

**HUBUNGAN ANTARA *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN  
*FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PADA *EMERGING  
ADULTHOOD***

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**REVINDA DEVIKA ANGGRAENI**  
**NPM: 1511600027**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
SURABAYA  
2020**

**HUBUNGAN ANTARA *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN  
*FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PADA *EMERGING  
ADULTHOOD***

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**REVINDA DEVIKA ANGGRAENI**  
**NPM: 1511600027**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
SURABAYA  
2020**

## **TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Nama : REVINDA DEVIKA ANGGRAENI**

**NPM : 1511600027**

**Judul : HUBUNGAN ANTARA *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA *EMERGING ADULTHOOD***

Surabaya, 15 Januari 2021

**Disetujui oleh:**

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**

**Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes, Psikolog      Akta Ririn Aristawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**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 : 17 Januari 2021**

**DEWAN PENGUJI :**

1. **Dra. Dwi Sarwindah, M.S, Psikolog** .....
2. **Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes, Psikolog** .....
3. **Akta Ririn Aristawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog** .....

**Mengetahui,  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan**

**Dr. Suroso, MS., Psikolog**

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 15 Januari 2021



Revinda Devika Anggraeni

1511600027

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

### KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertandatangan di bawah ini:

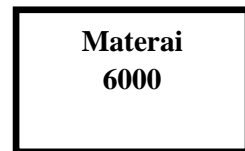
Nama : Revinda Devika Anggraeni  
NPM : 1511600027  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonevclusive Royalty - Free Right*) atas karya saya yang berjudul: Hubungan antara *Subjective Well-Being* dan *Fear Of Missing Out*(FoMO) Pada *Emerging Adulthood*.

Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonevclusive Royalty - Free Right*), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum.

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Tanggal : 20 Januari 2021

Yang Menyatakan,



Revinda Devika Anggraeni  
NPM. 1511600027

## **MOTTO**

**“KITA TIDAK MULIA SEKEDAR DENGAN PROFESSIONALITAS DAN  
GELAR SEMATA, KITA MULIA SAAT MENGGUNAKAN  
PROFESSIONALITAS DAN GELAR UNTUK BERKONTRIBUSI  
TERHADAP DAKWAH, MASYARAKAT, DAN UMAT RASULULLAH.”  
-FIKA KOMARA**

## PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah swt. atas berkah dan rahmat yang telah dilimpahkan sehingga penulisan SKRIPSI ini dapat berjalan dengan baik. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, peneliti persembahkan karya ini kepada orang-orang terkasih, yaitu:

1. Allah swt. Rabb semesta alam yang mengajarkan kepada manusia melalui perantaraan *qalam* (pena) diajarkan-Nya berbagai ilmu.
2. Rasulullah Muhammad saw. suri teladan sepanjang zaman.
3. Kedua orangtua tercinta, Papa Harijono dan Mama Mujayatin. Terimakasih atas segala kasih sayang, doa serta pengorbanan yang sangat memotivasi peneliti.
4. Adik tersayang, Ninis Dwi Kartika yang selalu menemani dan memberi semangat kepada peneliti.
5. Almamater tercinta Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu proses penyelesaian karya ilmiah ini. Semoga Allah swt. yang membalas kebaikan kalian.

Surabaya, 15 Januari 2021



Revinda Devika Anggraeni  
NPM. 1511600027



## *CURRICULUM VITAE*

Nama Lengkap : Revinda Devika Anggraeni  
Tempat, Tanggal Lahir : Surabaya, 18 Desember 1997  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Hobi : Baca  
Kebangsaan : Indonesia  
Alamat : Dukuh Pakis 2/119 Surabaya  
No. Telepon : 087887803895



### **PENDIDIKAN**

1. 2002/2003-2003/2004 : TK Aisyiyah Bustanul Athfal Sidoarjo
2. 2004/2005-2009/2010 : SD Muhammadiyah 1 Sidoarjo
3. 2010/2011-2012/2013 : SMP Negeri 28 Surabaya
4. 2013/2014-2015/2016 : SMA Nur Hidayah Surabaya
5. 2016/2017-Sekarang : S1 Psikologi UNTAG Surabaya

### **PENGALAMAN ORGANISASI**

1. Staf Ahli Bidang Pembinaan Kemuslimahan UKM Kerohanian Islam UNTAG Surabaya 2017-2018
2. Kepala Bidang Syiar Kemuslimahan UKM Kerohanian Islam UNTAG Surabaya 2018-2019
3. Bendahara Umum Dewan Pertimbangan Umat UKM Kerohanian Islam UNTAG Surabaya 2019-2020

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah swt. yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah serta berjuang hingga akhir dalam menempuh studi sebagai mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa banyak tantangan yang diperoleh selama proses perkuliahan berlangsung hingga pada tahap penulisan tugas akhir. Karya ilmiah ini dapat terwujud berkat doa, bantuan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Suroso, MS., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I.
5. Akta Ririn Aristawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing II.
6. Dra. Dwi Sarwindah, MS, Psikolog selaku Dosen Penguji.
7. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si, Psikolog selaku Dosen Wali.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama menempuh pendidikan.
9. Seluruh pihak Universitas 17 Agustus 1945 yang telah menerima peneliti menjadi bagian dari kampus merah putih.
10. Kedua orangtua, adik, dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan doa dan motivasi yang amat berarti bagi peneliti.
11. Sahabat-sahabat tersayang Dewi Nur Hikmah, Sitinya Solissa, S.S, dan Agustin Zahrotul Ilmiyah, S.Psi yang telah menemani dan memberikan dukungan kepada peneliti hingga saat ini. Semoga Allah swt. pertemukan kita kembali di SurgaNya.
12. Sahabat-sahabat seperjuangan yang tangguh Almh. Mbak Anafiatul Munawaroh, S.Kom, Mbak Juli Sari, S.Si, Mbak Verra Claudia Vallafanie, S.Si, Mita Linda Yasa, S.E, Mbak Rany Kurniasari, S.Kom, Nadia Anastasya Firdausi, Cindy Adianti, Ika Aliyatur, Rizka Cahyani, S.S.

Semoga Allah swt. segera menurunkan pertolongan dan pertemukan kita kembali di SurgaNya.

13. Keluarga besar UKM Kerohanian Islam Universitas 17 Agustus 1945 yang telah memberikan ilmu dan semangat kepada peneliti. Semoga Allah swt. pertemukan kita kembali di SurgaNya.
14. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 yang telah memberikan ilmu dan menjadi teman berdiskusi dengan peneliti.
15. Seluruh pihak yang turut andil dalam penelitian yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu namanya.

Peneliti menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna namun peneliti berharap dapat berbagi ilmu dengan para pembaca. Terimakasih.

Surabaya, 15 Januari 2021

Peneliti



Revinda Devika Anggraeni

## **Hubungan antara *Subjective Well-Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)* pada *Emerging Adulthood***

Revinda Devika Anggraeni

Email: [revindada@gmail.com](mailto:revindada@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### **ABSTRAK**

*Fear of Missing Out (FoMO)* adalah fenomena dimana individu merasa takut apabila orang lain mendapatkan pengalaman yang menyenangkan namun tidak terlibat secara langsung sehingga memiliki tendensi untuk tetap terhubung melalui berbagai media. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Subjective Well-Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari *Subjective Well-Being (X)* dan *Fear of Missing Out (FoMO) (Y)*. Partisipan dalam penelitian ini adalah masyarakat kota Surabaya yang berusia 18-25 tahun yang berjumlah 146 orang. Data penelitian ini diperoleh melalui skala yang disebarakan dalam bentuk *google form*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji hipotesis penelitian. Teknik analisis data menggunakan uji *Product Moment* dengan bantuan program *Statistic Package for Social (SPSS)* versi 20 IBM for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Subjective Well-Being* dan *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,596 dengan nilai signifikansi  $p=0,000<0,05$ . Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pemaknaan *emerging adulthood* terhadap kepuasan hidupnya maka semakin rendah tendensi terkena sindrom *Fear of Missing Out (FoMO)*.

**Kata kunci:** *Subjective Well-Being*, *Fear of Missing Out (FoMO)*, *Emerging Adulthood*.

## **Relations between Subjective Well-Being and Fear of Missing Out (FoMO) on Emerging Adulthood**

Revinda Devika Anggraeni

Email: [revindada@gmail.com](mailto:revindada@gmail.com)

Faculty of Psychology, University of 17 Agustus 1945 Surabaya

### **ABSTRACT**

Fear of Missing Out (FoMO) is a phenomenon where individuals feel afraid when other people have a pleasant experience but are not directly involved so they have a tendency to stay connected through various media. This study aims to determine the relations between Subjective Well-Being and Fear of Missing Out (FoMO). The variables in this study consisted of Subjective Well-Being (X) and Fear of Missing Out (FoMO) (Y). Participants in this study were the people of Surabaya, aged 18-25 years, totaling 146 people. This research data is obtained through a scale that is distributed in the form of google form. This study uses a quantitative approach to test the research hypothesis. The data analysis technique used the Product Moment test with the IBM for Windows version 20 of the Statistical Package for Social (SPSS) program. The results showed that there was a significant negative relations between Subjective Well-Being and Fear of Missing Out (FoMO) with a correlation coefficient of -0.596 with a significance value of  $p = 0.000 < 0.05$ . This study shows that the higher meaning of emerging adulthood on life satisfaction, the lower tendency to develop Fear of Missing Out (FoMO) syndrome.

**Keywords:** *Subjective Well-Being, Fear of Missing Out (FoMO), Emerging Adulthood.*