

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING
OUT* DAN *SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY*
PADA REMAJA AKHIR DI KOTA SURABAYA:
PERAN *PHUBBING* SEBAGAI MEDIATOR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**YESSI OCTAVIA
NBI: 1512200246**

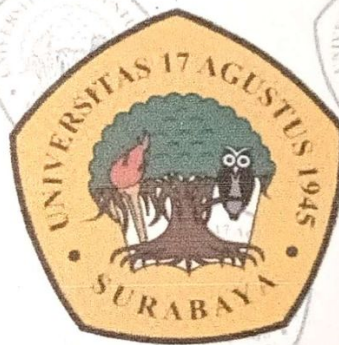
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN
SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY PADA REMAJA AKHIR
DI KOTA SURABAYA: PERAN *PHUBBING* SEBAGAI
MEDIATOR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:
YESSI OCTAVIA
NBI: 1512200246**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN
SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY PADA REMAJA AKHIR
DI KOTA SURABAYA: PERAN *PHUBBING* SEBAGAI
MEDIATOR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:
YESSI OCTAVIA
NBI: 1512200246**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 10 Januari 2025



1000
RUPIAH
20
METERAI
TEMPEL
65AEEANX326669340
Yessi Octavia
1512200246



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA

TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yessi Octavia
NBI/NPM : 1512200246
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan saya menyetujui untuk memberikan kepada
Badan Persyaratan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti
Nonexclusive Royalty-Free Right*), atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN
SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY PADA REMAJA AKHIR
DI KOTA SURABAYA: PERAN *PHUBBING* SEBAGAI
MEDIATOR**

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty – Free
Right*), Badan menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah
dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasi karya ilmiah saya
selama tetap tercantum.

Dibuat : Surabaya
Pada tanggal : 10 Januari 2026

Yang Menyatakan



Yessi Octavia

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA MAHASISWA : Yessi Octavia
NBI : 1512200246
JUDUL : Hubungan antara *Fear of Missing Out* dan *Social Relationship Quality* pada Remaja Akhir di Kota Surabaya: Peran *Phubbing* sebagai Mediator.

Surabaya, 10 Januari 2026

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


**Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog**


**Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si,
S.H., M.Kn., Psikolog**

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal: 10 Januari 2026

Dewan Penguji

1. Sayidah Aulia Ul Haque, M.Psi., Psikolog

2. Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**3. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si, S.H., M.Kn.,
Psikolog**

**Mengesahkan
Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,**

Dr. Dhan Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog

NPP. 20510020551

HALAMAN MOTTO

Janganlah kamu bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita
(Q.S. At-Taubah: 40)

“Fa inna ma’al – ‘usri Yusra, Inna ma’al – ‘usri Yusra”
“Setiap kesulitan pasti ada kemudahan”
(Q.S. Al-Insyirah 94: 5-6)

“Wasn’t beautiful when you belived in everything?”
-Taylor Swift, Innocent

“Yang terburuk kelak bisa jadi yang terbaik”
-Tulus, Gajah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis sembahkan untuk diri sendiri karena sudah berusaha sejauh ini dan mampu menjalani hingga tahap akhir, serta berhasil melewati badai dengan kepala tegap. Terima kasih sudah tumbuh menjadi versi yang lebih hebat.

Selain itu, skripsi ini adalah kado kecil untuk mama dan ayah, yang selalu menjadi rumah paling teduh dan hangat di tengah badai penulis menempuh gelar sarjana.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Yessi Octavia
Tempat Lahir : Surabaya
Tanggal Lahir : 26 Oktober 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Krian, Sidoarjo
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : yessioctavia2610@gmail.com
No. Telepon : 083142813478



B. Riwayat Pendidikan

2022 – 2026 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2019 - 2022 : SMA Kartika Wijaya Surabaya
2016 - 2019 : SMP Negeri 3 Krian
2010 - 2016 : SDN Sidorejo

C. Riwayat Magang

2025 : Guru Pendamping Khusus, Program Surabaya Mengajar
2024 : *Peer Counselor*, House of Psyche Indonesia
2024 : *Peer Support*, Ruang Psikologi Indonesia

D. Riwayat Organisasi

2022 – 2024 : Wakil ketua divisi Pendidikan dan Kaderisasi, Garda Muda
Unggul Kota Surabaya

E. Kemampuan

Bahasa Indonesia (Aktif)
Bahasa Inggris (Pasif)
Microsoft Office
Canva
Administrasi Alat Tes Psikologi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir thesis yang berjudul “Hubungan antara *Fear of Missing Out* dan *Social Relationship Quality* pada Remaja Akhir di Kota Surabaya: Peran *Phubbing* sebagai Mediator” dengan baik.

Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Strata Satu (S1) di Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam dinamika psikologis remaja di era digital, khususnya mengenai bagaimana ketakutan untuk ketinggalan informasi (*Fear of Missing Out*) dan perilaku menyendiri dengan telepon genggam (*Phubbing*) dapat memengaruhi kualitas hubungan sosial mereka.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan thesis ini. Secara khusus, penulis berterima kasih kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Prodi Fakultas Psikologi 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga dalam membimbing penulis saat menyelesaikan penulisan skripsi.

5. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si, S.H., M.Kn., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah mendampingi dan membimbing penulis dengan sangat baik dan sabar, serta memahami penulis selama menempuh studi. Terima kasih atas kesabaran, waktu, ilmu, bimbingan, serta motivasi yang tak henti-hentinya diberikan sejak dari penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga penyelesaian laporan ini.
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmunya dengan sangat baik selama penulis menempuh studi.
7. Kedua orang tua tercinta, mama dan ayah, sebagai sumber kekuatan utama penulis. Terima kasih atas cinta tak bersyarat, dukungan finansial, serta doa-doa yang tidak pernah putus di setiap sujud kalian. Skripsi ini adalah kado kecil untuk segala peluh yang kalian limpahkan demi masa depan penulis.
8. Kakak sepupu saya, Giyanti Priyandita Wulandari, yang selalu menjadi tempat ternyaman penulis untuk bercerita dan menjadi rumah yang hangat bagi penulis.
9. Kedua sahabat saya, Setyani Pawitri dan Andini Dwi Rahmawati, yang selalu menjadi tempat berkeluh kesah di luar urusan akademik. Terima kasih telah menjadi pendengar yang baik, pemberi tawa di saat penat, dan selalu meyakinkan bahwa penulis pasti bisa melaluinya.
10. Teman-teman seperjuangan angkatan 2022, terima kasih atas diskusi-diskusi kecil, bantuan informasi, dan semangat solidaritas yang dibangun semasa perkuliahan hingga pengerjaan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pembaca.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan perkembangan, serta dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surabaya, 10 Januari 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Yessi Octavia', with a stylized flourish at the end.

Yessi Octavia

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN *SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY* PADA REMAJA AKHIR DI KOTA SURABAYA: PERAN *PHUBBING* SEBAGAI MEDIATOR

Yessi Octavia

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Yessioctavia1024@gmail.com

Abstrak

Social Relationship Quality (kualitas hubungan sosial) merupakan aspek penting dalam perkembangan psikososial remaja, karena berperan dalam pembentukan identitas dan kemampuan menjalin relasi interpersonal yang sehat. Dalam konteks perkembangan teknologi digital, kualitas hubungan sosial remaja berpotensi dipengaruhi oleh *Fear of Missing Out* (FoMO), yaitu kekhawatiran berlebihan akan tertinggal dari pengalaman sosial orang lain, serta perilaku *phubbing* yang ditandai dengan kecenderungan mengabaikan interaksi langsung karena fokus pada gawai. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara FoMO dan kualitas hubungan sosial pada remaja di Kota Surabaya, serta menguji peran *phubbing* sebagai mediator dalam hubungan tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 381 remaja berusia 15–19 tahun. Data dikumpulkan menggunakan skala *FoMO Scale*, skala *Quality Relationship Inventory*, dan skala *Generic Scale of Phubbing*. Analisis data dilakukan menggunakan PROCESS Macro model 4. Hasil analisis menunjukkan bahwa pengaruh langsung FoMO terhadap kualitas hubungan sosial tidak signifikan secara statistik. Namun demikian, FoMO berpengaruh positif signifikan terhadap *phubbing*, dan *phubbing* berpengaruh negatif signifikan terhadap kualitas hubungan sosial. Selain itu, hasil uji mediasi menunjukkan bahwa *phubbing* memediasi secara signifikan hubungan antara FoMO dan kualitas hubungan sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengaruh FoMO terhadap kualitas hubungan sosial remaja berlangsung secara tidak langsung melalui peningkatan perilaku *phubbing*.

Kata kunci: *social relationship quality*, *fear of missing out*, *phubbing*, remaja akhir.

RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT AND SOCIAL RELATIONSHIP QUALITY IN LATE ADOLESCENTS IN SURABAYA CITY: THE ROLE OF PHUBBING AS A MEDIATOR

Yessi Octavia

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Yessioctavia1024@gmail.com

Abstract

Social relationship quality is a crucial aspect of adolescents' psychosocial development, as it plays an important role in identity formation, psychological well-being, and the ability to establish healthy interpersonal relationships. In the context of rapid digital technology development, adolescents' social relationship quality may be influenced by Fear of Missing Out (FoMO), defined as excessive anxiety about missing others' social experiences, as well as phubbing behavior, which refers to ignoring face-to-face interactions due to excessive attention to smartphones. This study aimed to examine the relationship between FoMO and Social Relationship Quality among adolescents in Surabaya, Indonesia, and to investigate the mediating role of phubbing in this relationship. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants were 381 adolescents aged 15–19 years. Data were collected using the FoMO scale, the Quality Relationship Inventory, and the Generic Scale of Phubbing. Data analysis was conducted using the PROCESS Macro model 4. The results indicated that the direct effect of FoMO on Social Relationship Quality was not statistically significant. However, FoMO had a significant positive effect on phubbing, and phubbing had a significant negative effect on Social Relationship Quality. Furthermore, mediation analysis revealed that phubbing significantly mediated the relationship between FoMO and Social Relationship Quality. These findings suggest that the influence of FoMO on adolescents' social relationship quality operates indirectly through increased phubbing behavior.

Keywords: *social relationship quality, fear of missing out, phubbing, adolescents.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
Abstrak	xii
<i>Abstract</i>	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian	9
B. Tujuan dan Manfaat	9
1. Tujuan Penelitian.....	9
2. Manfaat Penelitian.....	9
C. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	15
A. <i>Social Relationship Quality</i>	15
1. Definisi <i>Social Relationship Quality</i>	14
2. Komponen <i>Social Relationship Quality</i>	16
3. Indikator <i>Social Relationship Quality</i>	19
4. Faktor yang Mempengaruhi <i>Social Relationship Quality</i>	21
B. <i>Fear of Missing Out</i>	23
1. Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	23
2. Komponen <i>Fear of Missing Out</i>	25

3. Indikator <i>Fear of Missing Out</i>	27
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	29
C. <i>Phubbing</i>	32
1. Definisi <i>Phubbing</i>	32
2. Komponen <i>Phubbing</i>	34
3. Indikator <i>Phubbing</i>	36
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Phubbing</i>	38
D. Kerangka Berpikir	41
E. Hipotesis Penelitian	44
BAB III. METODE PENELITIAN	45
A. Populasi dan Partisipan	45
1. Populasi	45
2. Partisipan	45
B. Desain Penelitian	46
C. Instrumen Pengumpulan Data	47
1. Skala <i>Social Relationship Quality</i>	49
2. Skala <i>Fear of Missing Out</i>	53
3. Skala <i>Phubbing</i>	55
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	57
1. Uji Prasyarat	57
2. Analisis Data	59
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Hasil Penelitian	61
1. Pelaksanaan Penelitian	61
2. Data Demografi Partisipan	61
3. Analisis Statistik Deskriptif	62
4. Uji Hipotesis	64
B. Pembahasan	65
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

Tabel 1 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala <i>Social Relationship Quality</i>	49
Tabel 2 Hasil Uji Reliabilitas Hubungan Ayah	51
Tabel 3 Hasil Uji Reliabilitas Hubungan Ibu	51
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas Hubungan Teman	51
Tabel 5 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	52
Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas FoMO	54
Tabel 7 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala Variabel <i>Phubbing</i>	54
Tabel 8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Phubbing</i>	55
Tabel 9 Hasil Uji Multikolinearitas	57
Tabel 10 Hasil Uji Linearitas $X \rightarrow M$	58
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas $X \rightarrow Y$	58
Tabel 12 Rekapitulasi Demografi Responden	61
Tabel 13 Uji Statistik Deskriptif	62
Tabel 14 Analisis Uji Deskripsi Skala <i>Social Relationship Quality</i>	63
Tabel 15 Analisis Uji Deskripsi Skala FoMO	63
Tabel 16 Analisis Uji Deskripsi Skala <i>Phubbing</i>	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	40
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Social Relationship Quality</i>	79
Lampiran 2 Skala <i>Fear of Missing Out</i>	81
Lampiran 3 Skala <i>Phubbing</i>	82
Lampiran 4 Tabel Issac & Michael.....	85
Lampiran 5 Analisis Butir Kualitas Hubungan Ibu	86
Lampiran 6 Uji Beda Item Kualitas Hubungan Sosial Ibu.....	87
Lampiran 7 Reliabilitas Kualitas Hubungan Sosial Ibu	87
Lampiran 8 Analisis Butir Kualitas Hubungan Teman.....	88
Lampiran 9 Uji Beda Item Kualitas Hubungan Sosial Teman	89
Lampiran 10 Reliabilitas Kualitas Hubungan Sosial Teman.....	89
Lampiran 11 Analisis Butir Kualitas Hubungan Ayah.....	90
Lampiran 12 Uji Beda Item Kualitas Hubungan Ayah.....	91
Lampiran 13 Reliabilitas Kualitas Hubungan Ayah	92
Lampiran 14 Analisis Butir FoMO.....	92
Lampiran 15 Uji Beda Item FoMO	93
Lampiran 16 Reliabilitas FoMO.....	93
Lampiran 17 Analisis Butir <i>Phubbing</i>	94
Lampiran 18 Uji Beda Item Skala <i>Phubbing</i>	95
Lampiran 19 Reliabilitas Skala <i>Phubbing</i>	95
Lampiran 20 Hasil Uji Outlier Multivariate.....	96
Lampiran 21 Hasil Uji Multikolinearitas $X \rightarrow M$	96
Lampiran 22 Uji Multikolinearitas ($X \& M \rightarrow Y$).....	96
Lampiran 23 Hasil Uji Linearitas Anova Skala <i>Phubbing</i> dan Skala FoMO	97
Lampiran 24 Hasil Uji Linearitas Anova Skala <i>Social Relationship Quality</i> dan Skala FoMo.....	97
Lampiran 25 Hasil Uji Hipotesis	97
Lampiran 26 Surat Izin Penelitian SMP	101
Lampiran 27 Surat Izin Penelitian SMA	102
Lampiran 28 Hasil Turnitin	103