negatif sangat kuat

Berdasarkan tabel, keterlibatan media sosial sebagai variabel moderasi menunjukkan pengaruhnya pada tiga tingkatan: rendah, sedang, dan tinggi.

Ketika keterlibatan media sosial berada pada tingkat rendah, dengan nilai 20,16, rasa takut ketinggalan (Fear of Missing Out/FOMO) memberikan pengaruh negatif yang sedang terhadap kesejahteraan psikologis. Ini menunjukkan bahwa meskipun individu tidak terlalu terlibat dalam penggunaan media sosial, FMO tetap menyebabkan penurunan kesejahteraan psikologis, meskipun dengan intensitas yang lebih rendah. Pada tingkat keterlibatan media sosial yang sedang, yang tercermin dengan nilai 33,09, pengaruh negatif FMO terhadap kesejahteraan psikologis menjadi lebih nyata. Ini menunjukkan bahwa keterlibatan yang lebih besar dalam penggunaan media sosial disertai dengan dampak buruk yang lebih kuat terhadap kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, pada tingkat keterlibatan media sosial yang tinggi, dengan nilai 46,01, FMO menunjukkan pengaruh negatif yang sangat kuat. Temuan ini menyiratkan bahwa individu yang sangat terlibat dalam media sosial lebih cenderung mengalami penurunan kesejahteraan psikologis yang substansial..

d. Uji Koefisien Determinasi

Pada penelitian ini menggunakan uji koefisien determinasi (R Square) untuk mengetahui seberapa besar variabel independent berkontribusi terhadap variabel dependen. Hasil uji koefisien determinasi sebagai berikut :

Tabel 4.13 Uji Koefisien Determinasi (r^2)

Variabel	R	R ²
----------	---	----------------

<i>Fear of Missing Out – Kesejahteraan Psikologis</i>	0,173	0,03
<i>Fear of Missing Out – Kesejahteraan Psikologis – Social Media Engagement</i>	0,301	0,091

Tabel menunjukkan bahwa koefisien determinasi (R-kuadrat) untuk hubungan antara rasa takut ketinggalan (*Fear of Missing Out*/FOMO) dan kesejahteraan psikologis adalah 0,03. Temuan ini menunjukkan bahwa FoMO hanya menjelaskan 3% dari varians dalam kesejahteraan psikologis, sedangkan 97% sisanya disebabkan oleh pengaruh di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Ketika keterlibatan media sosial dimasukkan ke dalam model sebagai faktor moderasi, nilai R-kuadrat meningkat menjadi 0,091. Peningkatan ini menunjukkan bahwa 9,1% dari variabilitas dalam kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh FMOMO ketika pengaruhnya dikondisikan oleh keterlibatan media sosial, sementara 90,9% dari varians ditentukan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model.

Secara keseluruhan, hasil analisis menegaskan bahwa semua uji asumsi klasik telah terpenuhi, menunjukkan bahwa model regresi secara statistik sesuai untuk digunakan. Temuan menunjukkan bahwa *Fear of Missing Out* (FoMO) memberikan pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja, dan keterlibatan media sosial telah terverifikasi secara empiris sebagai variabel moderasi dalam hubungan ini. Akibatnya, kedua variabel tersebut memainkan

peran penting dalam menjelaskan perbedaan kesejahteraan psikologis dan menunjukkan signifikansi statistik dalam konteks penelitian ini

D. Pembahasan

Dari penelitian yang telah dilakukan pada 406 sampel partisipan remaja baik menunjukkan nilai signifikansi korelasi yaitu 0,00 dengan *pearson correlation* 0,050. Pengambilan keputusan untuk mengetahui apakah antara variabel *x* (*fear of missing out*) terhadap variabel *y* (kesejahteraan psikologis) dengan variabel moderator (*social media engagement*) terdapat korelasi atau pengaruh satu sama lain apabila nilai signifikansi $p < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa antara kedua variabel *x* dan *y* terdapat pengaruh antara satu sama lain.

1. Tingkat *Fear of Missing Out*, *Social Media Engagement*, dan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja

a. Tingkat *fear of Missing Out* Pada Remaja

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa remaja umumnya menunjukkan tingkat rasa takut ketinggalan (FoMO) yang moderat. Kesimpulan ini diperkuat oleh data diagram, yang menunjukkan bahwa 67% partisipan, setara dengan 272 responden, diklasifikasikan dalam kategori moderat. Sebagai perbandingan, 19% atau 78 responden termasuk dalam kategori rendah, sedangkan 14% atau 56 responden dikategorikan memiliki tingkat rasa takut ketinggalan yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami rasa takut ketinggalan dalam kisaran yang

relatif tipikal; namun, kondisi ini tetap membawa risiko menyebabkan kesulitan psikologis jika tidak ditangani atau diatur secara efektif.

Menurut Gupta & Sharma (2021) menjelaskan bahwa *fear of missing out* merupakan perasaan hampa, cemas, dan tegang yang muncul ketika individu tidak dapat mengetahui kegiatan dan kehidupan yang dilakukan oleh orang lain. Dalam konteks ini, *fear of missing out* (FoMO) tidak hanya sebagai rasa keingintahuan melainkan rasa ketidakpuasan individu dalam kehidupan pribadinya sehingga hal tersebut mendorong individu untuk mengakses kehidupan orang lain melalui media sosial secara berlebihan.

Hal tersebut sejalan dengan *self-determination theory* yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (2008), bahwa ketika kebutuhan *relatedness* pada individu tidak dapat terpenuhi di dunia nyata, maka individu akan memenuhi kebutuhan *relatedness* melalui dunia maya. Apabila keterhubungan tersebut hanya sebatas dasar saja dan tidak melibatkan dukungan emosional, maka kebutuhan *relatedness* tidak dapat terpenuhi yang mengakibatkan stress dan menurunnya kesejahteraan psikologis individu.

Ciri-ciri perkembangan remaja juga sangat berkorelasi dengan tingkat FoMO yang moderat. Masa remaja ditandai dengan perubahan substansial dalam elemen biologis, kognitif, dan sosioemosional. Menurut Santrock (2011), Remaja sedang mencari identitas mereka, menjadi lebih mandiri, dan meningkatkan interaksi sosial mereka dengan teman sebaya sepanjang tahap ini.

Kebutuhan akan pengakuan sosial dengan sebayanya menjadi hal yang penting, dimana para remaja dipengaruhi oleh rasa penerimaan diri dalam kelompoknya. Apabila remaja merasa dikucilkan dan tidak diterima oleh kelompoknya maka memberikan dorongan bagi mereka untuk terhubung melalui media sosial. Hal tersebut didukung oleh Siddik et al. (2020) bahwa remaja dengan rasa penerimaan sosial yang rendah lebih rentan mengalami FoMO dan meningkatkan frekuensi dalam menggunakan media sosial untuk memenuhi kekosongan emosional individu tersebut.

Selaras dengan hasil penelitian Sianturi dan Siregar (2023), kesejahteraan psikologis remaja terpengaruh secara negatif oleh rasa takut ketinggalan (FoMO). Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja cenderung memburuk seiring meningkatnya tingkat FoMO. Sementara itu, Fathadhika dan Afriani (2018) menemukan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dan tidak terkontrol terkait dengan tingkat FoMO yang tinggi pada remaja.

Meskipun sebagian besar remaja tergolong dalam kategori *fear of missing out* sedang, kondisi ini tetap memerlukan perhatian. Karena *fear of missing out* dapat berkembang menjadi hal yang serius apabila tidak dapat dikendalikan. *Fear of missing out* dipengaruhi oleh tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar, namun juga faktor lain seperti lingkungan sosial, dan penggunaan media sosial dapat meningkatkan risiko *fear of missing out*. Hal tersebut sejalan oleh Przybylski et al. (2013) bahwa tindakan *fear of*

missing out dapat terjadi oleh beberapa faktor seperti kebutuhan psikologis dasar, lingkungan sosial, dan penggunaan media sosial yang kompulsif.

b. Tingkat *Social Media Engagement* Pada Remaja

Hasil analisis deskriptif pada variabel social media engagement menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan media sosial pada remaja berada dalam kategori sedang. Temuan ini didukung oleh data diagram yang memperlihatkan bahwa sebanyak 214 responden atau 53% berada pada kategori sedang, diikuti oleh kategori tinggi sebanyak 179 responden atau 44%, serta kategori rendah dengan jumlah 13 responden atau 3%. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat keaktifan yang cukup dalam memanfaatkan media sosial, baik sebagai sarana berinteraksi dengan orang lain maupun untuk mengikuti informasi dan perkembangan di lingkungan sekitarnya.

Menurut Khan (2017) menjelaskan bahwa *social media engagement* merupakan keterlibatan individu dalam kesehariannya secara aktif menggunakan media sosial seperti mengomentari, memberikan *like*, dan membagikan konten maupun secara pasif seperti berinteraksi secara tidak langsung untuk mengamati aktivitas orang lain. *Social media engagement* memberikan dorongan untuk terhubung secara sosial dan memperoleh pengakuan secara digital. Namun, keterlibatan yang terlalu intens juga dapat mengakibatkan ketidakseimbangan psikologis individu terutama mengenai

prioritas aktivitas di dunia maya dibandingkan dengan interaksi sosial di dunia nyata.

Perilaku individu dengan *social media engagement* yang tinggi memberikan cerminan bahwa terdapat ketidakseimbangan secara psikologis dalam diri individu yang dimana individu lebih mementingkan keterlibatan mereka didalam media sosial dibandingkan dengan memprioritaskan kesejahteraan psikologis mereka. Sejalan dengan penelitian Przybylski et al. (2013) bahwa keterlibatan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan tekanan psikologis pada individu karena mereka merasa perlu untuk selalu hadir dan diakui di media sosial. Tekanan tersebut seringkali menimbulkan stress, cemas, dan ketidakpuasan pada diri ketika ekspektasi di media sosial tidak terpenuhi

Selaras dengan penelitian Fathadhika & Afriani (2018) menjelaskan bahwa secara empiris membuktikan remaja memiliki tingkat *social media engagement* yang tinggi yang dimana mereka secara intensif menggunakan media sosial setiap hari termasuk ketika mereka terbangun dari tidur dan ketika mau tidur. Hal tersebut diperkuat oleh Al-Menayes (2015) bahwa keterlibatan media sosial yang berlebihan memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja, seperti meningkatnya stress, kelelahan mental, dan menurunnya kepuasan hidup.

Penelitian yang dilakukan Elhai et al. (2021) mengemukakan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang berlebihan berpotensi menimbulkan

problematic social media use, yaitu kondisi penggunaan media sosial yang sulit dikontrol dan berkaitan dengan munculnya gejala depresi serta gangguan tidur. Temuan tersebut berbeda dengan hasil penelitian ini, yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berada pada kategori keterlibatan sedang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tingkat penggunaan media sosial pada responden masih berada pada batas yang relatif seimbang dan belum mengarah pada penggunaan yang bersifat problematik.

Walaupun mayoritas remaja berada pada tingkat social media engagement sedang, situasi ini tetap perlu mendapatkan perhatian. Keterlibatan yang kurang adaptif dalam penggunaan media sosial berpotensi berkembang menjadi perilaku kompulsif serta memunculkan berbagai permasalahan psikologis. Hal tersebut selaras dengan penelitian Zhang et al. (2023) bahwa tingkat *social media engagement* yang seimbang dapat memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan sosial dan emosional, selama individu dapat mengelola waktu dan intensitas penggunaan media sosial. Namun, ketika individu tidak dapat mengontrol diri mereka dengan baik dalam menggunakan media sosial, maka efeknya berubah menjadi negatif. Perbedaan dampak tersebut bergantung pada individu dalam memaknai dan mengelola interaksi digitalnya.

c. Tingkat Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja

Hasil analisis deskriptif pada variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis remaja dalam penelitian

ini berada pada kategori sedang. Temuan tersebut ditunjukkan melalui diagram distribusi yang memperlihatkan bahwa sebanyak 69% atau 281 responden termasuk dalam kategori sedang, diikuti oleh kategori tinggi sebesar 29% dengan jumlah 118 responden, serta kategori rendah sebesar 2% atau sebanyak 6 responden. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja berada pada keadaan psikologis yang relatif stabil, meskipun tetap terdapat kemungkinan munculnya permasalahan kesejahteraan psikologis apabila kondisi tersebut tidak dikelola secara optimal.

Menurut Gupta & Sharma (2021) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang ditandai dengan adanya rasa puas terhadap diri, memiliki emosional yang stabil, serta memiliki hubungan sosial yang baik. Dalam kehidupan remaja, kesejahteraan psikologis individu tidak hanya berhubungan dengan gangguan mental melainkan adanya rasa tidak puas terhadap diri mereka dalam kehidupannya. Ketidakpuasan akan dirinya tersebut ditimbulkan akibat tidak terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis.

Tingkat kesejahteraan psikologis remaja berkaitan dengan karakteristik remaja. Menurut Santrock (2011) menjelaskan bahwa masa remaja ditandai dengan adanya perubahan secara biologis, kognitif, dan sosial emosional secara signifikan. Tahap ini remaja akan mengalami perkembangan identitas diri, membangun kemandirian, dan juga keterlibatan remaja dalam hubungan sosial dengan sebayanya. Siddik et al. (2020) menjelaskan bahwa

remaja yang mengalami pengabaian dengan lingkungan sosialnya memiliki kecenderungan dalam mencari pengakuan melalui media sosial.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Marciano dan Viswanath (2023), bahwa kesejahteraan psikologis remaja berkaitan erat dengan kualitas pengalaman sosial mereka di dunia nyata maupun di dunia maya. Penggunaan media sosial dengan batas waktu dan pengelolaan intensitas yang baik mampu memberikan dampak positif, seperti menjalin hubungan dan memberi dukungan emosional. Namun, interaksi digital yang didominasi oleh tekanan dan perbandingan sosial akan mengakibatkan turunnya kesejahteraan psikologis. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya keterkaitan kesejahteraan psikologis dan dinamika sosial digital pada remaja di era modern.

Penurunan tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja menggambarkan bahwa terdapat adanya ketidakseimbangan regulasi diri pada individu yang ditunjukkan dengan ketidakmampuan individu dalam mengutamakan kesehatan mental mereka. Sejalan dengan penelitian Singh dan Sharman (2018) bahwa regulasi diri memiliki korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi kemampuan individu dalam mengontrol diri maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Hal tersebut diperkuat oleh Fomina et al. (2020) bahwa individu yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik mampu mengontrol impuls, perilaku, emosi dengan tujuan pribadi, sehingga hal tersebut dapat mempertahankan

kesejahteraan psikologis individu dalam tekanan sosial terutama dalam ketergantungan sosial digital.

Meskipun sebagian besar remaja memiliki kesejahteraan psikologis tergolong sedang, kondisi ini tetap membutuhkan perhatian. Kesejahteraan psikologis yang tidak dijaga dapat menyebabkan permasalahan mental yang dipengaruhi oleh interaksi sosial, namun juga dipengaruhi faktor-faktor lain seperti kepribadian, usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi (Ryff & Singer, 2008).

2. Pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan dari hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *fear of missing out* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja, dengan kontribusi yang diberikan sebesar 3% yang dapat menjelaskan bahwa *fear of missing out* bukan merupakan faktor utama dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Hal tersebut telah dijelaskan melalui teori *self-determination* yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan (2008), bahwa kesejahteraan psikologis individu bergantung pada pemenuhan kebutuhan dasar individu yang terbagi menjadi tiga kebutuhan, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*.

Kontribusi yang relatif terbatas dari rasa takut ketinggalan (Fear of Missing Out/FOMO) dalam penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang membentuk FMO itu sendiri khususnya, aspek *relatedness* dan diri

memiliki dampak yang lebih besar pada kesejahteraan psikologis daripada FMO itu sendiri. Temuan menunjukkan bahwa keterkaitan secara signifikan dan positif memengaruhi kesejahteraan psikologis. Ini menyiratkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang dirasakan seseorang meningkat seiring dengan rasa konektivitas sosial mereka.

Hal tersebut selaras dengan teori *self determination* Deci dan Ryan (2008) yang menyoroti keterkaitan sebagai salah satu kebutuhan psikologis mendasar manusia. Orang lebih mampu mencapai penerimaan diri, pengembangan pribadi, dan rasa tujuan hidup yang jelas ketika mereka merasa terhubung, diterima, dan memiliki interaksi yang bermakna dengan orang lain. Akibatnya, memenuhi tuntutan keterkaitan sangat penting untuk meningkatkan kesehatan psikologis. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Nugraini dan Ramdhani (2016) yang menyatakan bahwa kualitas hubungan sosial yang memenuhi tuntutan keterkaitan memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan psikologis individu, juga mendukung temuan ini.

Di sisi lain, kesejahteraan psikologis secara signifikan terpengaruh negatif oleh elemen diri, bahkan lebih besar daripada keterkaitan. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis seseorang cenderung memburuk ketika mereka terlalu berfokus pada diri sendiri, seperti ketika mereka merasa perlu untuk mengekspresikan siapa diri mereka di media sosial atau memiliki kecenderungan untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang

menunjukkan bahwa orientasi diri yang berlebihan di media sosial dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan ketidakpuasan hidup (Przybylski, Murayama, Dehaan, et al., 2013). Penelitian yang serupa oleh Hernawati dan Eriany (2020) mengungkapkan bahwa pelatihan regulasi diri, yang memungkinkan orang untuk mengendalikan pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sebagai dasar utama kesejahteraan psikologis, secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun relatedness mampu memberikan kontribusi positif bagi kesejahteraan psikologis, aspek self justru lebih dominan dalam memberikan pengaruh negatif. Hal tersebut memperjelas bahwa kesejahteraan psikologis individu tidak hanya ditentukan oleh sejauh mana ia merasa terhubung dengan orang lain, tetapi juga oleh bagaimana ia memaknai dan mengelola konsep dirinya.

3. Pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan *Social Media Engagement* Sebagai Moderator Pada Remaja

Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan menyatakan terdapat pengaruh *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* sebagai moderator. Berdasarkan hasil analisis, dapat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis remaja dengan *social media engagement* sebagai moderator. Oleh karena itu, hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Dari hasil temuan tersebut menjelaskan bahwa tingginya tingkat *fear of missing out* yang dialami oleh remaja yang semakin naik, maka kesejahteraan psikologis individu cenderung mengalami penurunan. Kondisi ini sejalan dengan fenomena yang telah dibahas sebelumnya, di mana remaja memiliki kecenderungan merasa tidak puas terhadap kehidupannya, mengalami tekanan dan kecemasan, merasa tertinggal, serta tidak dianggap ketika mereka tidak aktif di media sosial. Keadaan tersebut kemudian mendorong individu untuk terus terhubung dan memantau aktivitas yang terjadi di dunia maya.

Remaja dengan *fear of missing out* akan memiliki atau keinginan dan dorongan untuk secara terus-menerus mengikuti aktivitas individu lain melalui media sosial karena rasa takut mereka akan ketertinggalan informasi ataupun pengalaman penting. Dapat dikatakan bahwa individu mengalami kehilangan kendali akan dirinya oleh ekspektasi media sosial (autonomi), merasa bahwa dirinya tidak kompeten dengan membandingkan diri mereka dengan orang lain (kompetensi), serta kebutuhan relasi yang tidak terpenuhi akibat merasa terasing dan rasa ketertinggalan. Ketidakterpenuhinya kebutuhan tersebut diakibatkan adanya tekanan sosial yang dapat menurunkan tingkat kesejahteraan psikologis remaja secara signifikan.

Social media engagement tidak berperan sebagai faktor yang secara langsung menurunkan kesejahteraan psikologis, melainkan berfungsi sebagai variabel moderator yang mampu memperkuat pengaruh *fear of missing out* terhadap kondisi kesejahteraan psikologis remaja. Hal ini terjadi karena

remaja cenderung lebih memusatkan perhatian pada hal-hal yang mereka amati di media sosial, khususnya perbandingan dengan kehidupan orang lain yang dianggap lebih baik, dibandingkan dengan memperhatikan kesehatan psikologis diri mereka sendiri.

Remaja yang menggunakan media sosial secara ekstensif lebih cenderung mengalami FOMO (Fear of Missing Out), yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka. Di sisi lain, kesejahteraan psikologis cenderung meningkat dan dampak FOMO kurang terasa ketika partisipasi media sosial minimal. Tiga tingkat penggunaan media sosial memoderasi hubungan antara kesejahteraan psikologis dan FOMO, menurut data penelitian. Rasa takut ketinggalan memiliki dampak yang relatif lemah pada kesejahteraan psikologis pada tingkat partisipasi rendah. FOMO memiliki dampak yang lebih besar pada tingkat keterlibatan menengah. Sementara itu, dampak FOMO pada penurunan kesejahteraan psikologis meningkat pada tingkat penggunaan media sosial yang tinggi. Hasil ini menyiratkan bahwa orang lebih rentan terhadap penurunan kesejahteraan psikologis akibat FOMO semakin sering mereka menggunakan media sosial..

Hasil ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa orang yang sering menggunakan media sosial memiliki tingkat FOMO yang lebih tinggi, yang berdampak buruk pada kesehatan psikologis (Baker et al., 2016). Przybylski et al., (2013) mengklarifikasi bahwa hubungan antara kesejahteraan psikologis dan FOMO diperkuat oleh penggunaan media sosial.

Dan penelitian oleh J. A. Savitri, (2019) mengungkapkan korelasi negatif yang kuat antara kesejahteraan psikologis dan FOMO, khususnya pada orang yang menggunakan media sosial secara ekstensif.

Dalam penelitian ini, meskipun *fear of missing out* memiliki peran dalam turunnya kesejahteraan psikologis yang dimoderatori oleh *social media engagement* pada remaja, kontribusi yang diberikan sebesar 7,4% yang dapat diartikan bahwa *fear of missing out* bukan merupakan faktor utama dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Terdapat pengaruh lain sebesar 92,6% yang berasal dari luar variabel dalam penelitian ini. Hal tersebut sedikit berbeda dengan penelitian West dan Rice (2024) bahwa *fear of missing out* memiliki korelasi yang tinggi dalam menurunkan kesejahteraan psikologis. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan karakteristik responden ataupun lingkungan yang berpengaruh terhadap *fear of missing out*.

Dampak *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis remaja dapat dijelaskan melalui *Self-Determination Theory* bahwa kesejahteraan psikologis individu sangat dipengaruhi oleh seberapa terpenuhinya kebutuhan dasar yang meliputi autonomi, kompetensi, dan relasi (Deci & Ryan, 2008). Apabila ketiga hal dasar kebutuhan individu tidak dapat terpenuhi secara baik maka individu akan merasakan stress dan cemas. Dalam *social media engagement*, *self-determination* dapat ditandai dengan individu yang mampu menggunakan media sosial sebagai keterlibatan hubungan yang

bermakna dengan orang lain (*relatedness*), mengekspresikan diri, dan mengembangkan kemampuan pada diri.

Hal tersebut sejalan oleh Nugraini dan Ramdhani (2016) bahwa remaja dengan keterampilan sosial yang rendah dapat, lemahnya dalam berinteraksi sosial akan memiliki kesejahteraan psikologis rendah. Adapun sebaliknya, individu yang memiliki keterampilan sosial, otonomi yang baik, keterhubungan (*relatedness*) akan mampu dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis. Selaras juga dengan penelitian oleh Deasyanti dan Nurhasanah (2019) bahwa keterhubungan dengan individu lain merupakan predictor terbesar dalam kesejahteraan. Hal tersebut menjelaskan bahwa *relatedness* yang merupakan salah satu aspek *fear of missing out* memberikan pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu.

Regulasi diri adalah elemen lain yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Kemampuan pengaturan diri yang kuat membantu remaja mengatasi berbagai tekanan sosial yang disebabkan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan, terutama yang terkait dengan fenomena FOMO. Hal ini konsisten dengan temuan Singh dan Sharman (2018) yang menemukan bahwa remaja dengan pengaturan diri yang baik kurang rentan terhadap tekanan sosial di ranah digital dan mampu membuat keputusan yang lebih adaptif untuk menjaga kesehatan psikologis yang seimbang.

Implikasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi remaja mengalami *fear of missing out*. Hal

tersebut menggambarkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya bergantung pada factor interpersonal yaitu *relatedness*, tetapi juga dipengaruhi kemampuan individu dalam membangun intrapersonal melalui penguatan diri (*self*). Untuk itu, penelitian ini juga membuka jalan bagi peneliti selanjutnya, tidak hanya fokus dalam *fear of missing out* tetapi juga faktor lain yang berpotensi memperkuat pengaruh antara *fear of missing out* dan kesejahteraan psikologis.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan diketahui bahwa tingkat *fear of missing out* pada remaja tergolong sedang dengan persentase 67%. Hal tersebut menjelaskan bahwa kebanyakan remaja mengalami *fear of missing out* dalam tingkat yang wajar namun tetap memiliki risiko dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis jika tidak dikendalikan dengan baik. *Fear of missing out* timbul karena adanya kebutuhan psikologis dasar pada remaja yang tidak terpenuhi dengan baik dan pengaruh sosial digital yang kuat. Kemudian hasil analisis pada *social media engagement* diketahui bahwa tingkat *social media engagement* pada remaja tergolong pada kategori sedang dengan persentase 53%. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja cukup aktif dalam menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan yang intens berpotensi memperkuat pengaruh *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis, terutama saat remaja menggunakan media sosial secara kompulsif. Dan berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja tergolong pada kategori sedang dengan persentase 77%. Secara umum menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang stabil, namun remaja tetap memiliki peluang dalam terjadinya gangguan kesejahteraan psikologis apabila

tidak dapat mengontrol diri dan tidak mendapat dukungan lingkungan yang baik.

2. Berdasarkan analisis dalam penelitian diketahui bahwa *fear of missing out* berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dengan kontribusi sebesar 3%. Hal tersebut dapat diartikan bahwa *fear of missing out* memiliki peran yang relatif kecil dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Secara spesifik aspek *relatedness* memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis yaitu semakin tinggi rasa keterhubungan sosial yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Adapun sebaliknya aspek *self* memiliki pengaruh negatif yang berarti bahwa semakin tinggi orientasi individu pada diri melalui media sosial ataupun kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, maka kesejahteraan psikologisnya menurun.
3. Adapun hipotesis dalam penelitian ini tentang pengaruh *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis dengan *social media engagement* sebagai moderator pada remaja di terima, karena nilai signifikansi 0,00 atau $p < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *social media engagement*, maka semakin kuat *fear of missing out* mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dirasakan para remaja. Berdasarkan uji yang telah dilakukan, *social media engagement* sebagai moderator terbagi menjadi tiga tingkat keterlibatan dalam memperkuat pengaruh, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Besarnya pengaruh *fear of missing out* dan *social media engagement* terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja adalah sebesar 9,1%, sedangkan

sisanya yaitu sebesar 90,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain dalam memengaruhi kesejahteraan psikologi seperti, dukungan sosial, regulasi diri, kepribadian, usia, dan status ekonomi. Hal tersebut menunjukkan bahwa *fear of missing out* bukan satu-satunya faktor dominan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis.

B. Saran

Berdasarkan yang telah dilakukan mengenai hasil analisis dalam penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Para Remaja dan Lingkungan Sosial

Para remaja membutuhkan dukungan untuk meningkatkan kesadaran dalam mengetahui dampak keterlibatan menggunakan media sosial yang berlebihan serta risiko terjadinya *fear of missing out* terhadap kesejahteraan psikologis. Hal tersebut dapat sebagai Upaya penguatan kesejahteraan psikologis remaja melalui pengembangan diri, penerimaan diri, memiliki tujuan hidup, dan membangun hubungan sosial yang baik. Remaja juga disarankan membatasi penggunaan media sosial, melakukan *digital detox*, dan fokus pada aktivitas yang bermakna sebagai strategi *coping* yang dapat dilakukan. Teman, guru, dan Masyarakat dapat berperan aktif dalam memberikan pemahaman mengenai literasi digital, memberikan penguatan nilai empati dan saling mendukung satu sama lain, dan pentingnya dalam menjaga kesehatan mental. Remaja juga diharapkan dapat membangun rasa

percaya diri, penerimaan diri, dan membangun nilai positif dalam keseharian.

2. Bagi Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian ini, dukungan sosial serta pemenuhan kebutuhan psikologis dasar pada remaja menjadi faktor penting dari timbulnya *fear of missing out*. Keluarga memberikan peran penting sebagai lingkungan pertama anak tumbuh dan membentuk moral serta kebiasaan para remaja. Orang tua dapat memberikan pemahaman kepada anak mengenai keseimbangan dalam penggunaan media sosial, memberikan penjelasan mengenai Batasan menggunakan media sosial dan pelatihan regulasi diri agar remaja dapat tumbuh dengan baik serta kemampuan dalam mengontrol tekanan sosial.

3. Bagi Praktisi

Berdasarkan hasil penelitian ini mampu menjadi dasar bagi praktisi dalam merancang dan mengembangkan program intervensi maupun edukasi yang berfokus pada kesejahteraan psikologis remaja pada era digital. Praktisi diharapkan menyusun program mengenai pelatihan regulasi diri, psikoedukasi penggunaan media sosial yang sehat, dan keterampilan dalam *coping* terhadap *fear of missing out*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini membuka kesempatan bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi mengenai variabel lain yang berpotensi lebih besar

memengaruhi kesejahteraan psikologis seperti, dukungan sosial, regulasi diri, jenis kelamin, dan sosial ekonomi. Penelitian juga dapat menggunakan metode kualitatif untuk memahami secara lebih dalam terkait keterlibatan remaja dalam menghadapi tekanan sosial digital ataupun mengenai latar belakang responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan media sosial (fomo) pada generasi milenial. *Jurnal Audience*, 4(01), 86–106. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>
- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the arabic social media addiction scale. *Journal of Addiction*, 2015, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2015/291743>
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111–119. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057>
- Aziz, U. K., Lutfiya, I., & Sulaiman, I. (2021). Gambaran gangguan perilaku dan emosional pada remaja usia 10-24 tahun berdasarkan faktor sosiodemografi (analisis data susenas tahun 2015). *BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 1(2), 54. <https://doi.org/10.19184/biograph-i.v1i2.27873>
- Baker, Z. G., Krieger, H., & LeRoy, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275–282. <https://doi.org/10.1037/tps0000075>
- Cahyani, D. F., & Putri, N. S. (2024). Dampak kecemasan berlebih terhadap psikologis gen z (usia remaja). *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 3(3), 82–94. <https://doi.org/10.3287/ljpbk.v1i1.325>
- Deasyanti, & Nurhasanah, H. (2019). *Basic psychological needs on primary school student well-being*. 7(2), 69–75.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology*, 49(1), 14–23. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 3463–3468.
- Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2021). *Fear of missing out (FOMO): overview , theoretical underpinnings , and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use*. 43(2), 203–209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>
- Fathadhika, S., & Afriani, -. (2018). Social media engagement sebagai mediator antara fear of missing out dengan kecanduan media sosial pada remaja. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(3), 208.

<https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i3.18741>

- Fomina, T., Burmistrova-savenkova, A., & Morosanova, V. (2020). *Behavioral sciences self-regulation and psychological well-being in early adolescence : A two-wave longitudinal study*.
- Ghaybiyyah, F., & Mahpur, M. (2022). Dinamika kesejahteraan psikologis guru honorer sd negeri 02 tiudan, kecamatan gondang, kabupaten tulungagung. *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)*, 8(1), 1–18. <https://doi.org/10.15408/jpa.v8i1.24367>
- Gupta, M., & Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. In *World journal of clinical cases*. [pmc.ncbi.nlm.nih.gov](https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/).
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/>
- Hernawati, L., & Eriany, P. (2020). The effect of self regulation-based holistic health counseling services in improving students ' psychological well being. *Psikodimensia*, 19(2), 184–197. <https://doi.org/10.24167/psidim.v19i2.2765>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi psychological well-being short scale pada mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 141–149.
- Husnita, E., & Alrefi. (2025). Hubungan intensitas penggunaan media sosial tiktok dengan fenomena fear of missing out (fomo) pada remaja di SMAN 1 Indralaya Utara. *Fokus*, 8(5), 781–789. <https://doi.org/10.22460/fokus.v8i5>.
- Indonesia National Adolescent Mental Health Survei. (2022). National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Mental Health*, xviii. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
- Islami, Z. M. N. (2020). *Pengaruh fear of missing out , kontrol diri , narsisme , dan strategi koping terhadap adiksi media sosial pada mahasiswa di Jabodetabek*.
- Khan, M. L. (2017). Social media engagement: What motivates user participation and consumption on YouTube? *Computers in Human Behavior*, 66, 236–247.
- Marciano, L., & Viswanath, K. (2023). *Social media use and adolescents ' well-being : A note on flourishing*. April. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1092109>
- Mauliza, R., Harkensia, L. S., Ardianti, R. D., Sabil, T. M., & Drissianti, P. (2025). Dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan jiwa remaja. *Journal of Telenursing*, 7, 539–546.
- Ni, X., Shao, X., Geng, Y., Qu, R., Niu, G., & Wang, Y. (2020). *Development of the social media engagement scale for adolescents*. 11(April), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00701>

- Nugraini, I., & Ramdhani, N. (2016). Keterampilan sosial menjaga kesejahteraan psikologis pengguna internet. *Jurnal Psikologi*, 43, 183–193.
- Pratiwi, A., & Fazriani, A. (2020). Hubungan antara fear of missing out (Fomo) dengan kecanduan media sosial pada remaja pengguna media sosial. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1–13. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.123>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848.
- Putri, L. S., Purnama, D. H., & Idi, A. (2019). Gaya Hidup Mahasiswa Pengidap Fear of Missing Out di Kota Palembang. *Jurnal Masyarakat & Budaya*, 21(2), 129–148.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span Development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Savitri, J. A. (2019a). Fear of missing out dan kesejahteraan psikologis individu pengguna media sosial di usia emerging adulthood. *Acta Psychologia*, 1(1), 87–96. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Savitri, J. A. (2019b). Impact of fear of missing out on psychological well-being among emerging adulthood aged social media users. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 23–30. <https://doi.org/10.21831/pri.v2i2.30363>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>

- Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335.
<https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466>
- Sianturi, A. N., & Siregar, I. (2023). Hubungan fear of missing out dengan kesejahteraan psikologis pengguna instagram pada remaja di SMP negeri 1 hutabayuraja. *Jurnal Psychomutiara*, 6(1), 35–42.
<https://doi.org/10.51544/psikologi.v6i1.5240>
- Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Peran harga diri terhadap fear of missing out pada remaja pengguna situs jejaring sosial. In *Jurnal psikologi teori dan terapan*. academia.edu.
https://www.academia.edu/download/107379034/Peran_20Harga_20Diri_20terhadap_20Fear_20of_20Missing_20Out_20pada_20Remaja.pdf
- Singh, S., & Sharman, N. (2018). Self-regulation as a correlate of psychological well-being. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 9(3), 2018.
- Sulistyono, A., & Jakaria, J. (2022). Analisis Pengaruh Social Media Engagement Terhadap Relationship Quality Yang Dimediasi Oleh Faktor – Faktor Relationship Management. *Equilibrium : Jurnal Ilmiah Ekonomi, Manajemen Dan Akuntansi*, 11(1), 53. <https://doi.org/10.35906/equili.v11i1.987>
- Sumakul, Y., & Ruata, S. (2020). Kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi covid-19. *Journal of Psychology “Humanlight,”* 1(1), 1–7.
<https://doi.org/10.51667/jph.v1i1.302>
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dalam Psikologi*. Universitas Sanata Dharma.
- West, M., & Rice, S. (2024). *Adolescent social media use through a self-determination theory lens : A systematic scoping review*.
- Wibowo, D. S., & Nurwindasari, R. (2019). Hubungan intensitas Ppenggunaan instagram terhadap regulasi diri dan fear of missing out. *Psikologi Sosial Di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang & Tantangan*, 323–327. <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/Danan-Satriyo.pdf>
- World Health Organization. (2024). *Mental health of adolescents*.
- Zhang, C., Tang, L., & Liu, Z. (2023). How social media usage affects psychological and subjective well - being : testing a moderated mediation model. *BMC Psychology*, 1–20. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01311-2>

Lampiran 1 Skala *Fear of Missing Out*

No	Pernyataan	1	2	3	4	5	6
1	Saya merasa terganggu / cemas jika saya kehilangan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman saya						
2	Terkadang, saya penasaran apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi						
3	Ketika saya sedang bersenang-senang, penting bagi saya untuk berbagi mengenai itu di dunia maya (online ; seperti update status)						
4	Saya merasa gelisah jika saya melewatkan rencana kumpul bersama						
5	Penting bagi saya untuk mengerti makna candaan teman-teman saya						
6	Ketika saya pergi liburan, saya terus mengikuti kegiatan yang sedang dilakukan teman-teman saya (stalkinig)						
7	Saya merasa gelisah ketika orang lain memiliki aktivitas yang lebih menyenangkan dari pada saya						

8	Saya merasa cemas ketika teman saya memiliki aktivitas yang menyenangkan dari pada saya						
9	Saya gelisah ketika tahu teman-teman sedang bersenang-senang tanpa saya						
10	Saya gelisah ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya						

Lampiran 2 Skala *Social Media Engagement*

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Menggunakan media sosial merupakan kebiasaan saya sehari-hari					
2	Saya menjelajahi media sosial kapanpun saya ada waktu					
3	Meskipun sudah larut, saya akan melihat-lihat media sosial sebelum tidur					
4	Saya sering menggunakan media sosial untuk bersantai dari rutinitas					
5	Saya mendapatkan kepuasan dari perhatian dan komentar orang lain di media sosial					
6	Dukungan dan semangat dari orang lain di media sosial sangat penting buat saya					
7	Menggunakan media sosial membuat saya merasa puas dengan hubungan saya dan teman-teman saya					
8	Dibandingkan dengan dunia nyata, media sosial membuat saya lebih nyaman					
9	Saya merasa bosan ketika tidak bisa menggunakan media sosial					

10	Dibandingkan dengan dunia nyata, saya lebih bahagia ketika bersosialisasi di media sosial					
11	Saya merasa cemas ketika tidak bisa menggunakan media sosial					

Lampiran 3 Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya menyukai kepribadian yang ada pada diri sendiri					
2	Ketika melihat perjalanan hidup, saya merasa puas karena semuanya berjalan dengan baik					
3	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian saya dalam hidup					
4	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi dan berbagi waktu dengan orang lain					
5	Saya mengalami kesulitan menjaga hubungan dekat dengan orang lain sehingga membuat frustrasi					
6	Saya belum pernah menjalani hubungan yang hangat dan memberikan kepercayaan penuh pada orang lain					
7	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan orang yang berpendapat kuat					
8	Saya percaya pada pendapat diri sendiri, meskipun berbeda dengan orang lain					
9	Saya menilai diri sendiri berdasarkan nilai pribadi, bukan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain					
10	Saya pandai mengelola tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari					
11	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat saya tertekan					
12	Secara umum, saya dapat mengendalikan situasi di tempat tinggal					
13	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan bagian dari mereka					

14	Saya menjalani hidup sehari-hari tanpa terlalu memikirkan masa depan					
15	Saya merasa sudah melakukan semua yang perlu saya lakukan					
16	Saya sudah lama menyerah untuk mencoba membuat perubahan besar dalam hidup					
17	Saya pikir, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang tentang cara berpikir mengenai diri sendiri dan dunia					
18	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan					

Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

d. Skala *Fear of Missing Out*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
f1	30.50	47.086	.568	.781
f2	29.83	51.661	.335	.805
f3	29.97	48.930	.377	.803
f4	30.80	45.752	.563	.781
f5	29.63	52.516	.337	.804
f6	31.93	47.237	.555	.782
f7	31.67	45.195	.596	.776
f8	31.63	44.654	.616	.774
f9	30.60	49.214	.439	.795
f10	31.53	49.154	.433	.796

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.807	10

e. *Skala Social Media Engagement*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
S1	34.69	47.840	.462	.841
S2	35.08	45.162	.563	.832
s3	35.29	44.995	.455	.841
s4	34.98	45.703	.545	.834
s5	35.87	44.810	.473	.839
s6	35.75	44.244	.503	.837
s7	35.54	45.281	.498	.837
s8	36.13	41.992	.587	.830
s9	35.68	42.954	.610	.828
s10	36.19	42.190	.588	.829
s11	36.20	42.672	.579	.830

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.847	11

f. Skala Kesejahteraan Psikologis

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
kp1	57.43	89.258	.517	.857
kp2	57.66	87.649	.697	.851
kp3	58.54	90.748	.398	.862
kp4	57.42	89.435	.513	.857
kp5	58.22	91.531	.328	.866
kp6	57.43	89.313	.521	.857
kp7	57.65	87.622	.691	.851
kp8	58.52	90.527	.407	.862
kp9	58.43	91.253	.340	.865
kp10	57.89	90.097	.418	.861
kp11	58.20	89.584	.459	.859
kp12	57.39	88.802	.535	.856
kp13	57.24	91.902	.391	.862
kp14	58.32	90.532	.372	.864
kp15	57.66	87.712	.692	.851
kp16	57.43	90.972	.466	.859
kp17	57.05	93.098	.330	.864
kp18	57.66	87.796	.687	.851

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.865	18

Lampiran 5 Kategorisasi dan Skor Responden Penelitian

a. *Fear of Missing Out*

F_1	F_2	F_3	F_4	F_5	F_6	F_7	F_8	F_9	F_10	Total	Kategori
2	4	4	3	3	1	4	4	4	5	34	sedang
3	4	4	4	6	2	1	1	4	1	30	sedang
5	3	6	2	6	4	4	1	5	1	37	sedang
5	4	4	5	6	5	4	5	5	4	47	tinggi
4	5	5	4	5	4	3	2	4	3	39	sedang
5	4	4	6	5	3	2	2	4	3	38	sedang
4	5	4	5	6	2	4	4	5	4	43	sedang
5	4	3	4	6	2	1	3	3	3	34	sedang
6	4	3	4	5	3	2	2	3	2	34	sedang
4	5	1	3	5	1	1	1	1	4	26	rendah
5	4	3	6	5	3	5	1	6	6	44	tinggi
5	4	3	5	6	3	1	1	6	1	35	sedang
5	5	5	5	5	4	3	3	5	5	45	tinggi
2	4	5	6	3	2	2	2	2	6	34	sedang
6	1	4	6	6	1	1	1	6	6	38	sedang
2	3	1	3	4	1	1	1	2	1	19	rendah
4	6	5	6	6	3	2	1	3	1	37	sedang
3	5	5	3	5	2	3	3	3	3	35	sedang
3	5	2	2	2	2	2	2	2	2	24	rendah
4	3	5	4	5	2	3	3	3	5	37	sedang
6	5	3	5	6	2	3	3	5	2	40	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	tinggi
2	5	5	4	5	2	4	2	2	2	33	sedang
4	4	5	6	4	3	3	2	3	2	36	sedang
2	2	2	3	4	1	1	1	1	1	18	rendah
4	5	3	4	4	3	2	2	4	4	35	sedang
4	5	6	3	6	2	4	4	3	1	38	sedang
5	3	3	3	4	5	3	3	3	4	36	sedang
2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	23	rendah
1	6	3	3	6	3	3	3	3	3	34	sedang
4	4	3	4	3	4	2	2	5	4	35	sedang
5	3	2	4	6	2	2	4	4	2	34	sedang
4	5	4	3	5	3	1	1	2	2	30	sedang
5	4	2	6	6	3	3	4	6	5	44	tinggi
5	4	1	2	5	1	2	2	5	4	31	sedang

6	5	6	4	6	2	5	5	6	6	51	tinggi
4	4	2	2	3	1	2	1	3	2	24	rendah
5	4	4	5	6	5	2	2	3	5	41	sedang
4	6	3	4	4	4	4	4	4	1	38	sedang
4	4	5	4	4	3	3	3	3	3	36	sedang
3	4	4	4	4	1	1	1	4	4	30	sedang
5	4	2	6	3	1	3	4	4	5	37	sedang
4	4	2	3	4	2	1	1	1	2	24	rendah
2	4	2	3	4	2	5	3	4	3	32	sedang
6	6	3	5	6	2	2	2	5	4	41	sedang
5	4	6	3	4	2	2	2	3	2	33	sedang
4	4	5	4	4	3	2	2	4	3	35	sedang
4	5	2	5	5	1	1	1	4	4	32	sedang
2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	23	rendah
6	5	5	5	5	1	4	4	4	3	42	sedang
4	3	6	4	5	1	1	1	6	1	32	sedang
3	4	4	3	5	2	3	3	4	5	36	sedang
4	3	2	3	4	2	2	2	3	3	28	sedang
4	6	4	4	6	2	5	5	6	6	48	tinggi
4	2	5	5	2	1	1	1	1	1	23	rendah
1	4	4	3	3	3	3	3	4	3	31	sedang
3	4	4	3	3	3	1	1	4	1	27	sedang
3	3	1	1	6	3	1	1	2	1	22	rendah
5	5	4	2	5	2	1	1	2	5	32	sedang
3	1	2	2	5	1	2	2	3	1	22	rendah
1	6	5	2	5	1	2	1	1	1	25	rendah
4	5	1	2	5	1	6	6	3	1	34	sedang
1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	15	rendah
3	5	2	2	5	5	2	2	5	2	33	sedang
2	1	6	1	4	1	5	1	1	1	23	rendah
1	3	5	1	4	1	5	5	5	3	33	sedang
3	5	5	3	5	3	2	2	4	2	34	sedang
2	3	5	3	4	3	4	3	5	3	35	sedang
6	5	5	5	5	5	3	3	3	3	43	sedang
2	5	4	2	4	1	1	1	2	4	26	rendah
6	6	4	3	6	1	1	1	1	1	30	sedang
3	2	2	2	4	1	1	2	3	1	21	rendah
4	6	6	1	6	3	1	1	1	1	30	sedang
3	5	4	2	3	2	4	4	3	2	32	sedang
5	5	4	4	4	2	5	5	5	5	44	tinggi
3	3	1	2	4	1	1	1	3	2	21	rendah

3	3	3	4	5	3	3	3	4	2	33	sedang
6	6	6	5	5	5	5	6	5	4	53	tinggi
4	3	5	4	4	2	2	2	4	3	33	sedang
5	4	5	2	4	1	1	1	4	4	31	sedang
3	5	4	5	6	2	2	2	4	2	35	sedang
5	4	4	6	6	4	3	4	5	4	45	tinggi
2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	22	rendah
6	5	6	6	5	4	5	5	5	4	51	tinggi
3	4	4	3	4	3	1	2	4	4	32	sedang
4	5	3	3	4	3	3	4	4	3	36	sedang
4	4	2	3	5	3	4	3	4	3	35	sedang
3	4	4	3	5	3	4	4	4	4	38	sedang
3	4	3	4	4	2	2	2	5	3	32	sedang
5	4	5	6	4	2	2	2	4	2	36	sedang
4	5	4	3	5	2	2	2	3	2	32	sedang
5	5	6	3	6	2	3	4	5	4	43	sedang
2	5	6	4	3	2	2	2	4	2	32	sedang
4	2	3	2	4	2	4	4	5	2	32	sedang
4	6	6	6	6	6	1	1	1	1	38	sedang
2	4	4	3	4	2	2	2	4	2	29	sedang
3	5	5	3	6	1	3	3	4	5	38	sedang
4	5	6	4	5	2	5	1	4	2	38	sedang
2	5	6	3	4	1	2	2	3	1	29	sedang
4	4	6	3	5	2	1	2	2	2	31	sedang
4	6	6	3	6	6	1	1	1	1	35	sedang
3	6	3	2	5	2	5	2	1	1	30	sedang
5	4	3	2	6	2	2	2	2	1	29	sedang
4	6	4	2	2	3	4	4	1	1	31	sedang
5	4	6	4	4	2	2	2	3	1	33	sedang
3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	22	rendah
3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	41	sedang
1	5	5	1	5	1	1	1	1	1	22	rendah
4	4	3	2	4	1	1	2	3	2	26	rendah
1	5	5	5	6	1	3	5	6	1	38	sedang
6	6	4	4	4	1	5	5	5	3	43	sedang
4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	41	sedang
5	5	5	5	5	3	2	3	6	5	44	tinggi
2	4	4	3	5	2	1	1	3	2	27	sedang
4	5	5	3	5	1	1	1	1	1	27	sedang
4	2	2	3	3	1	1	2	1	1	20	rendah
5	6	5	5	2	3	4	4	2	5	41	sedang

4	5	3	2	5	2	2	2	2	2	29	sedang
5	4	3	3	6	3	1	1	2	1	29	sedang
3	3	3	3	4	2	2	2	2	3	27	sedang
4	4	5	5	6	5	5	5	4	4	47	tinggi
3	4	2	3	4	3	1	1	1	1	23	rendah
5	4	3	3	4	2	1	1	1	1	25	rendah
2	6	3	2	6	2	4	4	2	5	36	sedang
4	5	3	4	6	3	4	3	3	3	38	sedang
2	4	4	2	4	2	2	4	3	1	28	sedang
2	4	5	2	6	2	1	1	1	1	25	rendah
5	4	4	5	6	2	3	3	6	6	44	tinggi
4	4	4	4	5	2	1	1	1	4	30	sedang
5	5	6	5	6	4	5	3	4	2	45	tinggi
2	3	2	4	5	2	1	1	2	3	25	rendah
6	1	4	6	3	1	5	5	5	1	37	sedang
4	5	4	5	6	4	3	1	4	1	37	sedang
2	6	4	4	6	2	2	2	5	2	35	sedang
2	3	5	2	3	3	3	3	3	3	30	sedang
4	5	5	5	5	3	3	2	4	4	40	sedang
6	6	6	1	4	1	1	3	3	1	32	sedang
4	2	4	3	4	1	1	1	2	1	23	rendah
4	4	5	4	5	3	2	2	5	4	38	sedang
3	5	5	4	5	4	2	2	2	2	34	sedang
2	5	5	5	5	2	2	2	4	2	34	sedang
4	1	1	1	6	4	3	1	4	4	29	sedang
4	2	2	3	6	3	2	2	4	1	29	sedang
2	2	2	4	5	2	2	3	3	2	27	sedang
4	5	3	2	2	2	1	2	3	2	26	rendah
4	5	3	4	5	2	2	2	3	2	32	sedang
4	6	3	2	4	1	2	2	6	1	31	sedang
3	4	2	3	4	2	2	2	3	3	28	sedang
2	4	2	1	4	2	1	1	1	1	19	rendah
3	6	6	4	5	5	5	4	5	5	48	tinggi
3	5	6	2	1	1	2	1	3	1	25	rendah
5	3	3	5	5	3	3	3	4	2	36	sedang
5	6	5	3	4	3	6	6	6	2	46	tinggi
5	3	3	4	5	3	3	3	3	3	35	sedang
5	4	3	4	5	3	3	2	4	3	36	sedang
2	4	3	2	6	1	3	2	2	1	26	rendah
5	3	2	4	4	2	4	4	2	2	32	sedang
2	5	4	1	4	1	2	2	6	2	29	sedang

5	5	2	6	4	3	2	2	5	3	37	sedang
2	4	5	4	5	2	3	3	4	2	34	sedang
4	5	5	5	5	5	5	4	5	2	45	tinggi
4	5	4	3	4	1	2	2	4	3	32	sedang
3	6	5	1	6	1	1	1	2	1	27	sedang
4	6	3	4	5	3	2	1	2	2	32	sedang
5	6	6	2	6	5	4	1	2	1	38	sedang
4	5	5	4	4	3	4	5	5	3	42	sedang
2	3	3	2	4	2	2	4	2	4	28	sedang
4	2	5	2	2	1	1	1	1	1	20	rendah
3	2	3	1	4	1	1	1	1	1	18	rendah
2	2	5	4	4	1	5	1	5	2	31	sedang
4	3	5	4	5	2	4	4	5	3	39	sedang
3	4	3	2	4	2	3	3	4	2	30	sedang
2	5	3	3	4	1	1	2	1	1	23	rendah
5	2	2	3	3	4	2	2	4	2	29	sedang
2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	24	rendah
6	5	6	6	6	5	4	4	4	5	51	tinggi
2	2	1	3	4	2	2	2	5	2	25	rendah
4	4	3	4	5	2	3	3	3	3	34	sedang
5	5	4	5	5	4	1	1	4	5	39	sedang
4	4	4	3	5	2	1	1	1	1	26	rendah
2	6	3	4	5	2	2	2	3	2	31	sedang
2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	15	rendah
4	6	2	5	5	2	2	2	2	2	32	sedang
2	4	4	2	5	1	1	1	4	1	25	rendah
4	6	6	4	6	3	6	2	1	1	39	sedang
4	4	5	5	5	3	5	5	5	5	46	tinggi
4	5	4	4	6	3	3	3	5	4	41	sedang
4	4	5	5	4	2	3	4	4	2	37	sedang
4	4	5	4	6	4	2	2	4	2	37	sedang
6	6	4	6	2	3	1	1	4	4	37	sedang
6	5	3	3	4	4	3	3	5	4	40	sedang
3	4	5	4	5	3	1	1	1	1	28	sedang
6	4	6	5	5	5	3	2	3	2	41	sedang
6	6	6	6	6	3	1	1	6	1	42	sedang
4	4	3	6	4	3	2	2	2	1	31	sedang
4	3	5	1	5	3	5	5	5	4	40	sedang
5	6	5	4	4	3	3	3	5	4	42	sedang
5	2	2	3	3	2	3	4	2	2	28	sedang
2	2	6	2	4	2	2	2	2	2	26	rendah

2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	23	rendah
5	6	5	4	6	5	6	6	6	4	53	tinggi
3	3	1	3	3	2	6	6	1	3	31	sedang
5	3	4	4	4	2	3	3	3	3	34	sedang
3	4	6	6	5	2	6	6	6	3	47	tinggi
3	3	1	1	2	4	3	3	1	1	22	rendah
4	3	3	3	5	2	2	2	2	2	28	sedang
5	6	4	2	4	1	2	4	1	1	30	sedang
2	5	2	5	5	5	5	2	5	2	38	sedang
2	4	5	2	4	1	1	1	2	2	24	rendah
3	3	1	3	5	2	3	3	3	1	27	sedang
4	4	1	5	5	1	2	2	1	1	26	rendah
3	4	2	4	5	3	1	1	2	1	26	rendah
4	4	3	5	6	2	5	3	4	2	38	sedang
2	5	3	2	5	2	2	2	2	2	27	sedang
5	4	5	3	6	1	1	1	1	2	29	sedang
3	6	3	2	6	4	6	6	5	3	44	tinggi
5	5	5	4	5	3	3	3	3	3	39	sedang
5	5	4	4	6	1	1	1	1	1	29	sedang
4	5	3	3	5	2	1	1	1	1	26	rendah
4	2	6	5	5	1	2	1	1	1	28	sedang
4	3	5	4	4	1	3	3	4	3	34	sedang
5	3	5	4	5	2	3	2	4	5	38	sedang
3	4	5	2	5	1	3	3	1	4	31	sedang
4	4	3	4	4	2	1	1	4	4	31	sedang
5	5	6	2	6	2	2	1	2	2	33	sedang
4	4	6	5	5	4	1	1	2	1	33	sedang
2	2	4	1	4	2	1	1	4	1	22	rendah
3	6	2	5	5	1	3	2	5	2	34	sedang
5	3	2	3	6	5	2	3	6	4	39	sedang
5	6	6	5	6	5	5	4	6	6	54	tinggi
4	3	3	4	4	1	4	2	4	4	33	sedang
4	6	2	4	4	2	2	2	2	2	30	sedang
5	4	3	2	1	1	4	1	4	2	27	sedang
1	3	5	1	1	1	4	2	1	1	20	rendah
5	3	1	2	4	1	1	1	2	2	22	rendah
2	4	3	4	6	1	1	1	4	1	27	sedang
4	5	3	4	3	2	3	3	3	3	33	sedang
5	4	3	4	3	3	2	2	2	2	30	sedang
6	4	1	6	6	3	6	5	6	6	49	tinggi
2	1	1	1	3	2	4	2	4	4	24	rendah

5	4	6	6	6	3	6	6	6	6	54	tinggi
2	4	2	2	5	1	1	1	1	1	20	rendah
3	4	4	4	5	4	3	3	4	4	38	sedang
4	3	1	2	4	1	1	1	1	5	23	rendah
4	5	3	4	4	4	4	4	3	2	37	sedang
5	6	5	5	5	1	4	4	2	2	39	sedang
3	6	6	4	5	4	1	1	3	3	36	sedang
1	1	3	3	6	1	1	1	1	1	19	rendah
1	1	4	3	6	1	1	1	1	1	20	rendah
3	5	5	4	4	3	1	1	3	3	32	sedang
3	5	4	2	6	1	5	2	5	4	37	sedang
4	6	1	1	6	1	2	1	2	1	25	rendah
4	6	2	3	5	4	4	6	6	2	42	sedang
5	2	2	1	5	4	3	3	5	5	35	sedang
4	5	4	3	5	3	3	3	2	2	34	sedang
4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	34	sedang
2	2	6	3	4	5	5	5	3	3	38	sedang
3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	17	rendah
5	6	5	6	6	2	3	6	2	6	47	tinggi
5	4	4	4	6	3	2	2	3	3	36	sedang
4	4	5	4	5	3	3	3	4	3	38	sedang
4	2	2	4	4	1	2	2	2	3	26	rendah
3	3	3	4	5	2	1	1	1	2	25	rendah
1	4	1	1	6	1	1	1	1	1	18	rendah
4	4	5	4	4	3	3	3	3	3	36	sedang
1	4	4	4	5	2	2	2	4	2	30	sedang
5	6	6	5	5	3	4	5	5	5	49	tinggi
4	3	2	3	5	3	4	4	6	4	38	sedang
2	6	4	2	6	3	3	3	3	3	35	sedang
3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	28	sedang
5	5	6	6	6	4	3	2	5	2	44	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	tinggi
5	2	2	5	5	2	2	2	4	2	31	sedang
4	5	3	3	4	2	2	2	4	3	32	sedang
5	5	6	4	5	4	4	3	4	4	44	tinggi
4	5	3	3	5	2	2	2	2	2	30	sedang
3	4	4	3	4	3	1	1	1	4	28	sedang
5	3	5	4	5	3	2	1	4	3	35	sedang
5	6	3	6	6	4	5	1	5	3	44	tinggi
4	5	5	3	6	3	1	1	2	3	33	sedang
4	5	2	2	4	2	2	2	2	2	27	sedang

1	3	3	2	4	3	3	3	1	1	24	rendah
4	4	2	4	6	1	4	4	4	4	37	sedang
2	4	1	2	3	1	2	1	1	1	18	rendah
4	5	3	4	5	5	1	1	6	6	40	sedang
2	4	5	3	5	3	3	3	5	3	36	sedang
3	4	4	3	4	3	2	2	3	2	30	sedang
3	3	2	3	6	1	1	1	1	1	22	rendah
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	tinggi
5	4	2	4	5	3	3	3	4	3	36	sedang
2	6	3	2	4	1	1	1	2	1	23	rendah
3	3	5	3	5	5	2	2	4	3	35	sedang
5	4	6	6	5	4	3	3	5	4	45	tinggi
2	5	3	4	5	1	2	3	3	2	30	sedang
1	3	4	4	5	5	4	4	3	4	37	sedang
3	4	3	3	5	2	3	2	3	1	29	sedang
4	2	2	4	5	3	1	1	1	1	24	rendah
3	4	3	3	4	1	5	5	2	1	31	sedang
4	3	3	4	5	4	3	1	4	1	32	sedang
3	4	3	4	5	3	3	3	4	5	37	sedang
4	1	6	3	3	1	1	1	3	1	24	rendah
2	6	3	4	4	1	6	6	3	1	36	sedang
4	5	5	6	6	2	1	1	4	4	38	sedang
5	4	4	6	6	3	2	2	5	3	40	sedang
4	5	5	5	4	4	2	2	2	2	35	sedang
4	4	3	5	6	5	6	5	6	6	50	tinggi
4	5	3	5	6	3	3	3	3	2	37	sedang
2	5	2	2	6	4	3	3	2	1	30	sedang
3	4	2	2	3	3	2	3	2	1	25	rendah
3	4	4	3	5	3	2	2	2	2	30	sedang
2	2	5	6	6	5	6	4	5	2	43	sedang
5	5	4	5	3	2	2	3	5	2	36	sedang
4	6	6	5	6	6	6	6	5	5	55	tinggi
1	1	5	1	5	1	1	1	1	1	18	rendah
4	3	3	2	4	1	2	2	4	4	29	sedang
4	3	4	4	5	3	2	2	1	1	29	sedang
2	5	2	4	4	1	2	4	2	1	27	sedang
3	6	4	1	6	2	1	1	1	1	26	rendah
2	1	1	1	1	1	3	2	2	1	15	rendah
6	4	1	2	6	3	4	4	3	4	37	sedang
5	5	4	2	4	1	3	3	5	4	36	sedang
6	1	1	6	6	1	6	6	3	3	39	sedang

4	1	5	4	5	2	1	2	4	1	29	sedang
5	5	5	5	5	2	5	2	2	5	41	sedang
5	2	2	6	6	6	6	2	5	5	45	tinggi
4	5	3	3	5	2	4	3	4	5	38	sedang
3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	21	rendah
5	4	4	5	5	1	1	1	3	3	32	sedang
1	2	5	1	6	4	1	1	1	1	23	rendah
2	2	3	1	5	2	1	1	1	1	19	rendah
4	4	5	3	5	2	4	4	4	2	37	sedang
1	5	3	4	6	3	2	2	6	5	37	sedang
1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	14	rendah
5	5	2	4	5	2	2	1	2	2	30	sedang
5	4	2	3	5	5	2	3	2	2	33	sedang
4	5	5	3	4	2	1	1	2	1	28	sedang
3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	30	sedang
3	4	4	3	4	3	2	2	2	2	29	sedang
4	5	6	3	4	2	2	2	2	2	32	sedang
4	6	4	3	4	2	1	1	3	4	32	sedang
4	3	6	4	6	2	4	2	4	5	40	sedang
2	2	3	1	6	3	1	1	4	1	24	rendah
2	4	2	2	4	1	2	4	4	1	26	rendah
6	6	2	6	4	1	1	1	4	4	35	sedang
3	3	3	4	5	2	3	3	5	2	33	sedang
4	3	5	6	5	3	2	4	2	3	37	sedang
5	3	6	3	5	4	1	2	2	3	34	sedang
4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	44	tinggi
5	4	5	5	5	5	4	4	6	4	47	tinggi
4	6	5	4	5	4	5	5	4	5	47	tinggi
6	4	5	4	5	4	5	4	4	5	46	tinggi
6	5	6	4	6	4	6	3	6	3	49	tinggi
4	3	5	4	5	4	6	4	4	6	45	tinggi
6	5	5	4	5	3	4	2	5	2	41	sedang
4	3	6	3	6	2	3	5	2	4	38	sedang
4	3	6	3	5	4	3	3	6	4	41	sedang
4	3	5	4	3	6	3	4	4	4	40	sedang
4	4	6	3	6	3	5	6	4	4	45	tinggi
4	3	5	4	5	4	4	3	5	3	40	sedang
6	4	5	6	4	5	4	5	4	5	48	tinggi
6	4	6	5	6	4	5	6	4	5	51	tinggi
4	4	5	4	5	4	6	4	6	4	46	tinggi
6	4	6	4	6	4	5	4	5	5	49	tinggi

6	4	5	5	3	5	6	4	5	5	48	tinggi
5	5	3	6	3	5	4	5	5	4	45	tinggi
6	5	4	6	4	4	5	6	4	6	50	tinggi
5	4	6	4	5	4	6	5	5	4	48	tinggi
6	4	5	3	5	5	4	4	5	4	45	tinggi
6	4	5	3	4	3	3	4	3	3	38	sedang
6	4	4	2	4	3	4	3	4	3	37	sedang
5	3	4	5	3	4	4	3	4	4	39	sedang
5	4	4	3	4	5	3	4	3	4	39	sedang
5	3	5	3	5	4	2	5	3	4	39	sedang
5	3	5	4	4	6	4	5	4	1	41	sedang
6	4	3	5	4	4	5	5	5	4	45	tinggi
6	4	5	4	3	3	5	1	4	1	36	sedang
5	4	5	4	2	3	3	2	3	3	34	sedang
4	5	3	5	4	3	5	6	3	4	42	sedang
5	3	4	3	3	3	3	2	2	2	30	sedang
6	3	2	2	3	4	2	2	4	3	31	sedang
5	3	5	4	5	3	6	1	1	1	34	sedang
6	3	3	3	3	3	2	3	2	2	30	sedang
6	4	3	3	2	2	3	4	2	2	31	sedang
6	3	4	3	4	4	6	4	3	5	42	sedang
5	3	4	6	4	5	2	2	3	1	35	sedang
5	3	4	5	5	4	2	2	1	1	32	sedang
5	4	4	6	3	2	2	3	2	1	32	sedang
6	5	5	4	5	4	5	4	5	5	48	tinggi
5	4	3	3	3	3	1	1	1	1	25	rendah
6	3	3	4	3	2	3	3	4	2	33	sedang
5	4	5	4	6	4	5	4	1	1	39	sedang
4	3	5	3	1	1	2	2	1	1	23	rendah
5	4	2	2	3	4	2	2	3	3	30	sedang
6	3	4	3	4	5	3	5	4	1	38	sedang
5	4	4	5	2	5	3	1	1	1	31	sedang
5	2	2	2	5	3	4	1	2	1	27	sedang
6	4	5	5	4	4	3	2	2	3	38	sedang
4	5	4	3	3	4	1	1	2	2	29	sedang
5	4	5	3	3	4	2	3	2	2	33	sedang
2	3	4	3	3	2	3	2	1	1	24	rendah
6	4	5	4	5	4	4	6	3	4	45	tinggi
5	4	4	3	2	4	2	2	2	1	29	sedang
4	2	4	3	6	3	4	3	6	4	39	sedang
6	4	4	4	4	5	3	4	5	3	42	sedang

5	3	5	3	2	4	2	3	4	2	33	sedang
5	3	4	2	3	3	4	3	3	1	31	sedang

b. Social Media Engagement

SME 1	SME 2	SME 3	SME 4	SME 5	SME 6	SME 7	SME 8	SME 9	SME 10	SME 11	Total	Kategori
5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	48	tinggi
5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	52	tinggi
5	5	3	5	4	5	2	1	2	1	5	38	sedang
5	5	5	5	4	3	4	2	3	2	2	40	sedang
4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	3	47	tinggi
4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	41	tinggi
5	5	5	5	5	4	4	3	5	3	4	48	tinggi
4	4	2	5	3	5	5	3	2	2	2	37	sedang
5	4	2	5	4	4	5	1	2	1	1	34	sedang
4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	30	sedang
4	4	2	5	2	1	4	2	4	2	5	35	sedang
4	4	3	3	1	1	1	2	2	2	1	24	rendah
5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	49	tinggi
5	5	4	4	2	3	3	5	3	5	3	42	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	47	tinggi
5	5	5	5	3	2	4	5	4	5	3	46	tinggi
5	5	5	5	1	4	5	3	5	3	5	46	tinggi
5	5	4	4	3	3	3	2	4	3	2	38	sedang
5	5	2	4	2	2	3	3	3	2	2	33	sedang
5	5	5	5	3	4	4	3	5	3	4	46	tinggi
5	4	3	4	5	4	5	3	4	2	4	43	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
4	4	2	4	4	3	2	1	2	1	2	29	sedang
4	4	2	3	3	4	4	2	3	2	3	34	sedang
3	4	3	3	1	1	1	2	1	1	1	21	rendah
5	4	4	5	1	1	3	2	3	2	2	32	sedang

5	4	3	4	2	5	3	4	5	4	5	44	tinggi
4	4	3	4	4	2	3	1	3	1	3	32	sedang
3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	30	sedang
2	3	2	4	4	3	4	2	2	4	2	32	sedang
4	4	2	4	3	3	4	2	4	2	4	36	sedang
4	3	2	5	3	4	4	3	4	2	3	37	sedang
4	4	1	4	4	3	4	1	1	1	1	28	sedang
5	5	4	5	3	3	4	4	4	2	4	43	tinggi
4	4	2	5	1	2	2	1	4	3	2	30	sedang
5	5	5	5	2	5	4	3	3	2	3	42	tinggi
4	2	4	4	3	3	2	3	4	3	3	35	sedang
2	4	2	4	2	4	3	2	2	1	2	28	sedang
4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	37	sedang
4	3	2	4	3	4	4	3	2	2	3	34	sedang
4	4	4	4	3	3	2	1	3	1	1	30	sedang
4	5	3	5	3	2	3	4	5	3	4	41	tinggi
4	4	4	4	2	2	3	5	5	5	4	42	tinggi
4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	41	tinggi
5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	53	tinggi
4	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	34	sedang
4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	34	sedang
4	4	4	5	3	5	4	2	4	3	4	42	tinggi
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	42	tinggi
5	5	4	5	4	4	4	2	5	1	4	43	tinggi
4	5	5	5	2	2	4	2	4	2	3	38	sedang
4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	50	tinggi
4	4	4	4	2	2	2	2	3	2	2	31	sedang
5	5	5	5	3	5	3	5	5	4	4	49	tinggi

4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	40	sedang
5	5	5	5	4	3	5	4	5	3	5	49	tinggi
5	5	4	5	3	2	3	3	4	3	1	38	sedang
5	5	5	5	3	5	5	3	5	3	5	49	tinggi
5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	48	tinggi
4	4	4	4	2	2	2	3	4	2	4	35	sedang
5	5	5	5	1	1	1	1	4	1	1	30	sedang
5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	3	51	tinggi
5	5	5	5	4	3	4	5	2	3	2	43	tinggi
5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	48	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	53	tinggi
5	5	1	2	1	1	2	3	5	4	5	34	sedang
5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	4	48	tinggi
5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	3	49	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	52	tinggi
5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	54	tinggi
4	5	5	5	1	1	5	5	5	1	1	38	sedang
5	5	5	5	3	2	3	4	4	3	3	42	tinggi
5	5	5	5	3	4	4	3	2	2	1	39	sedang
5	5	5	5	4	3	4	4	4	2	4	45	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	43	tinggi
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	40	sedang
3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	31	sedang
5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	52	tinggi
4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	36	sedang
4	3	3	5	3	4	5	5	3	4	2	41	tinggi
5	5	5	5	4	4	3	2	5	2	5	45	tinggi
5	5	5	4	3	4	4	4	3	4	4	45	tinggi

4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	43	tinggi
5	5	5	4	3	3	4	4	4	4	4	45	tinggi
5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	3	48	tinggi
5	5	5	5	2	3	3	3	4	3	4	42	tinggi
5	5	5	5	2	3	3	3	4	3	4	42	tinggi
5	5	5	5	3	4	3	3	4	3	4	44	tinggi
5	5	5	5	3	2	5	2	2	2	4	40	sedang
4	5	3	4	4	4	4	3	4	3	2	40	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	44	tinggi
5	5	4	5	5	4	5	3	3	2	2	43	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2	38	sedang
4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	3	42	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	53	tinggi
5	5	5	5	5	2	4	2	4	3	4	44	tinggi
5	4	5	5	3	2	3	4	3	3	3	40	sedang
5	4	5	5	3	3	4	3	4	3	3	42	tinggi
5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	3	50	tinggi
4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	37	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
4	4	4	4	4	4	2	4	3	5	3	41	tinggi
5	4	5	5	4	4	4	2	3	4	3	43	tinggi
5	5	5	5	2	2	3	1	5	3	4	40	sedang
4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	39	sedang
5	5	3	5	4	3	2	3	4	3	4	41	tinggi
4	4	3	4	4	5	5	3	5	4	4	45	tinggi
5	5	5	5	4	3	2	5	5	5	4	48	tinggi
4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	2	35	sedang
5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	3	49	tinggi

5	5	5	5	3	3	5	3	5	4	5	48	tinggi
4	4	4	4	3	4	3	2	3	2	3	36	sedang
5	5	5	5	3	3	4	1	3	1	3	38	sedang
5	4	3	5	4	4	5	4	3	4	2	43	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	41	tinggi
4	5	3	5	3	5	3	2	3	4	1	38	sedang
5	5	5	4	4	4	4	3	4	3	4	45	tinggi
4	4	4	4	4	5	4	3	3	2	4	41	tinggi
4	4	3	4	3	3	4	2	2	1	2	32	sedang
5	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	42	tinggi
5	5	5	5	5	5	4	5	3	4	3	49	tinggi
5	5	2	5	3	5	5	4	5	4	3	46	tinggi
4	4	5	4	2	2	4	2	2	3	3	35	sedang
5	5	5	5	2	3	4	3	4	4	3	43	tinggi
4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	36	sedang
3	4	4	4	1	2	2	4	5	5	4	38	sedang
5	4	5	5	3	3	3	1	4	1	3	37	sedang
5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	3	50	tinggi
4	5	5	5	4	4	5	1	3	1	3	40	sedang
5	5	5	4	3	5	5	4	4	3	3	46	tinggi
5	5	5	4	2	3	2	5	4	5	3	43	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	1	3	1	1	41	tinggi
5	5	5	4	3	3	2	4	5	5	4	45	tinggi
5	5	4	5	3	5	5	3	5	3	5	48	tinggi
5	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3	44	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	3	4	3	3	48	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	54	tinggi
5	5	5	4	2	3	1	3	4	4	1	37	sedang

5	4	4	5	3	5	4	3	3	3	2	41	tinggi
5	5	5	5	2	3	4	3	4	3	4	43	tinggi
5	5	5	4	4	5	5	4	3	4	4	48	tinggi
5	4	5	5	3	3	3	4	2	5	4	43	tinggi
5	2	3	4	3	2	5	1	2	2	2	31	sedang
5	2	4	4	3	3	4	2	3	1	2	33	sedang
5	5	5	4	2	4	4	3	4	2	3	41	tinggi
5	4	4	5	3	4	4	3	3	2	3	40	sedang
5	5	5	5	3	2	2	2	5	1	3	38	sedang
3	4	5	5	3	2	3	3	4	3	4	39	sedang
4	4	5	4	2	3	2	1	2	2	1	30	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
5	4	4	4	2	3	4	2	3	3	2	36	sedang
4	4	4	4	2	2	2	3	4	2	3	34	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	54	tinggi
4	2	4	2	4	3	4	1	2	2	2	30	sedang
4	3	4	2	4	3	4	2	2	2	2	32	sedang
5	5	3	5	3	3	2	5	4	5	2	42	tinggi
3	4	2	2	2	3	4	2	2	2	2	28	sedang
4	4	4	5	5	5	5	4	3	4	3	46	tinggi
4	4	3	4	4	2	3	1	2	1	2	30	sedang
4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	40	sedang
5	5	5	5	3	4	4	4	5	3	2	45	tinggi
5	5	5	5	3	4	3	2	2	2	2	38	sedang
4	4	3	4	4	5	4	1	3	1	1	34	sedang
4	4	4	4	3	2	3	4	2	3	1	34	sedang
5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	51	tinggi
5	5	5	5	3	4	4	4	5	4	5	49	tinggi

4	4	2	4	3	4	4	3	2	3	3	36	sedang
5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	42	tinggi
5	5	4	5	5	4	5	3	4	4	4	48	tinggi
2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	2	24	rendah
4	2	4	4	2	5	4	2	2	2	2	33	sedang
4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	32	sedang
5	4	5	4	3	5	4	3	3	2	2	40	sedang
2	3	3	1	5	2	5	1	2	3	4	31	sedang
5	4	4	5	4	5	5	4	3	3	4	46	tinggi
5	5	5	5	4	3	3	3	5	3	4	45	tinggi
5	5	4	5	3	3	4	2	4	1	2	38	sedang
3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	33	sedang
4	4	2	4	4	4	4	1	4	1	4	36	sedang
3	4	2	4	2	2	4	3	4	2	3	33	sedang
5	4	3	4	3	2	4	2	4	2	2	35	sedang
3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	21	rendah
4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	34	sedang
5	5	5	5	2	2	3	5	5	4	4	45	tinggi
4	4	1	4	3	2	4	2	4	2	2	32	sedang
4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	2	37	sedang
5	5	3	5	3	3	4	3	5	2	3	41	tinggi
5	5	5	5	4	4	4	3	5	3	5	48	tinggi
4	3	2	4	4	4	4	2	3	2	2	34	sedang
4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	2	41	tinggi
5	4	4	4	3	3	3	4	3	5	3	41	tinggi
5	5	5	5	3	2	4	3	5	3	2	42	tinggi
4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	3	38	sedang
5	4	5	5	3	5	4	2	2	2	3	40	sedang

4	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	37	sedang
4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	39	sedang
5	4	1	3	4	4	4	5	4	4	1	39	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
4	4	4	4	2	4	4	2	2	2	2	34	sedang
4	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	28	sedang
5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	53	tinggi
5	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	47	tinggi
4	4	2	5	2	2	4	2	3	4	3	35	sedang
5	5	5	5	2	2	2	4	2	4	4	40	sedang
3	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	34	sedang
5	5	5	5	1	1	2	5	5	5	4	43	tinggi
4	2	4	4	1	1	3	1	1	1	2	24	rendah
3	4	2	4	2	4	4	2	2	1	1	29	sedang
5	5	5	5	4	3	4	2	4	3	3	43	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	4	45	tinggi
4	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	49	tinggi
5	4	4	5	5	5	4	4	2	3	1	42	tinggi
5	2	3	5	4	3	4	3	4	4	4	41	tinggi
4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	50	tinggi
5	4	1	4	3	4	4	3	3	3	4	38	sedang
3	3	5	5	2	1	1	1	1	1	1	24	rendah
5	4	4	4	5	5	5	4	2	4	4	46	tinggi
4	4	4	3	3	5	3	4	4	3	3	40	sedang
5	4	5	5	5	4	5	4	4	5	4	50	tinggi
5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	4	50	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	46	tinggi

4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	40	sedang
4	4	4	4	4	1	1	1	3	1	1	28	sedang
4	5	4	4	1	2	3	2	4	2	3	34	sedang
4	5	5	4	3	3	3	3	5	3	4	42	tinggi
5	4	4	4	5	3	3	2	3	3	3	39	sedang
5	5	4	4	3	4	5	3	5	3	3	44	tinggi
5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	4	50	tinggi
4	4	5	5	3	4	3	5	4	5	5	47	tinggi
5	3	2	4	3	5	5	5	5	5	5	47	tinggi
3	4	5	4	3	4	3	2	4	2	3	37	sedang
4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	37	sedang
4	3	3	4	5	2	3	2	2	2	2	32	sedang
4	4	4	3	2	3	2	2	2	2	2	30	sedang
4	4	3	4	1	2	4	2	3	2	2	31	sedang
4	4	4	4	4	2	3	1	3	2	2	33	sedang
5	4	4	4	3	3	3	2	4	1	3	36	sedang
5	5	5	5	5	4	4	3	5	3	3	47	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	1	3	2	3	37	sedang
4	4	5	4	4	4	4	1	3	2	1	36	sedang
4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	30	sedang
5	5	5	5	5	5	5	2	3	4	3	47	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55	tinggi
3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	2	35	sedang
4	4	4	3	4	3	4	2	2	2	2	34	sedang
5	5	4	5	5	4	4	2	2	4	2	42	tinggi
4	4	4	4	2	2	4	3	2	2	2	33	sedang
4	2	3	4	4	3	4	2	2	2	3	33	sedang
5	5	3	4	4	5	5	3	3	3	2	42	tinggi

4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	36	sedang
5	5	3	4	2	2	4	1	4	1	1	32	sedang
4	4	4	4	2	2	3	3	4	2	2	34	sedang
5	4	4	5	2	2	3	3	3	4	2	37	sedang
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	45	tinggi
5	4	5	4	2	1	1	1	3	1	1	28	sedang
5	5	5	5	3	5	5	1	5	3	5	47	tinggi
5	5	4	5	3	4	5	3	4	3	4	45	tinggi
4	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	37	sedang
1	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	16	rendah
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	tinggi
4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	32	sedang
3	3	4	3	4	2	2	1	3	2	2	29	sedang
5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	3	49	tinggi
5	5	3	3	3	3	4	1	5	1	4	37	sedang
5	4	3	5	2	5	2	2	4	3	3	38	sedang
5	5	4	4	2	3	3	4	4	4	4	42	tinggi
4	4	4	4	3	3	2	2	3	2	2	33	sedang
5	2	3	4	3	3	4	1	4	1	3	33	sedang
5	5	5	4	4	4	4	3	3	2	2	41	tinggi
5	4	3	4	5	5	4	2	3	3	3	41	tinggi
4	4	2	4	2	3	4	3	3	2	4	35	sedang
5	5	5	4	3	4	2	1	3	2	3	37	sedang
5	5	1	5	2	3	3	1	2	2	5	34	sedang
4	5	2	4	3	3	4	3	2	3	2	35	sedang
4	3	3	5	4	4	4	2	4	3	4	40	sedang
4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	28	sedang
4	3	2	4	3	5	5	3	3	3	3	38	sedang

5	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	41	tinggi
4	4	2	1	2	4	4	2	1	2	2	28	sedang
3	4	3	4	4	4	4	5	3	5	2	41	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	40	sedang
5	5	5	5	3	3	4	5	5	4	3	47	tinggi
4	4	3	3	3	3	4	4	3	1	3	35	sedang
4	4	3	4	5	5	5	3	3	2	3	41	tinggi
4	4	4	4	3	2	3	3	2	2	4	35	sedang
4	3	2	4	4	3	3	2	2	2	3	32	sedang
4	3	5	5	4	4	3	1	4	2	3	38	sedang
5	5	4	4	2	3	4	2	1	1	3	34	sedang
5	5	1	5	5	2	5	3	4	5	1	41	tinggi
5	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4	40	sedang
3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	29	sedang
4	4	2	3	5	5	4	4	4	4	3	42	tinggi
4	4	1	5	1	5	4	5	5	5	4	43	tinggi
5	5	4	5	4	3	4	2	3	3	4	42	tinggi
4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	2	36	sedang
3	3	2	2	1	1	4	1	3	1	3	24	rendah
5	5	5	5	2	2	4	3	5	3	4	43	tinggi
2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	3	27	sedang
4	5	5	5	2	2	4	3	4	3	3	40	sedang
4	4	4	4	1	3	4	1	3	3	3	34	sedang
5	2	4	5	2	3	2	1	2	1	1	28	sedang
5	5	5	5	5	4	3	3	3	3	2	43	tinggi
4	5	3	5	4	4	5	5	5	5	4	49	tinggi
4	4	1	4	2	4	4	2	4	2	2	33	sedang
5	3	4	5	3	3	3	1	3	1	4	35	sedang

5	5	5	5	2	2	5	4	3	3	2	41	tinggi
5	4	5	5	3	4	4	2	4	1	3	40	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	tinggi
4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	37	sedang
5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	50	tinggi
4	4	4	4	3	3	3	2	3	1	2	33	sedang
5	4	4	5	4	3	3	1	5	3	1	38	sedang
5	5	5	5	4	1	4	4	1	5	1	40	sedang
4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	2	34	sedang
3	4	4	4	1	4	3	1	1	1	2	28	sedang
3	3	2	4	2	4	2	5	2	4	2	33	sedang
5	5	4	5	3	5	4	4	5	3	5	48	tinggi
5	5	5	5	5	4	3	3	5	4	2	46	tinggi
4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	40	sedang
4	3	5	3	4	5	4	4	5	4	4	45	tinggi
5	3	4	4	4	5	3	4	4	3	4	43	tinggi
5	3	5	3	5	3	5	4	4	4	3	44	tinggi
5	3	4	3	4	2	4	3	4	2	4	38	sedang
5	3	5	4	4	4	5	3	4	3	4	44	tinggi
5	3	5	3	4	3	4	5	3	3	4	42	tinggi
5	3	5	3	5	3	3	4	3	3	5	42	tinggi
5	3	5	3	3	5	2	4	3	3	4	40	sedang
5	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	38	sedang
5	3	4	5	3	5	3	5	3	3	3	42	tinggi
5	3	4	4	5	3	4	3	4	3	4	42	tinggi
5	4	3	4	3	3	3	5	3	4	2	39	sedang
5	3	3	4	5	3	5	4	5	3	4	44	tinggi
5	4	3	3	4	4	5	4	3	4	4	43	tinggi

4	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	29	sedang
5	3	4	5	2	3	3	2	3	3	2	35	sedang
5	3	5	4	4	5	4	5	4	3	4	46	tinggi
5	3	5	3	4	2	4	3	3	2	2	36	sedang
5	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	33	sedang
5	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	30	sedang
5	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	32	sedang
5	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	37	sedang
5	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	40	sedang
5	3	2	3	3	3	3	4	2	4	2	34	sedang
4	3	4	2	3	3	2	2	2	1	1	27	sedang
5	2	3	4	2	4	2	4	3	2	2	33	sedang
5	4	3	3	4	2	3	2	3	3	1	33	sedang
5	3	5	3	2	2	3	2	3	2	1	31	sedang
5	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	28	sedang
5	3	4	3	4	2	3	2	1	1	1	29	sedang
5	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	27	sedang
5	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	31	sedang
3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	1	34	sedang
5	3	4	3	3	4	3	5	3	5	3	41	tinggi
4	3	2	3	1	2	1	3	1	1	1	22	rendah
5	3	3	3	2	2	3	1	1	2	1	26	sedang
4	2	2	4	2	4	2	1	2	1	2	26	sedang
5	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	32	sedang
4	3	4	3	2	2	4	2	2	2	2	30	sedang
4	3	4	3	4	5	3	4	4	3	1	38	sedang
5	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	36	sedang
5	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	36	sedang

4	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	31	sedang
5	3	2	2	3	2	3	2	1	2	1	26	sedang
3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	27	sedang
4	3	3	4	3	5	3	3	4	1	1	34	sedang
5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	39	sedang
5	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	18	rendah
4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	25	rendah
5	3	4	3	4	3	2	2	3	2	2	33	sedang
3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	33	sedang
5	3	2	4	4	2	3	3	4	2	3	35	sedang
4	5	3	4	3	4	3	3	2	3	2	36	sedang
4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	36	sedang
4	3	4	4	4	5	3	2	4	5	1	39	sedang
5	3	4	3	4	4	3	4	3	4	5	42	tinggi
5	3	3	4	4	3	2	2	2	3	2	33	sedang
4	3	4	3	4	2	5	3	4	3	2	37	sedang

c. Kesejahteraan Psikologis

KP 1	KP 2	KP 3	KP 4	KP 5	KP 6	KP 7	KP 8	KP 9	KP 10	KP 11	KP 12	KP 13	KP 14	KP 15	KP 16	KP 17	KP 18	Total	Kategori
5	4	3	5	2	5	5	4	2	3	2	4	4	3	5	3	4	3	66	sedang
4	4	1	4	1	4	4	1	2	3	3	5	5	2	4	4	5	4	60	sedang
4	3	4	4	4	4	3	4	1	5	4	5	4	3	3	5	5	3	68	tinggi
5	4	2	5	4	5	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	5	4	69	tinggi
5	5	3	5	3	5	5	3	4	2	4	5	5	4	5	4	4	5	76	tinggi
3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	59	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	3	5	5	5	5	85	tinggi
5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	89	tinggi
4	5	3	4	4	4	5	3	5	4	3	5	5	4	5	5	5	5	78	tinggi
3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	54	sedang
4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	79	tinggi
5	4	1	5	1	5	4	1	1	2	5	5	5	5	4	5	5	4	67	tinggi
4	4	2	4	2	4	4	2	3	3	2	5	5	2	4	5	4	4	63	sedang
3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	5	5	2	2	4	5	2	54	sedang
5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	5	5	5	5	5	5	5	5	83	tinggi
4	4	3	4	2	4	4	3	2	2	2	3	2	5	4	4	5	4	61	sedang
4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	87	tinggi
4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	5	3	60	sedang
4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	5	5	4	3	5	5	4	70	tinggi
3	4	3	3	3	3	5	3	4	4	4	5	5	3	4	4	5	4	69	tinggi
4	5	1	4	1	4	5	1	2	5	2	3	4	3	5	4	5	5	63	sedang
5	5	1	5	1	5	5	1	1	1	1	5	5	1	5	5	5	5	62	sedang

4	4	4	4	5	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	68	tinggi
3	2	1	3	2	3	2	1	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	44	sedang
5	4	2	5	4	5	4	2	1	4	3	4	3	3	4	3	5	4	65	sedang
5	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	3	4	3	4	4	76	tinggi
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	66	sedang
3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	63	sedang
2	2	4	2	2	2	2	4	1	1	1	1	5	1	2	3	5	2	42	sedang
3	3	5	3	4	3	3	5	3	3	3	4	3	4	3	5	4	3	64	sedang
4	3	1	4	3	4	3	1	2	3	3	5	3	1	3	4	5	3	55	sedang
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	54	sedang
5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	5	3	5	5	5	5	76	tinggi
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	3	4	4	57	sedang
2	3	1	2	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	44	sedang
5	5	2	5	4	5	5	2	4	2	1	5	5	4	5	5	5	5	74	tinggi
3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	1	3	3	2	3	50	sedang
3	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	4	4	4	2	4	4	2	50	sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	1	1	4	2	2	4	2	42	sedang
5	4	5	5	3	5	4	5	5	3	4	5	5	5	4	5	5	4	81	tinggi
3	3	3	3	1	3	3	3	5	1	3	5	5	5	3	3	5	3	60	sedang
2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	4	2	45	sedang
3	3	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	4	4	3	56	sedang
5	5	3	5	4	5	5	3	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	80	tinggi
2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	1	4	4	2	3	5	2	47	sedang
5	5	1	5	1	5	5	1	1	5	3	5	5	1	5	5	5	5	68	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	69	tinggi

4	4	1	4	2	4	4	1	1	3	3	5	5	3	4	5	5	4	62	sedang
2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	4	3	45	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	3	4	4	3	53	sedang
3	4	3	3	3	3	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	4	4	59	sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	58	sedang
4	4	2	4	4	4	4	2	2	3	2	3	4	4	4	4	5	4	63	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	3	4	3	4	4	58	sedang
5	4	2	5	5	5	4	2	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	76	tinggi
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	4	4	70	tinggi
3	4	4	3	5	3	4	4	4	2	1	4	1	3	4	2	5	4	60	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	5	2	3	3	5	3	52	sedang
2	4	1	2	2	2	4	1	1	5	2	3	4	3	4	3	4	5	52	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	55	sedang
2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	51	sedang
2	3	2	2	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	4	3	53	sedang
4	3	2	4	1	4	3	2	3	3	3	4	4	1	3	3	4	3	54	sedang
1	2	5	1	3	1	2	5	1	4	3	1	2	3	2	2	3	2	43	sedang
3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	1	3	3	3	3	51	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	47	sedang
4	4	1	4	5	4	4	1	2	3	2	4	4	4	4	4	5	4	63	sedang
3	2	2	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	2	54	sedang
3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	4	4	2	4	2	2	47	sedang
5	5	5	5	3	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	84	tinggi
4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	65	sedang
4	4	1	4	1	4	4	1	1	2	4	3	5	4	4	3	5	4	58	sedang

4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	5	4	64	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	4	3	3	2	3	1	3	4	5	3	56	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	67	tinggi
5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	86	tinggi
3	3	1	3	2	3	3	1	1	4	3	3	5	3	3	4	3	3	51	sedang
3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	67	tinggi
1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	4	4	1	29	rendah
3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	5	2	4	3	5	4	63	sedang
3	2	2	3	1	3	2	2	4	1	3	4	3	1	2	3	2	2	43	sedang
4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	5	3	4	3	4	4	64	sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	1	3	3	5	3	49	sedang
4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	66	sedang
5	5	1	5	1	5	5	1	1	4	2	5	5	1	5	4	5	5	65	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	1	3	4	3	4	4	4	4	5	4	62	sedang
3	3	3	3	4	3	3	3	5	4	5	4	4	2	3	3	4	3	62	sedang
3	3	3	3	4	3	3	3	2	5	4	4	4	3	3	3	5	3	61	sedang
3	4	1	3	2	3	4	1	1	3	3	4	5	3	4	4	5	4	57	sedang
3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	66	sedang
5	4	2	5	4	5	4	2	3	2	5	5	5	2	4	3	5	4	69	tinggi
4	4	2	4	1	4	4	2	2	3	1	5	4	3	4	5	5	4	61	sedang
5	3	2	5	3	5	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	61	sedang
4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	5	5	4	4	4	5	4	72	tinggi
4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	59	sedang
4	4	2	4	4	4	4	2	2	3	3	5	3	2	4	4	4	4	62	sedang
5	4	2	5	1	5	4	2	2	3	2	4	5	1	4	5	5	4	63	sedang

2	5	5	2	5	2	5	5	5	5	3	4	4	2	5	4	5	5	73	tinggi
4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	5	4	4	4	2	4	4	2	63	sedang
4	4	3	4	2	4	4	3	2	2	3	3	4	2	4	4	4	4	60	sedang
2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	5	4	3	3	4	5	3	54	sedang
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	5	4	68	tinggi
3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	1	2	3	5	2	43	sedang
3	3	2	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	50	sedang
5	5	3	5	3	5	5	3	3	4	4	3	4	3	5	3	4	5	72	tinggi
5	4	3	5	1	5	4	3	1	1	3	5	5	1	4	5	4	4	63	sedang
4	3	1	4	5	4	3	1	2	3	1	2	2	1	3	4	5	3	51	sedang
3	3	2	3	1	3	3	2	4	3	2	4	3	2	3	2	4	3	50	sedang
5	4	1	5	1	5	4	1	1	2	4	5	5	3	4	5	5	4	64	sedang
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	4	4	3	55	sedang
3	3	4	3	1	3	3	4	4	5	5	4	4	2	3	3	5	3	62	sedang
3	4	1	3	2	3	4	1	1	3	3	5	5	5	4	3	5	4	59	sedang
1	3	3	1	3	1	3	3	5	3	5	3	3	2	3	2	1	3	48	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	1	3	2	3	3	2	4	3	4	4	55	sedang
4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	66	sedang
5	5	3	5	2	5	5	3	3	4	4	4	5	4	5	4	4	5	75	tinggi
4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	2	4	5	1	5	5	5	5	77	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	78	tinggi
5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	82	tinggi
5	3	2	5	4	5	3	2	1	2	2	3	4	2	3	4	4	3	57	sedang
4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	3	3	4	5	3	70	tinggi
2	5	1	2	2	2	5	1	1	1	2	1	2	2	5	2	2	5	43	sedang

3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	47	sedang
3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	2	3	4	2	3	3	5	3	56	sedang
3	4	1	3	2	3	4	1	2	3	2	3	3	2	4	3	4	4	51	sedang
4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	67	tinggi
3	4	2	3	3	3	4	2	3	4	3	3	5	1	4	4	4	4	59	sedang
2	3	1	2	1	2	3	1	1	1	1	1	3	4	3	3	3	3	38	rendah
4	2	3	4	3	4	2	3	4	4	4	5	5	3	2	5	5	2	64	sedang
4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	5	5	4	3	4	4	3	68	tinggi
4	3	3	4	1	4	3	3	2	3	3	4	5	3	3	2	4	3	57	sedang
4	4	2	4	3	4	4	2	3	3	2	3	4	2	4	2	4	4	58	sedang
3	4	1	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	2	4	2	2	4	52	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	69	tinggi
4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	4	61	sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	4	2	2	40	rendah
3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	4	4	1	3	3	4	3	51	sedang
5	5	1	5	4	5	5	1	3	4	3	5	5	3	5	5	5	5	74	tinggi
4	3	1	4	3	4	3	1	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	49	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	2	1	2	5	5	4	3	4	4	3	60	sedang
3	2	2	3	3	3	2	2	4	4	3	2	2	1	2	3	3	2	46	sedang
4	4	2	4	1	4	4	2	1	4	2	2	2	2	4	2	2	4	50	sedang
4	4	3	4	3	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	72	tinggi
4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5	3	4	5	75	tinggi
5	4	2	5	2	5	4	2	2	3	2	5	4	3	4	4	5	4	65	sedang
3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	4	2	3	4	4	3	53	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	3	4	3	4	4	56	sedang

3	2	4	3	5	3	2	4	2	2	2	4	4	1	2	4	4	2	53	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	70	tinggi
5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	87	tinggi
5	5	2	5	1	5	5	2	1	3	2	5	5	2	5	5	5	5	68	tinggi
3	3	3	3	5	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	5	3	63	sedang
4	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	60	sedang
3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	5	4	3	5	4	63	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	2	3	3	3	4	2	4	4	5	4	60	sedang
3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	52	sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	5	2	45	sedang
3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	52	sedang
4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	72	tinggi
3	3	1	3	2	3	3	1	4	4	5	4	5	3	3	4	5	3	59	sedang
2	4	3	2	4	2	4	3	1	4	2	4	4	1	4	4	5	4	57	sedang
5	4	4	5	3	5	4	4	2	4	3	4	4	2	4	4	4	4	69	tinggi
4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	68	tinggi
3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	43	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	4	3	3	3	4	5	3	52	sedang
2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	49	sedang
3	4	5	3	5	3	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	5	4	77	tinggi
3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	4	5	4	3	4	4	3	58	sedang
2	3	1	2	1	2	3	1	1	1	1	1	5	1	3	1	1	3	33	rendah
4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	5	5	3	4	4	5	4	68	tinggi
3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	4	4	4	3	3	5	3	54	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	4	4	2	3	4	5	3	52	sedang

3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69	tinggi
5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	76	tinggi
4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	70	tinggi
5	5	4	5	1	5	5	4	3	5	4	5	5	2	5	4	4	5	76	tinggi
2	3	5	2	3	2	3	5	5	4	3	3	2	4	3	4	3	3	59	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	4	5	2	3	3	5	3	56	sedang
3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3	56	sedang
3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3	4	4	4	4	58	sedang
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	64	sedang
4	4	4	4	2	4	4	4	2	5	5	4	5	2	4	5	5	4	71	tinggi
2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	4	4	2	3	4	51	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	2	3	2	5	5	4	3	4	5	3	61	sedang
5	5	3	5	4	5	5	3	3	2	3	3	4	2	5	4	5	5	71	tinggi
4	4	3	4	5	4	4	3	3	2	3	4	5	2	4	4	5	4	67	tinggi
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	66	sedang
4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	2	4	4	2	2	4	5	2	57	sedang
4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	4	5	2	3	4	4	3	59	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	3	4	4	5	4	73	tinggi
3	4	4	3	2	3	4	4	1	3	1	5	5	3	4	5	5	4	63	sedang
3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	60	sedang
5	3	3	5	5	5	3	3	3	5	5	5	5	5	3	4	4	3	74	tinggi
3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	3	4	67	tinggi
4	3	2	4	2	4	3	2	3	5	5	5	5	1	3	5	5	3	64	sedang
3	4	3	3	3	3	4	3	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	69	tinggi
3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	4	1	3	2	2	3	4	2	49	sedang

4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	62	sedang
4	4	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	63	sedang
4	5	2	4	1	4	5	2	3	5	3	5	5	1	5	5	5	5	69	tinggi
3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	53	sedang
5	4	4	5	4	5	4	4	2	3	4	5	4	4	4	4	5	4	74	tinggi
4	3	2	4	4	4	3	2	2	4	4	5	5	4	3	4	5	3	65	sedang
3	5	1	3	3	3	5	1	3	4	2	5	4	1	5	4	4	5	61	sedang
5	5	2	5	1	5	5	2	3	1	1	4	5	1	5	4	4	5	63	sedang
4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	5	5	4	66	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	3	3	2	2	4	3	4	4	5	4	60	sedang
3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	61	sedang
4	5	2	4	2	4	5	3	4	1	5	3	3	1	5	5	5	5	66	sedang
4	2	3	4	2	4	2	3	2	1	2	3	3	2	2	5	5	2	51	sedang
3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	5	3	2	4	3	60	sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	56	sedang
3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	5	5	3	4	4	4	4	65	sedang
1	2	1	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	2	3	2	28	rendah
2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	5	5	5	2	1	3	2	51	sedang
3	4	4	3	1	3	4	4	1	4	1	4	5	3	4	5	5	4	62	sedang
3	4	2	3	1	3	4	2	1	1	2	5	5	1	4	3	5	4	53	sedang
3	4	1	3	3	3	3	1	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	59	sedang
4	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	2	2	2	4	5	3	4	53	sedang
2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	2	48	sedang
1	2	1	1	3	1	2	1	3	3	3	4	4	3	2	2	4	2	42	sedang
5	5	3	5	3	5	5	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	5	70	tinggi

2	2	3	2	2	2	2	3	1	3	1	4	4	1	2	4	5	2	45	sedang
1	3	5	1	1	1	3	5	1	3	1	4	4	1	3	4	5	3	49	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69	tinggi
4	2	2	4	3	4	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	4	2	51	sedang
4	2	3	4	2	4	2	3	2	2	2	4	4	2	2	4	5	2	53	sedang
4	3	1	4	1	4	3	1	1	3	1	4	3	3	3	4	4	3	50	sedang
3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	5	1	4	5	4	4	61	sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	54	sedang
3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	2	54	sedang
4	3	4	4	2	4	3	4	5	4	2	5	4	3	3	5	4	3	66	sedang
4	4	2	4	4	4	4	2	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	50	sedang
5	5	1	5	3	4	5	2	1	4	3	5	5	1	5	5	5	5	69	tinggi
3	5	2	3	2	3	5	2	4	4	3	3	3	3	5	5	4	5	64	sedang
3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	5	4	3	3	5	4	3	59	sedang
5	4	3	5	2	5	4	3	3	3	3	4	5	3	4	4	5	4	69	tinggi
4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	77	tinggi
4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	68	tinggi
3	4	2	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	61	sedang
4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	5	4	75	tinggi
3	4	2	3	4	3	4	2	3	4	4	5	5	1	4	3	3	4	61	sedang
2	3	2	3	3	2	3	2	2	4	3	3	5	1	3	2	5	3	51	sedang
5	3	2	5	5	5	4	2	2	4	1	3	5	5	3	1	5	3	63	sedang
3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	47	sedang
2	3	5	2	2	3	3	5	1	4	3	5	5	2	3	5	5	3	61	sedang
5	5	2	5	2	5	5	2	2	2	2	4	4	2	5	4	4	5	65	sedang

4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69	tinggi
4	4	1	4	3	4	4	1	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	60	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	69	tinggi
3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	67	tinggi
4	4	1	4	1	4	4	1	2	4	4	4	4	3	4	4	5	4	61	sedang
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	5	1	3	4	5	3	64	sedang
4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	61	sedang
5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	80	tinggi
5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	4	74	tinggi
3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	4	3	5	3	3	4	5	3	56	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	58	sedang
4	3	5	4	5	4	3	5	1	3	4	5	5	5	3	4	5	3	71	tinggi
3	5	1	3	5	3	5	2	2	5	3	5	5	5	5	5	5	5	72	tinggi
4	4	3	4	4	4	4	3	3	5	2	4	4	2	4	4	5	4	67	tinggi
3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	5	3	60	sedang
3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	62	sedang
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	58	sedang
2	3	3	2	4	2	3	3	4	5	3	5	5	4	3	3	4	3	61	sedang
4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	60	sedang
5	4	2	5	2	5	4	2	2	3	2	5	5	2	4	5	5	4	66	sedang
4	4	1	4	3	4	4	1	2	3	4	5	4	2	4	4	5	4	62	sedang
5	4	3	5	4	5	4	3	2	4	3	3	5	2	4	4	5	4	69	tinggi
5	4	2	5	3	5	4	2	3	3	2	4	5	4	4	3	3	4	65	sedang
4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	3	70	tinggi
3	2	1	3	5	3	2	1	5	5	2	3	3	2	2	1	4	2	49	sedang

4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	3	4	4	4	4	72	tinggi
4	4	2	4	4	4	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	63	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	5	4	5	5	4	73	tinggi
4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	69	tinggi
3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	54	sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	57	sedang
3	3	2	3	5	3	3	2	3	5	2	3	4	3	3	3	3	3	56	sedang
5	5	2	5	5	5	5	2	5	5	5	4	2	4	5	4	5	4	77	tinggi
4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	5	4	65	sedang
1	1	2	1	3	1	1	2	1	3	1	5	5	3	1	5	5	1	42	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	76	tinggi
5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	84	tinggi
2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	4	4	4	2	4	5	2	50	sedang
4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	5	4	67	tinggi
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	58	sedang
4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	67	tinggi
4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	3	4	5	1	4	5	5	4	61	sedang
3	5	1	3	3	3	5	1	2	4	4	3	4	3	5	4	5	5	63	sedang
4	5	1	4	3	4	5	1	1	3	4	3	5	1	5	5	5	5	64	sedang
4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	3	5	5	4	5	5	5	5	81	tinggi
3	4	4	3	2	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	5	4	63	sedang
5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	86	tinggi
2	4	4	2	2	2	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	61	sedang
5	5	3	5	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	5	71	tinggi
5	4	4	5	4	5	4	4	3	5	5	1	1	4	4	2	3	4	67	tinggi

5	4	1	5	3	5	4	1	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	62	sedang
4	3	1	4	2	4	3	1	4	4	2	2	3	3	3	3	2	3	51	sedang
5	2	2	5	2	5	3	2	2	4	3	3	4	3	2	3	4	2	56	sedang
5	3	1	5	1	5	3	1	1	2	1	3	5	3	3	3	5	3	53	sedang
5	4	2	5	1	5	4	2	2	3	2	3	3	4	4	3	4	4	60	sedang
5	3	2	5	3	5	3	2	1	3	1	4	4	1	3	4	3	3	55	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	5	4	3	3	2	5	3	1	2	3	56	sedang
5	3	1	5	2	5	3	1	3	2	3	4	4	1	3	4	1	3	53	sedang
3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	3	4	3	1	4	2	3	4	52	sedang
4	2	2	4	3	4	2	2	4	2	4	5	2	2	2	4	3	2	53	sedang
5	4	3	5	3	5	4	3	4	4	3	2	2	4	4	2	2	4	63	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	3	1	2	3	5	3	3	5	2	3	57	sedang
5	3	3	5	2	4	3	3	2	3	4	5	3	3	3	3	3	3	60	sedang
4	3	2	4	2	4	3	2	3	4	2	5	5	2	3	3	4	3	58	sedang
5	3	1	5	2	5	4	1	3	2	1	3	3	3	3	4	5	3	56	sedang
2	3	4	2	4	2	3	4	4	2	4	4	3	2	3	3	4	3	56	sedang
5	3	2	5	3	5	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	57	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	56	sedang
5	3	2	5	2	5	4	2	5	4	4	5	3	3	3	2	2	3	62	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	1	3	3	5	4	3	3	4	2	3	58	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	1	2	2	3	3	2	3	5	3	3	54	sedang
5	3	2	5	1	5	3	2	1	3	2	3	5	3	3	3	5	3	57	sedang
4	3	1	4	3	4	3	1	3	2	2	3	4	3	3	5	3	3	54	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	4	3	55	sedang
5	3	1	5	2	5	3	1	2	4	3	5	4	4	3	4	3	3	60	sedang

5	4	2	5	3	5	5	2	3	2	4	4	3	2	4	5	4	4	66	sedang
5	2	2	5	3	5	2	2	1	3	2	4	5	3	2	5	3	2	56	sedang
5	3	3	5	2	5	3	3	4	1	2	5	4	1	3	4	3	3	59	sedang
5	4	1	5	1	5	4	1	2	3	3	5	5	3	4	5	5	4	65	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	2	2	2	3	4	1	3	3	4	3	54	sedang
4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	57	sedang
5	3	2	5	3	5	3	2	1	3	2	3	3	2	3	4	3	3	55	sedang
4	3	2	4	2	4	3	2	4	2	2	2	4	3	3	2	2	3	51	sedang
5	2	3	5	2	5	2	3	3	5	3	4	2	4	2	4	2	2	58	sedang
4	3	2	4	2	4	3	2	2	1	2	4	5	1	3	4	5	3	54	sedang
5	3	2	5	3	5	3	2	5	5	3	2	3	1	3	2	4	3	59	sedang
5	3	3	5	2	5	3	3	3	4	4	5	3	2	3	3	3	3	62	sedang
5	3	3	5	3	5	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	5	3	64	sedang
5	3	3	5	2	5	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	58	sedang
5	4	2	5	2	5	4	2	5	5	1	5	3	2	4	2	1	4	61	sedang
4	2	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	2	2	4	3	2	57	sedang
5	3	3	5	2	5	3	3	3	5	2	3	2	2	3	2	3	3	57	sedang
5	2	3	5	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	2	4	3	2	55	sedang
5	3	2	5	4	5	3	2	3	4	4	5	2	2	3	2	3	3	60	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	2	2	5	3	3	4	1	3	54	sedang
5	2	3	5	2	5	2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	1	2	51	sedang
4	3	3	4	4	4	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	53	sedang
4	2	2	4	4	4	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	47	sedang
5	4	2	5	3	5	4	2	4	5	2	5	4	4	4	3	2	4	67	tinggi
5	3	2	5	3	5	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	56	sedang

4	4	3	4	4	4	4	3	4	5	3	5	3	3	4	4	4	4	69	tinggi
4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	1	3	5	4	3	4	5	3	59	sedang
5	3	2	5	2	5	3	2	2	3	2	3	5	2	3	4	5	3	59	sedang
4	3	2	4	3	4	3	2	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	54	sedang
4	3	2	4	2	4	3	2	3	1	3	4	3	2	3	4	5	3	55	sedang
3	4	2	3	2	3	4	2	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	56	sedang
4	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	3	5	2	2	4	5	2	54	sedang
5	3	3	5	3	5	3	3	3	1	3	3	4	1	3	4	3	3	58	sedang
4	2	3	4	2	4	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	51	sedang

Lampiran 6 Hasil Demografi

Jenis Kelamin		
Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Laki	68	16.7
Perempuan	338	83.3
Total	406	100

Usia		
Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Praremaja (12-14 tahun)	69	17
Remaja (15-17 tahun)	108	27
Remaja Akhir (18-22 tahun)	229	56
Total	406	100

Lampiran 7 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		406
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.75007284
Most Extreme Differences	Absolute	.042
	Positive	.042
	Negative	-.039
Test Statistic		.042
Asymp. Sig. (2-tailed)		.090 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 8 Uji Linearitas

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1	(Constant)	54.199	2.017	26.877	.000			
	Total_FoMO	-.116	.048	-.119	.017	.937	1.067	
	Total_SME	-.213	.049	-.217	.000	.937	1.067	

a. Dependent Variable: Total_KP

Lampiran 9 Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	1.073	.196	5.471	.000	
	total_fomo	-.003	.005	-.034	.515	
	total_sme	-.004	.005	-.042	.415	

a. Dependent Variable: Abs_res2

Lampiran 10 Uji Hipotesis

a. Uji T

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1	(Constant)	54.199	2.017	26.877	.000			
	X1 Fomo	-.116	.048	-.119	.017	.937	1.067	
	X2 / moderator	-.213	.049	-.217	.000	.937	1.067	

a. Dependent Variable: Y KP

b. Uji Simple Slopes

```

DATA LIST FREE/
  X1      M1      Y1
BEGIN DATA.
  20.0725  20.1618  83.9914
  34.7819  20.1618  77.0545
  49.4914  20.1618  70.1176
  20.0725  33.0853  83.7083
  34.7819  33.0853  74.7980
  49.4914  33.0853  65.8877
  20.0725  46.0087  83.4252
  34.7819  46.0087  72.5416
  49.4914  46.0087  61.6579
-----

```

c. Uji Regresi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	60.140	2.471		24.342	.000
	F1	.370	.140	.148	2.640	.009
	F2	-.452	.105	-.241	-4.300	.000

a. Dependent Variable: kp

d. Uji Rsquare

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.173 ^a	.030	.028	7.04424

a. Predictors: (Constant), f1

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.301 ^a	.091	.084	6.838

a. Predictors: (Constant), X1M1, M1, X