

**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HIDUP DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI GAMPONG
BLANG BAROE KABUPATEN ACEH JAYA**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

**NOVIA ROSA
NIM. 180901088**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022**

**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HIDUP DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI GAMPONG
BLANG BAROE KABUPATEN ACEH JAYA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh :

**Novia Rosa
NIM.180901088**

Disetujui Oleh :

جامعة الرانيري

Pembimbing I - R A N I R Y Pembimbing II


Julianto, S.xg., M.Si
NIP : 197209021997031002


Iyulen Pebry Zuanny, M.Si. psikolog
NIDN : 2005029001

**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HIDUP DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI GAMPONG
BLANG BAROE KABUPATEN ACEH JAYA**

SKRIPSI

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Di nyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Novia Rosa
NIM.180901088

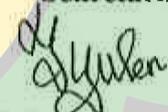
Pada Hari/Tanggal:
Senin, 25 Juli 2022 M
25 dzulhijjah 1443 H

Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi

Ketua,


Julianto S. Ag., M.Si
NIP. 197209021997031002

Sekretaris,


Ivulen Pebry Zuanny, M.Psi. Psikolog
NIDN. 2005029001

Penguji I,


Rawdhan Binti Yasa, M.Psi., Psikolog
NIP. 198012252015032005

Penguji II,


Vera Nova S. Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN. 2009028201

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry


Dr. Salami, MA

NIP. 196512051992032003

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya :

Nama : Novia Rosa

Nim : 180901088

Jenjang : strata Satu (S-1)

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di rujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi Universitas Islam Ar-Raniry Banda Aceh

AR - RANIRY

Banda Aceh, 04 Juli 2022

Mengetahui

METERAL
TEMPEL
E2349AJX915475010

Novia Rosa
Nim. 180901088

KATA PEGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta telah memberikan kesehatan dan kemudahan bagi peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat beriring salam atas junjungan Nabi besar Muhammad SAW, serta keluarga dan para sahabatnya yang telah menuntun kita dari jalan yang gelap menuju kejalan yang terang-benderang .

Skripsi ini ditulis berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap Remaja Gampong Blang Baroe Kabupateh Aceh Jaya, dengan judul Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan *Fear Of Missing Out* Pada Remaja Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya. Peneliti menyadari bahwa terselesaikan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak.

Hormat dan rasa terima kasih kepada pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini, yaitu :

1. Terima kasih kepada orang tua tercinta yang telah memberikan dukungan moral dan moril serta doa tiada henti sehingga penulis sampai ke tahap akhir penyelesaian program S1 ini.
2. Ibu Dr. Salami MA sebagai dekan fakultas psikologi UIN ar-raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa psikologi.
3. Bapak Jasmadi S. Psi., M.A., Psikolog sebagai wakil dekan I bidang akademik dan kelembagaan yang telah membantu bidang akademik mahasiswa.

4. Bapak Muhibbudin, S.Ag., M.Ag sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, yang telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
5. Bapak Dr. Fuad, S.Ag., M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
6. Bapak Dr. Safrilsyah, M.Si selaku Ketua Prodi Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
7. Bapak Barmawi, S.Ag., M.Si selaku sekretaris program studi psikologi UIN Ar-Raniry, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
8. Bapak Julianto, S.Ag., M.Si selaku pembimbing I dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah memberikan motivasi, masukan, dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis.
9. Ibu Iyulen Pebry Zuanny, S. Psi., M.Psi. psikolog selaku pembimbing II dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah memberikan motivasi, masukan, dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis.
10. Ibu Fatmawati, S. Psi., B.Psych (Hons), M.Sc selaku penasehat akademik, yang telah membantu banyak hal dan meluangkan waktu hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

11. Ibu Rawdhah Binti Yasa, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku penguji I dalam sidang munaqasyah skripsi yang juga telah memberikan banyak masukan sehingga skripsi ini maksimal.
12. Ibu Vera Nova, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji II dalam sidang munaqasyah skripsi yang juga telah memberi banyak masukan dalam skripsi ini.
13. Seluruh dosen dan seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
14. Terima kasih kepada saudara kandung yang memberikan semangat setiap waktu.
15. Terima kasih kepada sahabat-sahabat Cut Nyak Rahmayati, Annisa Hanum, Geubrina Saputri, dan Mulisida yang telah memberikan semangat dan dukungannya dalam proses penyelesaian skripsi ini.
16. Terima kasih kepada sahabat-sahabat sekaligus menjadi kawan ngibah saya Nabila Angela Taufa, Zamharirah Ulya, Melania Sulfira yang telah memberikan semangat dan dukungannya dalam proses penyelesaian skripsi ini.
17. Terima kasih kepada teman seperjuangan yang telah memberi semangat dan dukungan penuh.
18. Terima kasih juga kepada seluruh partisipan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. Sehingga saran dan kritikan dari pembaca sangat diharapkan. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama yang berkecimpung di dalam organisasi mahasiswa khususnya dan organisasi pada umumnya.

Semoga Proposal ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi yang lebih luas kepada Peneliti dan pembaca mengenai teori psikologi terutama menyangkut dinamika kepuasan hidup dan *fear of missing out*. Adapun Proposal ini memiliki kelebihan dan kekurangan, peneliti membutuhkan kritik dan saran dari pembaca dan dosen pembimbing yang membacanya, agar kedepannya peneliti bisa membuat proposal skripsi ini dengan lebih baik dan lebih benar mengenai penelitian kedepannya. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 08 November 2021

Peneliti,

Novia Rosa

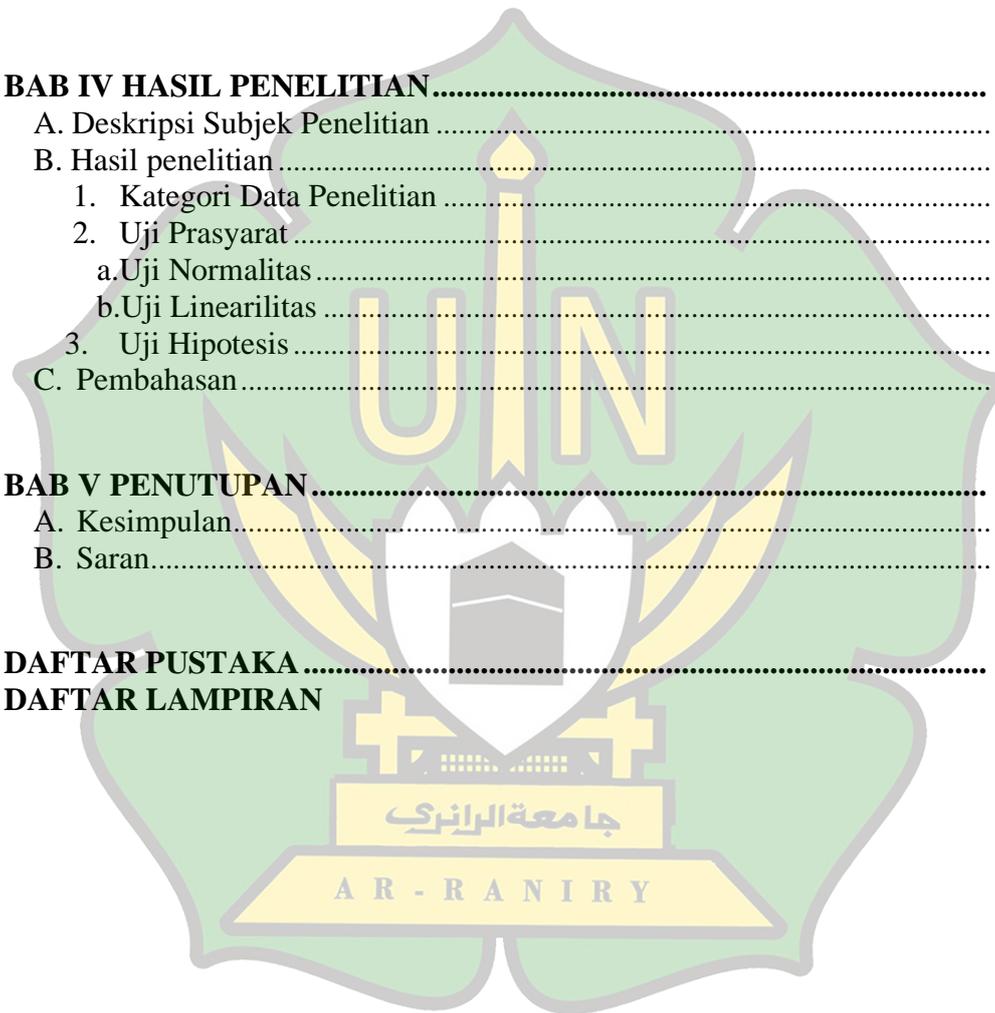
NIM. 180901088

AR - RANIRY

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PEGANTAR	v
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	8
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	11
A. <i>Fear of Missing Out</i>	11
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out</i>	11
2. Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i>	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>fear of missing out</i>	14
B. Kepuasan Hidup	17
1. Pengertian Kepuasan Hidup	17
2. Aspek Kepuasan Hidup	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup	22
C. Hubungan antara Kepuasan Hidup dan <i>Fear of missing out</i>	24
D. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODELOGI PENELITIAN	27
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian	27
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
D. Populasi dan sampel	29
1. Populasi	29
2. Sampel	29
E. Persiapan dan pelaksanaan Penelitian	30
1. Administrasi Penelitian	30
2. Pelaksanaan Uji Coba dan Pelaksanaan Penelitian	30

F. Teknik Pengumpulan Data.....	31
1. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	31
2. Uji Validitas.....	38
3. Uji Daya Beda Aitem	41
4. Uji Reliabilitas	47
F. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data.....	48
1. Teknik Pengolahan Data.....	48
2. Teknik Analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	52
A. Deskripsi Subjek Penelitian	52
B. Hasil penelitian	54
1. Kategori Data Penelitian	54
2. Uji Prasyarat	58
a.Uji Normalitas	59
b.Uji Linearitas	59
3. Uji Hipotesis	60
C. Pembahasan.....	61
BAB V PENUTUPAN.....	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	67
DAFTAR LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Favourable dan Skala Unfavourable.....	32
Tabel 3.2 Blue Print Kepuasan Hidup.....	34
Tabel 3.3 Blue Print Fear of Missing Out.....	38
Tabel 3.4 Koefisien CVR Kepuasan Hidup.....	39
Tabel 3.5 Koefisien CVR Fear Of Missing Out.....	40
Tabel 3.6 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kepuasan Hidup.....	42
Tabel 3.7 Blue Print Akhir Skala Kepuasan Hidup.....	43
Tabel 3.8 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Fear Of Missing Out.....	46
Tabel 3.9 Blue Print Akhir Skala Fear of Missing Out.....	47
Tabel 4.1 Data Demografis Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin.....	51
Tabel 4.2 Data Demografis Responden Berdasar Usia.....	
Tabel 4.3 Responden Rentang Waktu Menggunakan Sosial Media.....	52
Tabel 4.4 Responden Durasi Setiap Mengakses Sosial Media.....	53
Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian Skala Kepuasan Hidup.....	54
Tabel 4.6 Kategori Skala Kepuasan Hidup.....	55
Tabel 4.7 Deskripsi Data Penelitian Skala Fear Of Missing Out.....	56
Tabel 4.8 Kategori Skala Fear Of Missing Out.....	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas.....	58
Tabel 4.10 Hasil Uji linearitas Hubungan.....	58
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis Data Penelitian.....	59
Tabel 4.12 Analisis Measure Of Association.....	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	26
Gambar 3.1 Rumus Statistik CVR.....	36
Gambar 3.2 Rumus Korelasi Pearson.....	40
Gambar 3.3 Rumus Cronbach's Alpha.....	40



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat keputusan(SK), Surat penelitian dan surat telah melakukan penelitian
- Lampiran 2 Skala uji coba penelitian
- Lampiran 3 Tabulasi data uji coba penelitian
- Lampiran 4 Koefisien korelasi aitem
- Lampiran 5 Uji normalitas, uji linearibilitas, hipotesis, frekuensi



Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan *Fear of Missing Out* Remaja Pengguna Sosial Media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya

ABSTRAK

Remaja pada umumnya selalu menggunakan sosial media, jika menggunakan sosial media berlebihan bisa mengakibatkan FoMO. Tujuan peneliti untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Alat ukur penelitian ini yaitu skala kepuasan hidup yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1989) dan skala FoMO yang diadaptasi berdasarkan skala Przybylski, Murama, Dehann, dan Gladwell (2013). Jumlah populasi sebanyak 302 remaja dengan jumlah sampel sebanyak 161 remaja. Pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,875 dengan taraf signifikansi (p) = 0,000 yang menandakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya. Hipotesis dalam penelitian ini diterima namun arah hubungannya yang bertolak belakang atau berbeda dari hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Kepuasan Hidup, *Fear of Missing Out* (FoMO), Remaja, Sosial Media

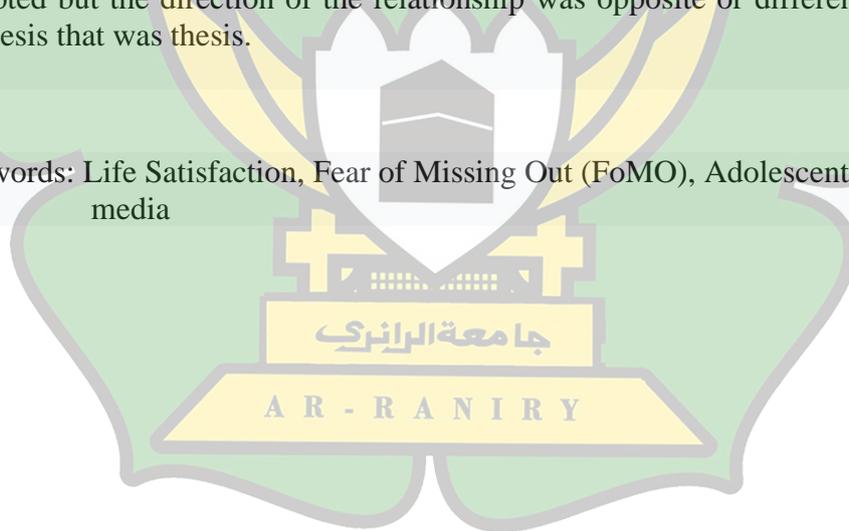


The Relationship Between Life Satisfaction And Fear Of Missing Out On Adolescent Using Social Media In Gampong Blang Baroe Aceh Jaya Regency

ABSTACT

Adolescent mostly use social media indaily life the excessive using of social media can caused fear of missing out. The aim of this study was to determine the relationship between life satisfaction and fear of missing out on adolescent using social media in Gampong Blang Baroe Aceh Jaya Regency. this study used a quantitative approach with correlation al method. The measuring instrument used in this study were life satisfaction which is arranged scale based on the aspects proposed by Ryff (1989) and the fear of missing out scale which was adapted based on the Przybylski, Murama, Dehann, dan Gladwell (2013). The total population 302 adolescents with a total sampel of 161 adolescents. Sampel used was probability sampling method with simple random sampling technigue. The results showed a correlation coefficient (r) = 0,875 with a significance level of (p) = 0,000 which indicated that there was a very significant positive relationship between life satisfaction and fear of missing out on adolescent using social media in Gampong Blang Baroe Aceh Jaya Regency. The hypothesis in this study is accepted but the direction of the relationship was opposite or different, from the hipotesis that was thesis.

Keywords: Life Satisfaction, Fear of Missing Out (FoMO), Adolescent, social media



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia pada umumnya selalu terikat dengan sosialisasi kehidupan masyarakat di lingkungan yang terus berkembang dengan seiring perkembangan teknologi. Pada masa sekarang ini peranan teknologi sangatlah penting dan semakin banyak manusia melakukan pekerjaan dengan menggunakan komputer atau *handphone* untuk melakukan komunikasi sesama manusia, salah satu contoh kemajuan teknologi yaitu internet. Internet merupakan jaringan luas dan besar yang mendunia dan menghubungkan pengguna komputer dari satu negara ke negara lainnya di seluruh dunia, dan memuat berbagai informasi dari statis hingga dinamis serta interaktif. Penggunaan internet telah mempengaruhi pola pikir manusia terhadap aspek kehidupan. Namun hal tersebut juga harus diimbangi dengan kesadaran manusia menggunakan teknologi untuk kepentingan yang positif (Walidaini, 2018).

Perkembangan teknologi ditandai dengan munculnya beragam sosial media yang *booming* diantaranya ialah *youtube*, *facebook*, *instagram* dan *whatsapp*. Sosial media yang paling banyak digunakan dan menjadi *favorit* dikalangan kehidupan masyarakat ialah mengakses *youtube* sekitar 53,1% selanjutnya disusul oleh sosial media *facebook* sebanyak 14,5% dan *instagram* dengan jumlah 14,8% kemudian sosial media *whatsapp* dengan jumlah akses sebesar 15,7%. Yang terjadi pada saat ini disebabkan oleh kesadaran masyarakat yang semakin

meningkat terkait akan akses informasi, selain itu *smartphone* juga dapat menjadi suatu sarana sebagai tempat untuk mengekspresikan diri melalui sosial media (Mahdi, 2022).

Nasrullah, (2015) mengatakan sosial media merupakan suatu medium pada internet yang memungkinkan pengguna mempresentasikan diri maupun melakukan interaksi, bekerja sama, berbagi, maupun berkomunikasi dan membentuk ikatan sosial secara virtual dengan pengguna lain. Saat ini sosial media sudah menjadi suatu kebutuhan bagi masyarakat untuk mempermudah segala aktifitas yang dilakukan. Serta kehadiran sosial media dan semakin berkembangnya jumlah pengguna dari hari ke hari memberikan suatu fakta yang menarik kekuatan internet bagi kehidupan.

Menurut Kirik, Arslan, Cetinkaya, dan Gul (dalam putri, 2020) sosial media bermanfaat bagi remaja untuk saling mendapatkan informasi maupun mempermudah untuk mendapatkan literatur *online*. Sosial media memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap kehidupan remaja, karena dengan adanya sosial media mereka dapat mengakses segala informasi baik mengenai hal akademik di sekolah maupun hanya sekedar tempat untuk mencari hiburan semata. Berkembangnya sosial media dapat memperluas tujuan, penggunaan sosial media dapat mengarah pada perilaku kecanduan sosial media.

Menurut Elhai, Levie, Dvorak, dan Hall (dalam Syabani, 2019) sosial media memberikan hal positif, tetapi juga memiliki sisi negatif setiap pengguna sosial media secara berlebihan maka dapat menimbulkan fenomena *fear of missing out* (FoMO). JWT Intelligence (2011) memaparkan bahwa FoMO adalah suatu

fenomena dimana individu merasa takut ketika individu lain mengalami pengalaman yang menyenangkan namun tidak terlibat didalamnya, akibatnya individu akan tetap berusaha agar terhubung dengan apa yang dilakukan oleh individu lain melalui media dan internet.

Przybylski, Murama, Dehann, dan Gladwell (2013) menjelaskan *fear of missing out* (FoMO) merupakan kekhawatiran, kecemasan, ketakutan yang dirasakan oleh individu saat orang lain mempunyai pengalaman yang mengesankan saat tidak hadir dirinya, karena hal ini mengakibatkan individu merasa cemas dan takut akan diabaikan oleh orang lain.

Przybylski, dkk (dalam Daravit, 2021) FoMO adalah rasa kekhawatiran individu yang disebabkan oleh rasa ingin tahu yang tinggi mengenai berita atau informasi penting yang tersebar melalui sosial media, mengingat bahwa sosial media merupakan suatu wadah untuk mengekspresikan sesuatu yang dialami maupun dilakukan oleh seseorang. Sosial Media juga dapat dikatakan sebagai tempat masuknya informasi yang tak terbatas dari seluruh dunia.

Sangat banyak fenomena dengan berbagai dampak akibat tingginya level FoMO di Indonesia seperti putusanya hubungan non-virtual yang disebabkan kurangnya atensi saat berkomunikasi, rendahnya tingkat kepuasan dan kesejahteraan hidup, meningkatnya ketertarikan terhadap *smartphone*, indikasi dari keadaan sosial dan emosi negatif seperti merasa bosan dan kesepian sehingga sangat tergantung dengan adanya sosial media, serta menurunnya produktivitas, motivasi belajar, pencapaian akademik dan meningkatkan durasi pemakaian *smartphone* di dalam kelas sehingga mengganggu proses belajar (JWT Intelligence 2012).

Menurut pernyataan dokter Rumah Sakit Cipto Mangunkusomo (RSCM) Dr. dr. Kristiana Siste, SP. KJ (K) menyampaikan bahwa kenaikan pengguna sosial media pada remaja meningkat hingga 19,3 % dari 2.933 remaja di 33 provinsi yang dilakukan riset sedangkan 59 % diantaranya juga mengaku mengalami peningkatan durasi *online* perhari sehingga dapat mengakibatkan FoMO (dalam Azzahra, 2021).

Menurut pengamatan peneliti di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya khususnya remaja juga memiliki kecenderungan FoMO, justru karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut terkait peningkatan FoMO di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya.

Seperti remaja AH yang tidak bisa kehabisan kuota internet, jika kehabisan kuota internet AH langsung meminta uang kepada orang tuanya, jika tidak di beri AH akan mengalami emosi yang tidak dapat di kontrol dikarenakan AH khawatir tidak bisa menikmati sosial media. Peneliti mengobservasi pada tanggal 24 februari 2022, hal ini juga terjadi pada remaja lainnya yang tinggal di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya.

Peneliti melakukan penggalian data lebih lanjut mengenai fenomena FoMO melalui wawancara beberapa remaja yang tinggal di Gampong Blang Baroe kabupaten Aceh Jaya:

Cuplikan Wawancara 1:

“ Sebenarnya, saya merasa bosan jika saya tidak menggunakan sosial media dan saya juga khawatir ketinggalan informasi terkait teman saya melalui sosial media. bagi saya menggunakan sosial media seperti handphone pada zaman sekarang sudah menjadi kebutuhan bagi remaja” (AM, Wawancara Personal, 20 Mei 2022)

Cuplikan Wawancara 2:

“Ketika saya menggunakan sosial media saya sering memamerkan kegiatan saya kepada kawan-kawan yang menggunakan sosial media dan jika saya tidak memamerkan kegiatan saya, saya merasa gelisah karena takut dianggap tidak update oleh teman-teman saya (R, Wawancara Personal, 20 Mei 2022)

Cuplikan Wawancara 3:

“Kadang saya sedikit khawatir jika saya tidak melihat sosial media. Khawatirnya karena ada sesuatu yang baru, misalnya ada teman saya yang update foto atau video, dan saya tidak tau lokasinya dimana tetapi saya mencari tau lokasinya disosial media agar tidak ketinggalan trend disosial media (AN, Wawancara Personal, 04 Maret 2022)

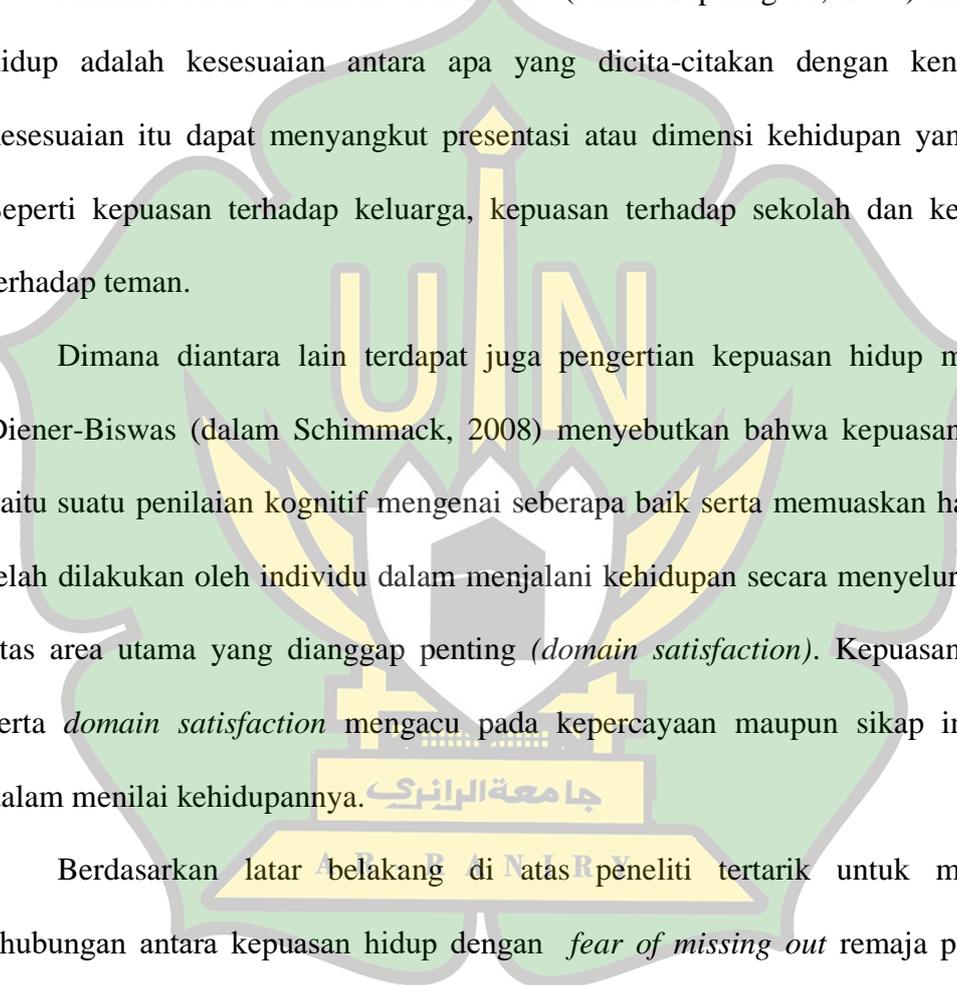
Berdasarkan pernyataan yang disampaikan oleh AM, R, dan AN mereka mencari tahu mengenai *trend* yang sedang viral karena khawatir dan takut tertinggal oleh teman-teman lainnya, sehingga hal tersebut menjadi suatu kebutuhan dalam hidup remaja. Pernyataan diatas sesuai dengan definisi FoMO, dimana definisi FoMO yaitu kebutuhan individu agar selalu terkoneksi atau terhubung dengan kegiatan yang dilakukan individu lain. Perilaku tersebut muncul karena didahului oleh motivasi maupun dorongan tertentu sehingga hal tersebut dapat muncul sebagai suatu tindakan. Informasi yang tersedia dalam bentuk *timeline* sosial media semakin menjadikan fenomena FoMO sering kita jumpai di sekitar kita (Menurut Christina, 2019).

FoMO dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi FoMO adalah kepuasan hidup. Dimana kepuasan hidup secara umum yaitu kepuasan mengenai kondisi yang diimpikan atau dicita-citakan, kepuasan mengenai kondisi yang luar biasa, kepuasan mengenai perasaan yang bahagia, kepuasan mengenai hal-hal yang dianggap berarti dalam kehidupan, dan kepuasan yang ditandai oleh tidak adanya suatu hal dalam kehidupan yang perlu

untuk diubah oleh individu. menurut Pavot dan Diener (dalam Waskito, Loekmono & Dwikurnaninsih, 2018)

kepuasan hidup merupakan suatu konstruksi yang mewakili evaluasi kognitif serta tingkat kualitas hidup seseorang secara menyeluruh.

Menurut Sheldon dan Houser-Marko (dalam Diponegoro, 2009) kepuasan hidup adalah kesesuaian antara apa yang dicita-citakan dengan kenyataan, kesesuaian itu dapat menyangkut presentasi atau dimensi kehidupan yang lain. Seperti kepuasan terhadap keluarga, kepuasan terhadap sekolah dan kepuasan terhadap teman.

Dimana diantara lain terdapat juga pengertian kepuasan hidup menurut Diener-Biswas (dalam Schimmack, 2008) menyebutkan bahwa kepuasan hidup yaitu suatu penilaian kognitif mengenai seberapa baik serta memuaskan hal yang telah dilakukan oleh individu dalam menjalani kehidupan secara menyeluruh dan atas area utama yang dianggap penting (*domain satisfaction*). Kepuasan hidup serta *domain satisfaction* mengacu pada kepercayaan maupun sikap individu dalam menilai kehidupannya. 

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melihat “hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya”.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini apakah terdapat hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baro Kabupaten Aceh Jaya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pengetahuan dan wawasan yang dapat bermanfaat dan menambah keilmuan khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi perkembangan pada remaja mengenai *fear of missing out* (FoMO) serta menjadi salah satu referensi bagi penelitian lebih lanjut dengan topic yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja

Pentingnya mencapai kepuasan hidup dan mampu mengatasi agat tidak mengguna sosial media berlebihan, jika menggunakan sosial media berlebihan akan mengalami dampak *fear of missing out* (FoMO) pada diri subjek sendiri.

b. Bagi Masyarakat

Memberi wawasan yang luas, pengetahuan yang luas serta untuk meningkatkan kesadaran terhadap masyarakat pengguna sosial media yang berlebihan dikalangan kehidupan kita saat ini.

c. Bagi orang tua

Dapat mengarahkan hal dan dampak positif terhadap remaja tersebut sehingga mereka tidak menggunakan sosial media yang berlebihan, dan mampu mengarahkan hal positif terhadap mereka sendiri.

d. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan acuan atau referensi tambahan, dan diharapkan dapat mengkaji masalah ini dengan jangkauan lebih luas dengan melihat faktor faktor lain dalam kedua variabel di penelitian ini.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dibuat berdasarkan pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya dimana karakteristik dan bentuk penelitian yang hampir sama dengan penelitian sebelumnya. Walaupun memiliki kemiripan karakteristik yang sama tetapi terdapat perbedaan dalam hal pengambilan sampel, jumlah sampel, variabel penelitian, analisis data dan tempat penelitian.

Adapun penelitian dari Daravit (2021) dengan judul hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* (FoMO) pada Mahasiswa fakultas

psikologi UIN Malang pengguna sosial media, penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, metode sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Terdapat perbedaan antara penelitian Daravit (2021) dengan penelitian ini yaitu dari segi subjek penelitian dan lokasi penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Kiyassathina dan Sumaryanti (2021) mengenai pengaruh *fear of missing out* terhadap kepuasan hidup remaja pengguna instagram di Kota Bandung. Kepuasan hidup merupakan komponen yang harus dimiliki remaja agar remaja dapat membentuk identitas diri. Sampel pada penelitian ini merupakan remaja pengguna instagram usia 12-21 Tahun. Terdapat perbedaan antara penelitian Kiyassathina dan Sumaryanti (2021) dengan penelitian ini yaitu menggunakan metode non-eksperimental, kemudian subjek dan lokasi penelitian berbeda.

Penelitian dari Timbung (2017) dengan judul penelitiannya hubungan antara *fear of missing out* dengan intensitas penggunaan media sosial *instagram* Pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana, pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala *intensitas* penggunaan media Sosial *Instagram* dan skala *fear of missing out*. hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan *intensitas* penggunaan media sosial *instagram* pada mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana. Terdapat perbedaan antara penelitian Timbung (2017) dengan penelitian ini yaitu variabel y, subjek penelitian, dan lokasi penelitian.

Penelitian dari Angesti dan Oriza (2018) dengan judul peran *fear of missing out* (FoMO) sebagai mediator antara kepribadian dan penggunaan internet bermasalah, adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini *non-experimental* yaitu strategi penelitian yang menekankan pada studi hubungan antara variabel dengan melakukan pengukuran terhadap variable. Partisipan penelitian adalah partisipan berjenis kelamin laki- laki (N = 39) dan perempuan (N = 143) dengan rentang usia 18-29 tahun. Terdapat perbedaan antara penelitian Angesti dan Oriza (2018) dengan penelitian ini yaitu variabel y, subjek penelitian, dan lokasi penelitian.

Selanjutnya, penelitian Siddik, Mafaza, dan Sembiring (2020) dengan judul peran harga diri terhadap *fear of missing out* pada remaja pengguna situs jejaring sosial. Subjek pada penelitian ini yaitu sebanyak 349 remaja dengan rentang usia 16 sampai 22 tahun yang menggunakan SNS di kota Padang dengan pengambilan sampel menggunakan metode *accidental sampling*. Terdapat perbedaan antara penelitian Siddik dkk (2020) dengan penelitian ini yaitu variabel x, subjek penelitian, dan lokasi penelitian.

Berdasarkan penelitian diatas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah waktu tempat, dan populasi yang ditentukan sehingga penelitian ini benar-benar dipertanggung jawabkan keasliannya, penelitian ini ialah penelitian yang pertama dilakukan oleh peneliti.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Fear of Missing Out

1. Pengertian *Fear of Missing Out*

Alt (2015) menjelaskan bahwa FoMO merupakan fenomena dimana individu merasa ketakutan orang lain memperoleh pengalaman yang menyenangkan namun tidak terlibat secara langsung sehingga menyebabkan individu berusaha untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui media dan internet. FoMO dapat diartikan sebagai ketakutan ketinggalan hal-hal menarik di luar sana dan atau takut dianggap tidak eksis dan *up to date*.

Abel, Buff, dan Burr (2016) mendefinisikan *fear of missing out* sebagai perasaan tidak nyaman yang dialami individu dan terkadang semua yang dirasakan adalah perasaan tertinggal saat rekan-rekannya melakukan sesuatu, mengetahui sesuatu atau memiliki sesuatu lebih baik. Perasaan takut tertinggal tersebut mendorong individu untuk terus *up to date* memantau kegiatan terbaru orang lain di media sosial. Individu akan merasa khawatir ketika melihat orang lain sedang melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada atau tanpa dirinya dan apabila teman-temannya memiliki pengalaman, pengetahuan dan benda kepemilikan yang lebih baik dibanding apa yang dimiliki.

Przybylski, dkk (2013) menjelaskan FoMO merupakan kekhawatiran, kecemasan, ketakutan yang dirasakan oleh individu saat orang lain mempunyai

pengalaman yang mengesankan saat tidak hadir dirinya, karena hal ini mengakibatkan individu merasa cemas dan takut akan diabaikan oleh orang lain.

JWT Intelligence (2011) memaparkan bahwa FoMO adalah suatu fenomena dimana individu merasa takut ketika individu lain mengalami pengalaman yang menyenangkan namun tidak terlibat didalamnya, akibatnya individu akan tetap berusaha agar terhubung dengan apa yang dilakukan oleh individu lain melalui media dan internet.

Menurut Christina (2019) FoMO adalah suatu kebutuhan individu agar selalu terkoneksi atau terhubung dengan kegiatan yang dilakukan individu lain. Perilaku tersebut muncul karena didahului oleh motivasi maupun dorongan tertentu sehingga hal tersebut dapat muncul sebagai suatu tindakan.

Berdasarkan beberapa pengertian FoMO di atas, peneliti merujuk pada definisi Przybylski, dkk (2013) yaitu FoMO merupakan kekhawatiran, kecemasan, ketakutan yang dirasakan oleh individu saat orang lain mempunyai pengalaman yang mengesankan saat tidak hadir dirinya, karena hal ini mengakibatkan individu merasa cemas dan takut akan diabaikan oleh orang lain.

2. Aspek-aspek *Fear of Missing Out*

Aspek *fear missing out* (FoMO) menurut Przybylski, Murama, Dehann, & Gladwell (2013) yaitu:

a. Ketakutan

Ketakutan adalah keadaan emosional yang timbul pada seseorang yang merasa terancam ketika seseorang sedang terhubung atau tidak terhubung

pada suatu kejadian, dan pengalaman.

b. Kekhawatiran

Kekhawatiran adalah merasa tidak diterima oleh lingkaran sosial membuat individu berusaha untuk menampilkan citra diri yang sesuai dengan lingkaran sosialnya yang luas.

c. Kecemasan

kecemasan adalah banyaknya informasi disosial media membuat individu merasa ingin terus mengakses sosial media untuk terus terhubung dengan orang lain

Aspek lainnya dari FoMO juga dijabarkan oleh JWT Intellegence (2011) yang menyebutkan bahwa aspek FoMO yaitu :

a. *Comparison with friends*

Comparison with friends adalah munculnya perasaan negative karena melakukan perbandingan dengan teman-teman maupun dengan orang lainnya.

b. *Being left out*

Being left out adalah munculnya perasaan negatif karena tidak dilibatkan dalam suatu hal dan suatu kegiatan atau percicaraan.

c. *Missed experiences*

Missed experiences adalah munculnya perasaan negative karena tidak dapat terlibat dalam suatu aktifitas.

d. *Compulsion*

Compulsion adalah perilaku mengecek secara berulang aktivitas yang dilakukan oleh orang lain yang bertujuan untuk menghindari perasaan tertinggal berita terkini.

Berdasarkan aspek-aspek FoMO, dalam penelitian ini menggunakan aspek yang telah dikemukakan oleh Przybylski, dkk (2013) yaitu ketakutan, kekhawatiran, dan kecemasan.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of missing out*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of missing out* (FoMO) menurut JWT Intelligence (2011) yaitu:

a. Keterbukaan informasi di sosial media

Sosial media, gadget dan fitur pemberitahuan lokasi sesungguhnya menjadikan kehidupan saat ini semakin terbuka dengan cara memamerkan apa yang sedang terjadi di saat ini. Zaman sosial media terus dibanjiri dengan pembaharuan informasi yang *real-time*, obrolan terhangat dan gambar atau video terbaru. Keterbukaan informasi saat ini mengubah kultur budaya masyarakat yang bersifat privasi menjadi budaya yang lebih terbuka.

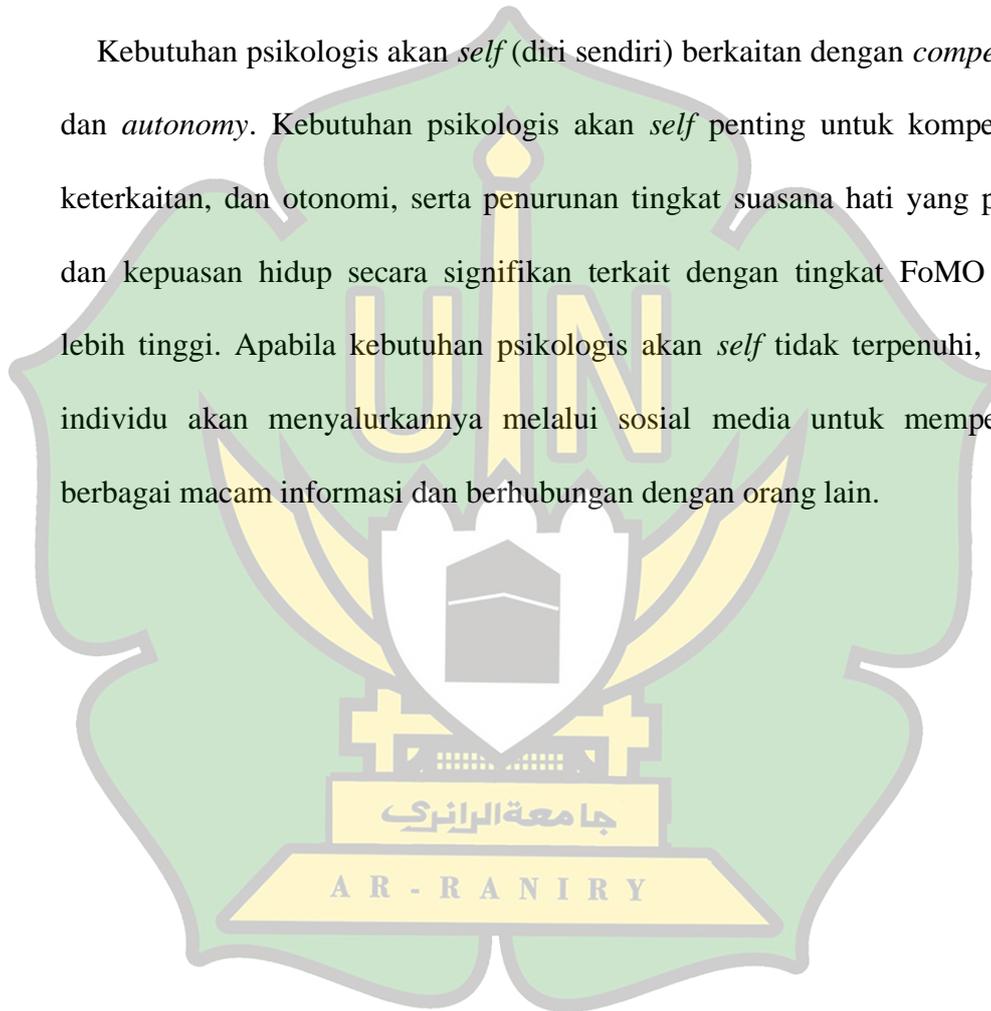
b. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness*

individu merasa ingin memiliki kesempatan lebih dalam berinteraksi dengan orang-orang yang dianggap penting dan terus mengembangkan kompetensi sosialnya. Apabila kebutuhan psikologis akan *relatedness* tidak

terpenuhi dapat menyebabkan individu merasa cemas dan mencoba mencari tahu pengalaman dan apa yang dilakukan oleh orang lain, salah satunya melalui sosial media.

c. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologi akan *self*

Kebutuhan psikologis akan *self* (diri sendiri) berkaitan dengan *competence* dan *autonomy*. Kebutuhan psikologis akan *self* penting untuk kompetensi, keterkaitan, dan otonomi, serta penurunan tingkat suasana hati yang positif dan kepuasan hidup secara signifikan terkait dengan tingkat FoMO yang lebih tinggi. Apabila kebutuhan psikologis akan *self* tidak terpenuhi, maka individu akan menyalurkannya melalui sosial media untuk memperoleh berbagai macam informasi dan berhubungan dengan orang lain.



d. *Social one-upmanship*

Social one-upmanship merupakan perilaku dimana seseorang berusaha untuk melakukan sesuatu seperti perbuatan, perkataan atau mencari hal lain untuk membuktikan bahwa dirinya lebih baik dibandingkan orang lain. FoMO disebabkan karena dipengaruhi adanya keinginan untuk menjadi paling hebat atau *superior* dibanding orang lain. Aktivitas memamerkan secara daring disosial media menjadikan pemicu munculnya FoMO pada orang lain.

e. Peristiwa yang disebarakan melalui fitur *hashtag*

Sosial media memiliki fitur *hashtag* yang memungkinkan pengguna untuk memberitahukan peristiwa yang sedang terjadi saat ini. Misalnya, pada saat reuni 212 yang dilakukan di tugu monas. Ketika pada saat yang bersamaan banyak pengguna sosial media memamerkan aktivitasnya dengan menuliskan Reuni 212, maka peristiwa tersebut akan masuk ke daftar topik pembicaraan yang sedang marak dibicarakan, sehingga pengguna media sosial lainnya dapat mengetahui. Hal demikian akan mengakibatkan perasaan tertinggal bagi individu yang tidak ikut serta dalam melakukan aktivitas tersebut.

f. Kondisi deprivasi relatif

Kondisi deprivasi relatif adalah kondisi yang menggambarkan perasaan ketidakpuasan seseorang saat membandingkan kondisinya dengan orang lain. Individu biasanya melakukan penilaian atas dirinya dengan cara

membandingkan dengan orang lain. Perasaan *fear of missing out* dan tidak puas dengan apa yang dimiliki, muncul ketika para penggunanya saling membandingkan kondisi diri sendiri dengan orang lain disosial media.

g. Banyak stimulus untuk mengetahui suatu informasi

Di zaman yang serba digital saat ini, sangat memungkinkan seseorang untuk terus dibanjiri dengan topik-topik menarik tanpa perlu adanya usaha keras untuk mendapatkannya. Di sisi lainnya munculnya stimulus-stimulus yang ada mengakibatkan keinginan tahu untuk tetap mengikuti perkembangan terkini. Keinginan untuk terus mengikuti perkembangan saat inilah yang memunculkan *fear of missing out*.

B. Kepuasan Hidup

1. Pengertian Kepuasan Hidup

Menurut Sheldon dan Houser-Marko (dalam Diponegoro,2009) kepuasan hidup akan tercapai apabila terdapat kesesuaian antara apa yang dicita-citakan dengan kenyataan, kesesuaian itu dapat menyangkut presentasi atau dimensi kehidupan yang lain. Seperti kepuasan terhadap keluarga, kepuasan terhadap sekolah dan kepuasan terhadap teman. Kepuasan hidup ini dicerminkan dengan optimis diri yang dimiliki oleh individu.

Csikszentmihalyi (dalam Diponegoro,2009) menyatakan bahwa semakin banyak aktivitas positif yang dilakukan oleh seseorang, makin besar pula kepuasan hidupnya. Selain kesehatan fisik, seseorang haruslah memiliki kesehatan mental yang baik untuk dapat menikmati pengalaman- pengalamannya.

Berdasarkan pembahasan para ahli, dapat diketahui adanya perbedaan pendapat dikalangan para ahli psikologi mengenai kepuasan hidup.

Kepuasan hidup menurut Diener (dalam Diponegoro,2009) adalah kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya disertai dengan kegembiraan. Kepuasan merupakan hasil dari perbandingan antara segala peristiwa yang dialami dengan harapan dan keinginan. Individu yang dapat menyesuaikan diri dan memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik cenderung untuk merasa lebih puas dengan kehidupannya.

Pavot dan Diener (1993) menjelaskan bahwa kepuasan hidup yang dirasakan seseorang dengan standar yang ditetapkan sendiri atau seperangkat standar mungkin dibuat dan sejauh kondisi sesuai dengan standar masing-masing orang, oleh karena itu kepuasan hidup adalah penilaian kognitif sadar hidup seseorang dimana kriteria penilaian diri sendiri.

Diener dan Biswas-Diener (2008) mengatakan bahwa kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara menyeluruh dalam hidup yang mereka anggap penting (*domain satisfaction*) seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas dan aktivitas di waktu luang. Kepuasan hidup dan *domain satisfaction* tersebut berpatokan pada kepercayaan atau sikap individu dalam menilai kehidupannya.

Ryff (1989) mengatakan keadaan yang dianggapnya sebagai standar ideal atas area-area utama dalam hidup, kepuasan hidup juga merupakan kemampuan

seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan tingkat kegembiraan.

Pada penelitian ini, peneliti mengambil definisi kepuasan hidup berdasarkan penjelasan Ryff (1989) yang artinya keadaan yang dianggapnya sebagai standar ideal atas area-area utama dalam hidup, kepuasan hidup juga merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan tingkat kegembiraan. Dengan alasan definisi tersebut lebih mudah dipahami oleh peneliti dan sesuai dengan konteks penelitian yang akan dilakukan.

2. Aspek Kepuasan Hidup

Pendapat lain berasal dari Ryff (1989) yang mengungkapkan bahwa kepuasan hidup terdiri dari enam aspek, yaitu :

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri; mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, merasa positif tentang kehidupan lampau.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif dengan orang lain adalah Memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, saling percaya dengan orang lain, perhatian dengan kesejahteraan orang lain, mampu memiliki empati, kasih sayang, dan keintiman yang kuat, memahami memberi dan menerima hubungan manusia.

c. Kemandirian

Kemandirian adalah menentukan sendiri dan independen mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu mengatur perilaku dari dalam mengevaluasi diri dengan standar pribadi.

d. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan adalah Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan hidup mengontrol rangkaian kompleks aktivitas eksternal memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif; mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

e. Tujuan hidup

Tujuan hidup adalah Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa keteraturan; merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu; memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup; memiliki tujuan dan sasaran untuk hidup.

f. Perkembangan pribadi

Perkembangan pribadi adalah Memiliki perasaan pengembangan yang berkelanjutan melihat diri sebagai tumbuh dan berkembang terbuka untuk pengalaman baru memiliki rasa menyadari potensi seseorang melihat peningkatan diri dan perilaku dari waktu ke waktu berubah dengan cara yang mencerminkan lebih banyak pengetahuan diri dan efektivitas.

Pendapat lain berasal dari Diener dan Biswas-Diener (2008) mengatakan ada lima aspek dari kepuasan hidup yaitu:

a. Keinginan untuk mengubah kehidupan

Individu yang memiliki kepuasan hidup, maka dalam dirinya juga memiliki keinginan menuju ke arah positif, perasaan, perubahan untuk menjadikan hidupnya lebih baik, dalam hal ini bagian kehidupan yang hendak dirubah tidak hanya pada satu aspek seperti kesehatan, namun juga sebagian besar aspek yang akan menambah kualitas kepuasan hidup.

b. Kepuasan terhadap hidup saat ini

Aspek kedua dalam dimiliki seseorang dengan tingkat kepuasan hidup yang baik adalah dengan merasa bahwa kehidupan yang sekarang ini di jalani adalah kehidupan yang baik serta memuaskan dan lancar tanpa ada hambatan.

c. Kepuasan hidup di masa lalu

Kepuasan hidup juga ditandai dengan ketidak adanya penyesalan tentang apapun yang terjadi di masa lalu kehidupan yang baik serta memuaskan, masa lalu terasa ringan untuk dilupakan namun juga sebagai salah satu pengalaman untuk evaluasi diri dimasa kini.

d. Kepuasan terhadap kehidupan di masa depan

Masa depan adalah misteri kehidupan, namun orang dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi memiliki pemikiran positif dan selalu merasa optimisme yang baik terhadap kehidupan di masa depan.

e. Penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang

Merasa pertimbangan orang lain dapat menjadi sebuah pertimbangan terhadap hidup dan penilaian orang lain menjadi evaluasi terhadap hidupan.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut, peneliti memilih aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1989) alasan peneliti menggunakan aspeknya, karena penjabarannya lebih mudah dipahami dan lebih komprehensif serta sesuai dengan konteks penelitian.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup

Menurut Diener, dan Biswas-Diener (2008) faktor - faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup yaitu:

a. Usia

Menurut beberapa penelitian yang telah dilakukan menemukan hasil bahwa individu yang memiliki usia lebih muda akan merasa lebih bahagia dibandingkan dengan individu yang sudah berusia lanjut. Beberapa tokoh lain yang telah melakukan penelitian mendapatkan hasil bahwa tidak terdapat efek usia terhadap kepuasan hidup dan juga menemukan sebuah hasil positif terkait usia dengan kepuasan hidup.

b. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin selalu berubah seiring dengan tahapan perkembangan pada wanita ditemukan lebih merasa bahagia dibandingkan dengan pria pada usia muda, namun ditemukan hal sebaliknya bahwa pada usia yang lebih tua pria merasa lebih bahagia ketika dibandingkan dengan wanita. Perbedaan tersebut tidak begitu tampak ketika telah memasuki usia sekitar 45 tahun.

c. Pendidikan

Berdasarkan beberapa penelitian, ditemukan adanya hubungan yang positif antara pendidikan dengan kebahagiaan pada wanita. Faktor pendidikan memiliki pengaruh positif karena pendidikan merupakan suatu pendukung individu yang dapat meningkatkan aspirasi maupun menyiapkan individu dalam menjalani berbagai macam perihal kehidupan.

d. Spiritualitas

Spiritualitas dapat membuat individu mempunyai perasaan yang positif ketika menjalani kehidupannya dan menjadi salah satu potensi serta menjadi pendukung dalam kehidupannya. Spiritualitas memberikan manfaat terhadap kehidupan sosial secara psikologis sehingga dapat meningkatkan kepuasan hidup individu.

e. Pendapatan

Faktor pendapatan memiliki pengaruh dalam meningkatkan kepuasan hidup seseorang, individu dengan pendapatan tinggi akan merasa bahagia dan tercukupi.

f. Kepribadian

Kepribadian yang positif serta sikap yang optimis akan mampu menjadi faktor kebahagiaan individu. Kepribadian yang positif akan disukai oleh orang lain sehingga memberikan rasa kepercayaan diri dan memiliki rasa puas terhadap dirinya.

g. Biologis

Individu yang merasa tidak bahagia serta tidak puas terhadap hidupnya

akan lebih sering mengalami sakit dibandingkan dengan individu yang merasa bahagia.

C. Hubungan antara Kepuasan Hidup dengan *Fear of missing out (FoMO)*

Kepuasan hidup merupakan penilaian individu secara kognitif terhadap keseluruhan hidupnya, seseorang akan merasa puas dengan hidupnya ketika individu tersebut menganggap kehidupan yang dijalannya mendekati ideal, berpikir bahwa kondisi dan peristiwa yang dialami sudah memuaskan, puas dengan kehidupannya, sudah mendapatkan hal-hal yang menurutnya penting dalam kehidupannya, dan tidak akan berpikir untuk mengubah apapun dalam hidupnya (Diener & Biswas-Diener, 1985).

Papalia, Old, & Feldman (2008) membahas terkait remaja yang sangat bergantung dengan teman sebayanya, tidak terkecuali penilaian mengenai kepuasan hidupnya yang dipengaruhi standar-standar lingkungan pertemanan dan kelompok. Menurut Maslow (1943) manusia memiliki kebutuhan yang diatur secara hierarkis. Setelah kebutuhan dasar atau yang paling rendah terpenuhi, kebutuhan yang lebih tinggi akan muncul, Di antaranya kebutuhan tatanan yang lebih tinggi ini adalah kebutuhan akan cinta, kasih sayang, dan rasa memiliki. Kebutuhan yang melekat ini dapat dikaitkan dengan kepuasan hidup seseorang karena kepuasan hidup menyiratkan kondisi kehidupan dan keinginan tercukupinya kebutuhan seseorang secara keseluruhan (dalam Bari & Hidayat, 2022). Menurut Diantika (2017) Pada umumnya remaja dalam memenuhi kepuasan hidupnya cenderung melakukan aktivitas yang diterima oleh lingkungan sosialnya. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan penerimaan di dalam

kelompoknya, sehingga remaja menjadi takut untuk kehilangan aktivitas berharga seperti takut akan kehilangan peristiwa berharga, dan takut untuk tertinggal percakapan di lingkaran sosial maupun di lingkaran media sosial tetapi menggunakan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan fenomena FoMO.

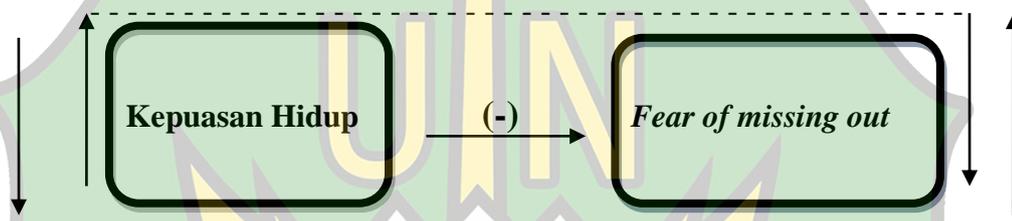
FoMO dalam keterkaitannya dengan kepuasan hidup dapat dipahami sebagai rendahnya tingkat kebutuhan psikologi dasar (kompetensi, autonomi/*self* dan *relatedness/closeness*) yang disebabkan oleh tidak terpenuhinya pemenuhan kebutuhan psikologis, Individu yang memiliki tingkat kepuasan akan kebutuhan dasar yang rendah lebih tertarik untuk menggunakan media sosial (Przybylski, 2013).

Dunia konektivitas dirancang untuk kehidupan orang-orang modern yang semakin sibuk. Namun dunia ini juga membuat perhatian individu menjadi teralihkan, digunakan untuk mengurangi rasa kesepian dan juga mempertahankan hubungan mereka dengan lingkungan sosialnya. Teknologi telah memberikan individu kesempatan untuk tetap terhubung dan melepaskan diri dari sosial kapan saja mereka inginkan (Jood, 2017).

Berdasarkan data-data hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti. Daravit (2021) hasilnya menunjukkan kepuasan hidup pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang pengguna media sosial. Hasil yang didapatkan ialah hasil yang negatif, hal tersebut menunjukkan bahwa korelasi atau hubungan antara dua variabel termasuk dalam korelasi atau hubungan yang negatif yaitu ketika variabel

kepuasan hidup meningkat maka variabel *fear of missing out* (FoMO) menurun begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan hasil dari penelitian sebelumnya dengan menggunakan variabel kepuasan hidup dan *fear of missing out* (FoMO) dapat kita lihat bahwa terdapat hubungan yang negatif, semakin tinggi kepuasan hidup maka semakin rendahnya FoMO begitu juga sebaliknya semakin rendahnya kepuasan hidup maka semakin tingginya FoMO.



Gambar 2. 1. Kerangka Konseptual

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* (FoMO). Artinya semakin tinggi tingkat kepuasan hidup maka semakin rendah FoMO dan sebaliknya semakin rendah tingkat kepuasan hidup maka semakin tingginya FoMO.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan *positivistic* (data konkrit), data penelitian yang berupa angka-angka yang akan diukur menggunakan statistik sebagai alat uji penghitungan berkaitan dengan masalah yang diteliti untuk menghasilkan suatu kesimpulan (Sugiyono, 2018). Adapun metode penelitian yang digunakan adalah korelasional yaitu mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2013).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2006) Variabel merupakan suatu objek penelitian, atau sesuatu yang menjadi titik perhatian dalam penelitian. Penelitian yang akan dilakukan memiliki variabel sebagai berikut :

- a. Variabel X: Kepuasan hidup
- b. Variabel Y : *Fear of missing out* (FoMO)

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel merupakan konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat dalam suatu subjek penelitian yang bervariasi secara kuantitatif (Azwar, 2007). Agar suatu konsep dalam penelitian dapat memiliki batasan yang jelas dalam pengoperasiannya, maka diperlukan definisi operasional dari masing-masing variabel. Adapun definisi dari variabel tersebut adalah :

a. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keadaan yang dianggap sebagai standar ideal atas area-area utama dalam kehidupan remaja Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya, kepuasan hidup juga merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan tingkat kegembiraan. Skala kepuasan hidup yang diukur dalam penelitian ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1989) yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi.

b. *Fear of missing out* (FoMO)

FoMO yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kekhawatiran, kecemasan, ketakutan yang dirasakan oleh remaja Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya, saat orang lain mempunyai pengalaman yang mengesankan saat tidak hadir dirinya, karena hal ini mengakibatkan individu merasa cemas dan takut akan diabaikan oleh orang lain. Skala *fear of missing out* yang diukur dalam penelitian ini menggunakan skala adaptasi yang disusun oleh Przybylski, dkk (2013) yang mengacu pada 3 aspek yaitu ketakutan, kekhawatiran, dan kecemasan.

D. Subjek Penelitian

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terkait dengan objek atau subjek yang memiliki kuantitas tertentu (Sugiyono, 2013). Sedangkan menurut Arikunto (2006) populasi adalah jumlah keseluruhan dari subjek penelitian.

Maka dari itu, populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh remaja Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya yang berjumlah 302 orang (Badan Pusat Statistik Aceh Jaya, 2022).

b. Sampel

Sampel adalah bagian jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* adalah teknik penentuan sample secara acak pada remaja Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi, teknik ini dilakukan bila anggota dianggap homogen (Sugiyono, 2017). Langkah *simple random sampling* yang peneliti lakukan yaitu dengan menyebarkan kuesioner kepada subjek secara acak dan menunggu respon yang diterima mencapai jumlah subjek yang ditargetkan. Kemudian mengumpulkan data yang didapatkan dari subjek dan di analisa oleh peneliti.

Penentuan jumlah sampel adalah penelitian ini yaitu dengan mengambil tingkat kesalahan 5% dan tingkat kepercayaan 95% yang terdapat pada tabel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael (Sugiyono, 2017). Maka dari 302 populasi,

peneliti memperoleh jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 161 remaja yang tinggal di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya.

E. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Sebelum peneliti melakukan penelitian, peneliti menyiapkan skala penelitian yaitu skala kepuasan hidup dan skala FoMO yang nanti akan digunakan untuk mengambil data responden. Kemudian skala penelitian tersebut terlebih dahulu melewati uji validitas oleh *expert judgment*. Setelah pengujian selesai, peneliti menyiapkan skala likert yang akan disebarluaskan secara langsung oleh peneliti kepada remaja Gampong Blang Baroe kabupaten Aceh Jaya. Adapun beberapa administrasi yang harus disiapkan oleh peneliti yaitu surat izin penelitian untuk kepala Gampong Blang Baroe kabupaten Aceh Jaya.

1. Administrasi penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyiapkan surat-surat kelengkapan administrasi untuk proses penelitian, hal yang pertama dilakukan yaitu peneliti mengajukan permohonan surat izin penelitian ke akademik pada tanggal 16 Juni 2022, kemudian surat izin penelitian diberikan kepada peneliti. Selanjutnya pada tanggal 17 Juni 2022 peneliti mengirimkan surat izin penelitian kepada kepala Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya untuk mendapatkan izin penelitian.

2. Pelaksanaan Uji Coba dan Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan uji coba dan pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 28-30 Juni 2022. Penelitian ini berlanjut selama 3 hari. Penelitian ini menggunakan penelitian try out terpakai. Menurut Hadi (2000) try out terpakai adalah data yang diambil untuk menguji variabel dan reliabilitas instrument juga kita gunakan

sebagai data penelitian. Penelitian dilakukan pada remaja Gampong Blang Baroe kabupaten Aceh jaya dengan cara membagi skala secara langsung kepada remaja Gampong Blang Baroe kabupaten Aceh jaya. Sehingga peneliti bisa memastikan bahwa remaja mengisi kuesioner tersebut. Setelah data responden terkumpul, selanjutnya peneliti mentabulasi data di *Microsoft Excel*, Kemudian mengolah data menggunakan *Statistical Package Sor Social Science (SPSS)*

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Skala dalam penelitian ini disusun dengan menggunakan skala Likert. Menurut Sugiyono (2017) menyatakan skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial yang kemudian disebut dengan variabel penelitian. Kemudian variabel yang akan diteliti diuraikan menjadi indikator penelitian, maka indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrument berupa pernyataan.

Pada skala kepuasan hidup terdiri dari dua bentuk pertanyaan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Sedangkan pada skala FoMO terdiri dari satu pertanyaan yaitu *favorable*. Pernyataan *favourable* adalah pernyataan yang mendukung variabel yang diteliti. Sedangkan pernyataan *unfavourable* adalah pernyataan yang tidak mendukung atau memihak pada variabel yang diteliti (Azwar, 2016). Jawaban pada skala ini mempunyai tingkatan level dari sangat positif sampai sangat negatif, dengan lima pilihan jawaban yaitu benar sekali, benar, kadang-kadang, tidak benar, sama sekali tidak benar, dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1
Skor Skala Favourable dan Skala Unfavourable

Jawaban	Aitem	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Benar Sekali (BS)	5	1
Benar (B)	4	2
Kadang-Kadang (KK)	3	3
Tidak Benar (TB)	2	4
Sama Sekali Tidak Benar(SSTB)	1	5

a) Skala Kepuasan Hidup

Skala kepuasan hidup dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1989) sebagai berikut:

1. Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri; mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, merasa positif tentang kehidupan lampau.

2. Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif dengan orang lain adalah Memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, saling percaya dengan orang lain, perhatian dengan kesejahteraan orang lain, mampu memiliki empati, kasih sayang, dan keintiman yang kuat, memahami memberi dan menerima hubungan manusia.

3. Kemandirian

Kemandirian adalah menentukan sendiri dan independen mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu mengatur perilaku dari dalam mengevaluasi diri dengan standar pribadi

4. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan adalah Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan hidup mengontrol rangkaian kompleks aktivitas eksternal memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif; mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

5. Tujuan hidup

Tujuan hidup adalah Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa keteraturan; merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu; memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup; memiliki tujuan dan sasaran untuk hidup.

6. Perkembangan pribadi

Perkembangan pribadi adalah Memiliki perasaan pengembangan yang berkelanjutan melihat diri sebagai tumbuh dan berkembang terbuka untuk pengalaman baru memiliki rasa menyadari potensi seseorang melihat peningkatan diri dan perilaku dari waktu ke waktu berubah dengan cara yang mencerminkan lebih banyak pengetahuan diri dan efektivitas.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut maka disusun *blue print* skala kepuasan hidup sebagai berikut.

Tabel 3.2
Blue print skala kepuasan hidup

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah		
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>			
1	penerimaan diri	Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	1	53	2		
		Memiliki sikap positif terhadap mengakui diri sendiri	12	46	2		
		Menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk	33	27	2		
		Merasa positif tentang kehidupan lampau/masa lalu	40	6	2		
		2	Hubungan positif dengan orang lain	Memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain	20	36	2
				Memiliki hubungan yang memuaskan	47	8	2
				Saling percaya dengan orang lain	28	44	2
Perhatian dengan kesejahteraan orang lain	51			2	2		
		Memiliki empati yang tinggi atau kuat	41	19	2		

		Mampu memiliki rasa kasih sayang dan memiliki keintiman	14	24	2
		Memahami, memberi dan menerima antar hubungan sesama manusia	48	31	2
3	Kemandirian	Mampu mengatur diri sendiri dan independen	23	15	2
		Mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu	5	30	2
		Mengatur perilaku dari dalam diri	54	38	2
		Mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi yang memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola situasi	17	42	2
4	Penguasaan situasi atau suasana		3	29	2
		Mengontrol rangkaian kompleks aktivitas eksternal	50	18	2
		Memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif	43	39	2

		Mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi	32	11	2
5	Tujuan hidup	Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa keteraturan	7	16	2
		Merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu	49	26	2
		Memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup	35	45	2
		Memiliki tujuan dan sasaran untuk hidup	21	4	2
6	Perkembangan pribadi	Memiliki perasaan pengembangan yang berkelanjutan	34		1
		Melihat diri sebagai bertumbuh dan berkembang		52	1
		Terbuka untuk pengalaman baru	25	13	2
		Memiliki kepekaan akan potensi seseorang	37		1
		Melihat pening katan diri dan perilaku dari		10	1

waktu kewaktu Kemampuan mengubah diri yang ditandai dengan pengetahuan diri dan efektivitas	9	22	2
Total	27	27	54

b) Skala *fear of missing out* (FoMO)

Skala *Fear of missing out* (FoMO) dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari Przybylski, dkk (2013) yang mengacu pada aspek:

1. Ketakutan

Ketakutan adalah yang dirasakan oleh individu apabila orang lain memiliki pengalaman yang berharga saat idividu tersebut tidak terlibat didalamnya.

2. Kekhawatiran

Kekhawatiran adalah merasa tidak diterima oleh lingkaran sosial membuat individu berusaha untuk menampilkan citra diri yang sesuai dengan lingkaran sosialnya yang luas.

3. Kecemasan

kecemasan adalah banyaknya informasi disosial media membuat individu merasa ingin terus mengakses sosial media untuk terus terhubung dengan orang lain.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut maka disusun *blue print* skala kepuasan hidup sebagai berikut.

Tabel 3.3
Blue print skala fear of missing out

No	Aspek	Indikator	Aitem	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Ketakutan	1,2	0	2
2	Kekhawatiran	3,5,7,8,9	0	5
3	Kecemasan	4,6,10	0	3
Total			10	

2. Uji Validitas

Validitas yang berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan pada instrument pengukuran dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes yang mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi alat ukur secara tepat atau memberikan hasil ukurnya atau memberi hasil yang tepat dan akurat sesuai dengan tujuan diadakan pengukuran tersebut (Azwar, 2013).

Uji validitas dalam penelitian ini adalah validitas isi, yaitu validitas yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian isi skala oleh *expert judgment*. Untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah disusun akan dinilai oleh beberapa orang *reviewer*. Tujuannya adalah untuk melihat skala yang telah disusun sudah sesuai dengan konstruk psikologi yang diukur.

Komputasi validitas yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah komputasi *CVR (Content Validity Ratio)*, yang diperoleh dari hasil penilaian sekelompok ahli yang disebut *SME (Subject Matter expert)*. *SME* diminta untuk menyatakan apakah isi suatu aitem dikatakan esensial untuk mendukung tujuan apa yang hendak diukur suatu sistem dikatakan esensial apabila aitem tersebut dapat mempresentasikan dengan baik tujuan pengukuran (Azwar, 2012). Angka

CVR bergerak antara -1.00 sampai dengan + 1.00 dengan *CVR*+ 0,00 bearti 50% dari *SME* dalam panel menyatakan aitem adalah esensial dan valid (Azwar,2017)

Adapun statistic *CVR* dirumuskan sebagai berikut.

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan:

ne = Banyaknya *SME* yang menilai suatu item “esensial”

n = Banyaknya *SME* yang melakukan penilaian

a. Hasil Komputasi *Conten Validity Ratio* skala kepuasan hidup

Hasil komputasi *conten validity ratio* skala kepuasan hidup yang yang peneliti gunakan diestimasi dan dikuantifikasi lewat penguji terhadap isi skala melalui 3 orang *expert judgment* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri-ciri perilaku yang ingin diukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah di susun akan dinilai oleh tiga *expert judgment* dapat dilihat pada tabel 3.4.

Tabel 3.4
Koefisien CVR Kepuasan hidup

No	CVR	No	CVR	No	CVR
1	1	19	1	37	1
2	1	20	1	38	0,3
3	0,3	21	1	39	1
4	1	22	1	40	1
5	0,33	23	1	41	1
6	0,3	24	1	42	1
7	0,3	25	0,3	43	1
8	1	26	0,3	44	1
9	1	27	1	45	1
10	0,3	28	1	46	1
11	1	29	1	47	1

12	1	30	1	48	1
13	1	31	0,3	49	1
14	1	32	1	50	0,3
15	1	33	0,3	51	1
16	1	34	0,3	52	1
17	1	35	1	53	0,3
18	1	36	1	54	1

Hasil komputasi *conten validity ratio* dari skala kepuasan hidup yang peneliti gunakan dengan *expert judgment* sebanyak 3 orang, terdapat 41 aitem yang memiliki koefisien 1 dan 13 aitem lainnya memiliki koefisien 0,3. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian SME pada skala FoMO menunjukkan nilai diatas nol (0), sehingga semua aitem esensial dan dinyatakan valid.

b. Hasil Komputasi *Conten Validity Ratio* skala FoMO

Hasil komputasi *conten validity ratio* skala FoMO yang di adaptasi dari penelitian przybylski dkk (2013) yang peneliti gunakan diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian terhadap isi skala melalui 3 orang *expert judgment* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri-ciri perilaku yang ingin diukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah di susun akan dinilai oleh 3 *expert judgment* dapat dilihat pada tabel 3.5.

Tabel 3.5
Koefisien CVR FoMO

No	CVR	No	CVR
1	1	6	1
2	1	7	1
3	1	8	1
4	1	9	1
5	1	10	1

Hasil komputasi *conten validity ratio* dari skala FoMO yang peneliti adaptasi dan peneliti gunakan dengan *expert judgment* sebanyak 3 orang, total keseluruhannya terdapat 10 aitem, dari keseluruhan aitem tersebut memiliki koefisien 1. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian SME pada skala FoMO menunjukkan nilai diatas nol (0), sehingga semua aitem esensial dan dinyatakan valid.

3. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem ialah dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang akan diukur (Azwar, 2000). Analisis daya beda aitem yang dilakukan peneliti yaitu dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total (r_x). Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan aitem total batasan r_{ix} 0,3. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem minimal 0,3 daya bedanya dianggap memuaskan, sedangkan aitem yang memiliki harga r_{ix} kurang dari 0,3 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar,

2016). Perhitungan daya beda aitem-aitem menggunakan koefisien korelasi *product moment* dari Pearson. Formula Pearson untuk komputasi koefisien korelasi aitem-aitem total (Azwar, 2012).

Formula Pearson untuk komputasi koefisien korelasi aitem total rumusnya sebagai berikut (Azwar, 2012):

$$r_{iX} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum X^2 - (\sum X)^2/n]}}$$

Keterangan

i = Skor aitem

x = Skor skala

n = Banyaknya subjek

P

a. Uji daya beda aitem skala kepuasan hidup

Hasil analisis daya beda aitem skala kepuasan hidup dapat di lihat pada tabel 3.6 dibawah ini:

Tabel 3.6

Koefesien daya beda aitem skala kepuasan hidup

No	r _{ix}	No	r _{ix}	No	r _{ix}
1	0,844	19	0,786	37	0,904
2	0,840	20	0,907	38	0,873
3	0,777	21	0,928	39	0,875
4	0,805	22	0,923	40	0,915
5	0,734	23	0,888	41	0,871
6	0,692	24	0,807	42	0,786
7	0,733	25	0,887	43	0,907
8	0,835	26	0,851	44	0,928
9	0,859	27	0,897	45	0,923
10	0,853	28	0,948	46	0,888
11	0,731	29	0,932	47	0,807
12	0,799	30	0,926	48	0,887
13	0,827	31	0,943	49	0,851
14	0,904	32	0,350	50	0,897
15	0,873	33	0,853	51	0,948
16	0,875	34	0,731	52	0,932

17	0,915	35	0,799	53	0,926
18	0,871	36	0,827	54	0,943

Berdasarkan koefisien uji daya beda aitem skala kepuasan hidup diatas menunjukkan semua aitem mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem melebihi 0,3. sebagaimana yang ditunjukkan pada blue print akhir skala kepuasan hidup pada tabel 3.7

Tabel 3.7
Blue Print Akhir Skala Kepuasan Hidup

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	penerimaan diri	Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	1	53	2
		Memiliki sikap positif terhadap mengakui diri sendiri	12	46	2
		Menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk	33	27	2
		Merasa positif tentang kehidupan lampau/masa lalu	40	6	2
		Memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain	20	36	2
2	Hubungan positif dengan orang lain	Memiliki hubungan yang memuaskan	47	8	2
		Saling percaya dengan orang lain	28	44	2

		Perhatian dengan kesejahteraan orang lain	51	2	2
		Memiliki empati yang tinggi atau kuat	41	19	2
		Mampu memiliki rasa kasih sayang dan memiliki keintiman	14	24	2
		Memahami, memberi dan menerima antar hubungan sesama manusia	48	31	2
3	Kemandirian	Mampu mengatur diri sendiri dan independen	23	15	2
		Mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu	5	30	2
		Mengatur perilaku dari dalam diri	54	38	2
		Mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi yang memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola situasi	17	42	2
4	Penguasaan situasi atau suasana		3	29	2
		Mengontrol	50	18	2

		rangkaian kompleks aktivitas eksternal			
		Memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif	43	39	2
		Mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi	32	11	2
5	Tujuan hidup	Memiliki tujuan dalam hidup dan rasa keteraturan	7	16	2
		Merasa ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu	49	26	2
		Memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup	35	45	2
		Memiliki tujuan dan sasaran untuk hidup	21	4	2
6	Perkembangan pribadi	Memiliki perasaan pengembangan yang berkelanjutan	34		1
		Melihat diri sebagai bertumbuh dan berkembang		52	1
		Terbuka untuk pengalaman baru	25	13	2
		Memiliki	37		1

kepekaan akan untuk menyadari potensi seseorang Melihat pening katan diri dan perilaku dari waktu kewaktu		10	1
Kemampuan mengubah diri yang ditandai dengan pengetahuan diri dan efektivitas	9	22	2
Total	27	27	54

b. Uji daya beda aitem skala FoMO

Hasil analisis daya beda aitem skala FoMO dapat di lihat pada tabel 3.8

dibawah ini:

Tabel 3.8
Koefisien daya beda aitem skala FoMO

No	r_{ix}	No	r_{ix}
1	0,931	6	0,833
2	0,894	7	0,827
3	0,895	8	0,881
4	0,793	9	0,903
5	0,842	10	0,815

Berdasarkan koefisien uji daya beda aitem skala FoMO diatas menunjukkan semua aitem mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem melebihi 0,3. sebagaimana yang ditunjukkan pada blue print akhir skala kepuasan hidup pada tabel 3.9.

Tabel 3.9
Blue Print Akhir Skala FoMO

No	Aspek	Indikator	Aitem	
			Favorable	Unfavorable
1	Ketakutan	1,2	0	2
2	Kekhawatiran	3,5,7,8,9	0	5
3	Kecemasan	4,6,10	0	3
Total			10	

4. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan uji yang digunakan untuk mengukur ketepatan suatu ukuran atau alat pengukur kehandalannya (Sugiyono, 2017). Reliabilitas mengacu pada keterpercayaan atau konsistensi alat ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini untuk mencari reliabilitas instrumen menggunakan aplikasi SPSS dengan formula *Cronbach's Alpha* yang di hitung pada aitem-aitem yang telah dianggap layak (Azwar, 2016). Tinggi rendahnya reabilitas secara *empiric* akan ditunjukkan oleh koefisien, semakin tinggi koefisien korelasi hasil ukur dua alat parallel, maka konsistensi keduanya semakin baik, koefisien realibilitas secara teoritis berkisar antara 0-1. Semakin tinggi reliabilitas yang mendekati angka 1 maka semakin tinggi pula reliabilitasnya dan menunjukkan bahwa alat ukur tersebut baik untuk digunakan (Azwar, 2009). Menggunakan rumus sebagai berikut.

$$\alpha = 2 [1 - (Sy1^2 + Sy2^2) / Sx^2]$$

Keterangan :

$Sy1^2$ dan $Sy2^2$ = Varian skor Y1 dan varian skor Y2

Sx^2 = Varian skor X

a. Uji Reliabilitas Skala Kepuasan Hidup

Hasil uji reliabilitas pada skala kepuasan hidup diperoleh $\alpha = 0,993$ sehingga skala ini dapat dikatakan reliable dengan koefisien yang sangat tinggi.

b. Uji Reliabilitas Skala FoMO

Hasil uji reliabilitas pada skala FoMO diperoleh $\alpha = 0,967$ sehingga skala ini dapat dikatakan reliable dengan koefisien yang sangat tinggi

G. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data adalah suatu proses dalam memperoleh data angka ringkasan atau data ringkasan dengan menggunakan rumusan atau cara-cara tertentu. Teknik pengolahan data yang dilakukan adalah dengan cara sebagai berikut:

a. *Editing*

Editing yaitu memeriksa kejelasan dan kelengkapan pengisian instrument pengumpulan data. Diadakan *editing* terhadap *kuesioner* yang telah diisi oleh responden dengan maksud untuk mencari kesalahan-kesalahan didalam *kuesioner* atau juga kurang adanya keserasian didalam pengisian *kuesioner* (Fatihudin, 2015). Dalam tahap ini peneliti melihat kejelasan data, melengkapkan dan meneliti data-data yang telah dikumpulkan, melihat apakah responden mengisi kesuluran data yang telah dibagikan oleh peneliti, atau pun kelengkapan jawaban, keterbacaan tulisan, kejelasan makna yang sesuai dengan data yang diinginkan peneliti atau yang tidak diinginkan oleh peneliti dan melihat relevansinya dengan data-data yang lainnya.

b. Coding

Coding yaitu proses identifikasi dari setiap pertanyaan yang terdapat dalam instrument pengumpulan data menurut variabel-variabel yang diteliti. *Coding* dilakukan setelah editing yaitu pemberian kode-kode atau angka-angkartertentu terhadap kolom-kolom, variabel-variabel yang ditanyakan dalam kuesioner berkaitan dengan keterangan tertentu yang diperlakukan (Fatihudin, 2015). Ketika berada di tahap coding data terutama yang di lakukan peneliti ialah memberikan skor *favofable* dari skor positif ke negatif yaitu nilainya 5-1 selanjutnya memberikan skor *unfavorable* dari skor negatif ke positif yaitu nilainya 1-5 dan memberi simbol berupa angka atau huruf yang memberikan petunjuk pada setiap jawaban responden berdasarkan variabel penelitian ini agar nantinya bisa lebih mempermudah peneliti dalam pengolahan data SPSS.

c. Tabulasi

Tabulasi data yaitu mencatat atau *entry* data kedalam induk penelitian. Tabulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer yaitu *Microsoft excel* dan *IBM SPSS version 20.0 for windows* kuesioner yang telah diisi oleh responden langsung dimasukkan ke dalam program tersebut (Fatihudin, 2015). Tabulasi merupakan langkah selanjutnya setelah pemeriksaan dan pemberian kode terhadap jawaban responden, dalam tahap tabulasi data disusun dalam bentuk tabel di aplikasi excel, mengambil data yang telah diisi oleh responden sesuai dengan urutan dan peneliti memindahkan data ke exces dengan teliti agar tidak terjadi manipulasi data hal ini dilakukan agar peneliti lebih mempermudah dalam menganalisis data yang sesuai dengan tujuan peneliti. Tabel

yang digunakan dalam penelitian adalah tabel frekuensi yang dinyatakan dalam persen.

2. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah cara untuk menguji hipotesis. Tujuannya untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Ada beberapa teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji prasyarat dan uji hipotesis berikut.

a. Uji Prasyarat

Dalam uji prasyarat dilakukan dua uji yaitu uji normalitas dan uji linearitas.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang digunakan untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2016) jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal maka analisis data secara parametrik tidak dapat digunakan. Untuk menguji normalitas, analisis data yang dilakukan adalah secara non parametrik dengan menggunakan teknik statistik *skewness* dan *kurtosis* dari program SPSS. Batas toleransi yang masih dianggap normal adalah -1,96 sampai dengan +1,96 yang dibulatkan menjadi -2 sampai dengan +2 (Field, 2017).

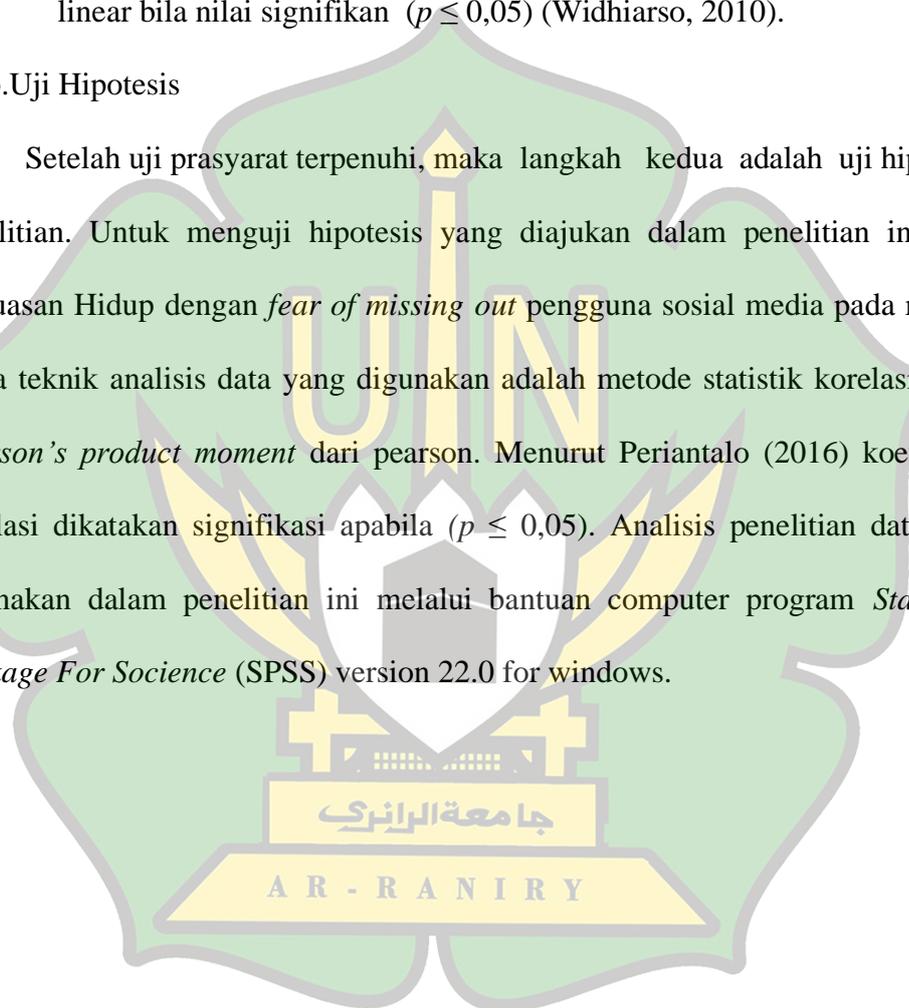
2. Uji Linieritas

Setelah uji normalitas dilakukan kemudian peneliti melakukan uji linieritas. Uji linieritas bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dua variabel dan membentuk garis lurus linier. Uji

linier dilakukan untuk membuktikan bahwa masing-masing variabel bebas mempunyai hubungan linieritas dengan variabel terikat (Hanief & Himawanto, 2017). Uji linieritas yang dilakukan menggunakan SPSS memakai *F deviation from linierity*, Dua variabel mempunyai hubungan linear bila nilai signifikan ($p \leq 0,05$) (Widhiarso, 2010).

b.Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat terpenuhi, maka langkah kedua adalah uji hipotesis penelitian. Untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ialah Kepuasan Hidup dengan *fear of missing out* pengguna sosial media pada remaja, maka teknik analisis data yang digunakan adalah metode statistik korelasi, yaitu *Pearson's product moment* dari pearson. Menurut Periantalo (2016) koefisien korelasi dikatakan signifikansi apabila ($p \leq 0,05$). Analisis penelitian data yang digunakan dalam penelitian ini melalui bantuan computer program *Statistical Package For Socience* (SPSS) version 22.0 for windows.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

1. Demografi penelitian

Penelitian ini menggunakan populasi remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya yang berjumlah 302 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 161 orang berdasarkan tabel *Isaac* dan *Michel*. Namun setelah penelitian dilakukan jumlah responden bertambah 1 orang sehingga total sampel dalam penelitian ini 162 orang. Data demografi sampel yang diperoleh pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

a. Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa jumlah sampel laki-laki sebanyak 77 orang dengan persentase (47,5%) dan jumlah sampel perempuan sebanyak 85 orang dengan persentase (52,46%). Dalam penelitian ini sampel yang paling mendominasi ialah sampel berjenis kelamin perempuan, sebagaimana yang terdapat pada tabel 4.1 dibawah ini.

Tabel 4.1

Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	77	47,50%
	Perempuan	85	52,46%
Jumlah		162	100%

B. Subjek Berdasarkan Usia

Menurut Hurlock (2003) usia remaja awal 14-15 tahun, usia remaja pertengahan 16-18 tahun dan berakhir pada usia 19-21 tahun. Berdasarkan hasil penelitian dilapangan, menunjukkan bahwa jumlah sampel yang usia termuda yaitu 14-15 tahun yang berjumlah 47 orang dengan persen 29,01%, selanjutnya 16-18 tahun yang berjumlah 54 orang dengan persen 33,33%, dan usia tertua ialah 19-21 tahun yang berjumlah 61 orang dengan persen 37,65%. Berikut ini adalah gambaran subjek penelitian berdasarkan usia.

Tabel 4.2
Data Demografi Responden Berdasarkan Usia

Usia Responden	Jumlah(n)	Persentase (%)
14-15 tahun	47	29,01%
16-18 tahun	54	33,33%
19-21 tahun	61	37,65%
Jumlah	162	100%

C. Subjek berdasarkan frekuensi rentang waktu dalam mengakses sosial media

Studi yang dilakukan Nottingham Trent University menyatakan setiap orang rata-rata memeriksa ponsel dan mengakses sosial media 45-85 kali dalam sehari-hari (dalam Titiyogo, 2016). Berdasarkan rentang waktu dalam mengakses sosial media, hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa jumlah kategori 45 kali sebanyak 79 orang dengan persentasen 48,76%, dan jumlah kategori 85 kali sebanyak 83 orang dengan persentasen 51,23%. sebagaimana yang terdapat pada tabel 4.3 dibawah ini.

Tabel 4.3

Data Demografi Responden frekuensi rentang waktu menggunakan sosial media

Deskriptif	Kategori	Jumlah(n)	Persen(%)
Fekuensi atau rentang waktu perhari	45 kali	79	48,76%
	85 kali	83	51,23%
Jumlah		162	100%

D. Subjek berdasarkan Durasi setiap mengakses sosial media

Data APJII yang dirilis berdasarkan data rata-rata pengguna internet oleh masyarakat Indonesia adalah 1-3 jam, 4-6 jam, dan 7-8 jam (dalam Setiawan, 2018). Berdasarkan durasi setiap mengakses sosial media, hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa jumlah kategori 1-3 jam sebanyak 28 orang dengan persentasen 17,28%, jumlah kategori 4-6 jam sebanyak 43 orang dengan persentasen 26,54% dan jumlah kategori 7-8 jam sebanyak 91 orang dengan persentase 56,17%. sebagaimana yang terdapat pada tabel 4.4 dibawah ini.

Tabel 4.4

Data Demografi Responden Durasi setiap mengakses sosial media

Deskriptif	Kategori	Jumlah(n)	Persen(%)
Durasi setiap mengakses sosial Media	1-3 jam	28	17,28%
	4-6 jam	43	26,54%
	7-8 jam	91	56,17%
Jumlah		162	100%

B. Hasil Penelitian

1. Kategorisasi Data Penelitian

Pada penelitian ini pembagian kategori sampel yang digunakan peneliti merupakan kategorisasi berdasarkan model distribusi normal yaitu dengan

kategorisasi jenjang atau ordinal. Pada skala pengukuran ordinal ini memberikan informasi tentang jumlah yang relatif karakteristiknya berbeda yang dimiliki oleh suatu subjek atau individu tertentu. Tingkat pengukuran ini juga akan memberikan informasi yang jelas mengenai apakah suatu objek memiliki karakteristik yang lebih atau kurang tetapi bukan pada berapa banyak kekurangan dan kelebihanannya (Noor, 2011). Deskripsi data hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang dan kategori tinggi.

a. Skala Kepuasan Hidup

Analisis data deskriptif pada penelitian ini dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik yang mungkin terjadi sedangkan data empiris berdasarkan kenyataan di lapangan dari variabel Kepuasan Hidup. Berikut ini deskripsi data hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.5
Deskripsi Data Penelitian Skala Kepuasan Hidup

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Means	SD	Xmaks	Xmin	Means	SD
Kepuasan Hidup	270	54	162	36	257	81	183,1	55,3

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

Xmin (Skor minimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban

Xmaks (Skor maksimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban

M (Mean) = Dengan rumus μ (skor maks + skor min) : 2

SD (Standar Deviasi) = Dengan rumus s (skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan hasil statistik penelitian ini yang terdapat pada Tabel 4.5 hasil analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 54, jawaban maksimal adalah 270, hasil means 162 dan standar deviasi adalah 36. Sedangkan data empiric menunjukkan jawaban minimal 81, maksimal 257, means 183,1 dan standar deviasi 55,3. Maka deskripsi data hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan metode ordinal. Berikut ini rumus pengkategorian pada skala Kepuasan Hidup ialah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < M - 1SD \\ \text{Sedang} &= M - 1SD \leq X < M + 1SD \\ \text{Tinggi} &= M + 1SD \leq X \end{aligned}$$

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan maka didapatkan hasil kategorisasi Kepuasan Hidup pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.6
Kategorisasi Skala Kepuasan Hidup

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 127,8$	39	24,1%
Sedang	$127,8 \leq X < 238,4$	103	63,6%
Tinggi	$238,4 \leq X$	20	12,3%
Jumlah		162	100%

Berdasarkan tabel 4.6 maka hasil kategori pada skala FoMO yang didapatkan menunjukkan bahwa remaja pengguna sosial di Gampong Blang Baro Kabupaten Aceh Jaya memiliki tingkat Kepuasan Hidup yang berada pada kategori tinggi

sebanyak 20 orang (12,3%), yang berada pada kategori sedang sebanyak 103 orang (63,6%), Sedangkan rendah sebanyak 39 orang (24,1%).

b. Skala *Fear Of Missing Out* (FoMO)

Analisis data deskriptif pada penelitian ini dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik yang mungkin terjadi sedangkan data empiris berdasarkan kenyataan di lapangan dari variabel FoMO. Berikut ini deskripsi data hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.7
Deskripsi Data Penelitian Skala FoMO

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Means	SD	Xmaks	Xmin	Means	SD
FoMO	50	10	30	6,67	50	15	36,67	9,02

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

Xmin (Skor minimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban

Xmaks (Skor maksimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban

M (*Mean*) = Dengan rumus μ (skor maks + skor min) : 2

SD (Standar Deviasi) = Dengan rumus s (skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan hasil statistik penelitian ini yang terdapat pada Tabel 4.7 hasil analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 10, jawaban maksimal adalah 50, hasil means 30 dan standar deviasi adalah 6,67. Sedangkan data empirik menunjukkan jawaban minimal 15, maksimal 50, means 36,6 dan standar deviasi 9,02. Maka deskripsi data hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori yaitu

tinggi, sedang dan rendah dengan metode ordinal. Berikut ini rumus pengkategorian pada skala FoMO ialah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < M - 1SD \\ \text{Sedang} &= M - 1SD \leq X < M + 1SD \\ \text{Tinggi} &= M + 1SD \leq X \end{aligned}$$

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan maka didapatkan hasil kategorisasi FoMO pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.8
Kategorisasi Skala FoMO

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 27,65$	36	22,2%
Sedang	$27,65 \leq X < 45,65$	105	64,8%
Tinggi	$45,69 \leq X$	21	13,0%
Jumlah		162	100%

Berdasarkan tabel 4.8 maka hasil kategori pada skala FoMO yang didapatkan menunjukkan bahwa remaja pengguna sosial di Gampong Blang Baro Kabupaten Aceh Jaya memiliki tingkat FoMO yang berada pada kategori yang berada kategori tinggi sebanyak 21 orang (13,0%) sedang sebanyak 105 orang (64,8%) Sedangkan yang berada pada kategori rendah sebanyak 36 orang (22,2%).

2. Uji Prasyarat

Sebelum melakukan uji hipotesis, maka dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu. Uji prasyarat ini peneliti melakukan dua pengujian yaitu uji normalitas dan uji linearitas hubungan.

a. Uji Normalitas

pada uji normalitas ini dilakukan untuk melihat apakah data tersebut terdistribusi normal atau tidak. Jika data yang dihasilkan tidak terdistribusi normal maka analisis data tersebut tidak dapat digunakan. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji teknik statistik *skewness* dan *kurtosis* dari program SPSS *version 22 for windows*. Uji normalitas pada masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.9
Hasil Uji Normalitas

Variabel Penelitian	Skewness	Kurtosis
Kepuasan Hidup	- 0, 626	- 0, 1,030
<i>Fear Of Missing Out</i>	- 0,728	- 0,499

Berdasarkan tabel diatas memperlihatkan bahwa variabel *fear of missing out* dan kepuasan hidup berdistribusi normal dapat dilihat dari nilai normalitas kedua variabel tersebut yang melebihi dari -2 sampai dengan +2.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dua variabel dan membentuk garis lurus linier. Uji linier dilakukan untuk membuktikan bahwa masing-masing variabel bebas mempunyai hubungan linieritas dengan variabel terikat. Uji linieritas yang dilakukan menggunakan SPSS memakai *F deviation from liniarity*, Dua variabel mempunyai hubungan linear bila nilai signifikan ($p \leq 0,05$) Untuk hasil uji linearitas bisa dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.10

Hasil Uji Linearitas Hubungan

Variabel Penelitian	F Linearity	p
Kepuasan Hidup dengan FoMO	0,1219,236	0,000

Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah disebutkan pada tabel diatas yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS maka diperoleh hasil *linearity* dengan *F Linearity* = 0,1219,236 dengan nilai $p = 0,000$ dari p tabel nilai signifikan ($p \leq 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel FoMO dengan variabel Kepuasan Hidup.

3. Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi semua uji prasyarat maka selanjutnya melakukan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *product momen pearson*. Metode ini digunakan untuk menganalisis hubungan Kepuasan hidup dengan FoMO. Berikut ini tabel hasil analisis *Product momen pearson*.

Tabel 4.11

Hasil Uji Hipotesis Data Penelitian

Variabel	r	p
Kepuasan Hidup dengan FoMO	0,875	0,000

Berdasarkan tabel diatas, maka hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi 0,875 dan nilai signifikan 0,000. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikan $\leq 0,05$ yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya. Maka dapat diartikan uji hipotesis dalam penelitian ini diterima namun arah hubungannya bertolak belakang

atau berbeda dari hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Sumbangan relatif hasil penelitian kedua variabel dapat di lihat pada tabel 4. 12.

Tabel 4.12
Analisis Measure of Association

Variabel	r^2
Kepuasan Hidup dengan FoMO	0,766

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas menunjukkan bahwa penelitian ini memperoleh sumbangan relatif antara kedua variabel yaitu $r^2 = 0,766$ atau 76,6% yang artinya terdapat pengaruh Kepuasan Hidup terhadap FoMO. Sementara sisa sebesar 23,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* pada remaja pengguna media sosial di Gampong Blang Baro Kabupaten Aceh Jaya. Setelah dilakukan uji korelasi *product moment* dari pearson, maka diperoleh koefesien korelasi sebesar 0,875 dengan taraf signifikan $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikasi antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* yang berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima namun arah hubungannya bertolak belakang atau berbeda berbeda dari hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian data empirik pada variabel kepuasan hidup dikategori rendah sebanyak 39 remaja (24,1%), termasuk kategori sedang sebanyak 103 remaja (63,6%) dan sebanyak 20 remaja (12,3%) termasuk kategori tinggi.

Sedangkan Hasil kategorisasi pada variabel *fear of missing out* menunjukkan bahwa kategori rendah sebanyak sebanyak 36 remaja (22,2%) Dapat diartikan remaja yang memiliki kategori rendah yaitu remaja yang tidak begitu sibuk dengan dunia sosial media, termasuk kategorin sedang sebanyak 105 remaja (64,8%) dapat diartikan bahwa remaja tersebut bisa menyeimbangi aktifitasnya sehingga tidak begitu sibuk dengan sosial media dan sebanyak 21 remaja (13,0%) termasuk kategori tinggi, yang memiliki kategori tinggi dapat diartikan bahwa remaja tersebut lebih sering menggunakan sosial media dari pada hal lainnya.

Dimana dalam penelitian ini peneliti mengambil Responden sebanyak 162 penelitian ini berada pada usia 14-21 tahun. Banyaknya frekuensi remaja yang mengakses sosial media dalam sehari-hari melebihi 45 kali bahkan ada yang 85 kali. Pada usia remaja ini sangat diwaspadai dalam penggunaan sosial media sehingga dapat membawa dampak negatif dalam media sosial media.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Jood (2017) Dengan judul hubungan kepuasan hidup dengan *fear of missing out* pada mahasiswa. Hasil analisis data menggunakan korelasi *product moment* dari pearson menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar 0, 877 dengan taraf signifikansi 0,000 yang bearti Terdapat hubungan positif dan signifikan antara kepuasan hidup dan *fear of missing out* meskipun dalam hal ini kepuasan hidup menyumbangkan pengaruh yang kecil sebesar 10,93% terhadap *fear of missing out*. Walaupun pengaruhnya kecil tetapi hipotesis dalam penelitian ini tetap diterima namun bertolak belakang atau berbeda dengan hipotesis yang diajukan.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Allen (2016) Jika individu merasa bahagia, bisa menyelesaikan semua kegiatannya dengan baik, memiliki kehidupan sosial dan memiliki tujuan hidup. Maka individu tersebut merasa puas dengan hidupnya sehingga individu tersebut semakin ingin mencapai kepuasan hidup yang lebih tinggi lagi, dalam hal ini dapat dicapai juga dengan tingginya *fear of missing out* begitu juga sebaliknya.

Hasil analisis pada penelitian ini juga menunjukkan sumbangan relatif dari kedua variabel yang dapat dilihat dari analisis *Meansure of Associantion*. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa nilai $r \text{ Square } (r^2) = 0,766$ atau 76,6% yang artinya terdapat peran atau pengaruh antara variabel kepuasan hidup terhadap variabel *fear of missing out*, sementara 23,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut yaitu kepuasan hidup dengan *fear of missing out* merupakan dua hal yang berpengaruh, sehingga kepuasan hidup memiliki kontribusi besar terhadap *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh jaya.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu pendekatan secara kuantitatif yang digunakan hanya diinterpretasikan kedalam angka dan persentase yang kemudian dideskribusikan berdasarkan hasil yang diperoleh, sehingga tidak mampu melihat secara lebih luas dinamika psikologi. Penyebaran skala yang dilakukan ialah membagi kuesioner secara langsung kepada remaja Gampong Blang Baroe

Kabupaten Aceh Jaya, dan setelah responden mengisi barulah peneliti bisa mengolah data yang sesuai dengan jawaban responden.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh koefisien korelasi sebesar (r) 0,875 dengan taraf signifikan 0,000 ($p \leq 0,005$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kepuasan hidup dengan *fear of missing out* remaja pengguna sosial media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya. Maka dapat diartikan uji hipotesis dalam penelitian ini diterima namun arah hubungannya yang bertolak belakang atau berbeda. Berdasarkan analisis *Measure of Association* bahwa nilai $r^2 = 0,766$ atau 76,6% yang artinya terdapat pengaruh Kepuasan Hidup terhadap FoMO. Sementara sisa sebesar 23,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

B. Saran

Beberapa saran yang dapat penelitian sampaikan untuk kepentingan praktis dan teoritis bagi yang akan meneliti dengan variabel serupa adalah:

1. Bagi remaja

Pentingnya mencapai kepuasan hidup dan mampu mengatasi agar tidak mengguna sosial media berlebihan, jika menggunakan sosial media berlebihan akan mengalami dampak *fear of missing out* (FoMO) pada diri subjek sendiri.

2. Bagi Masyarakat

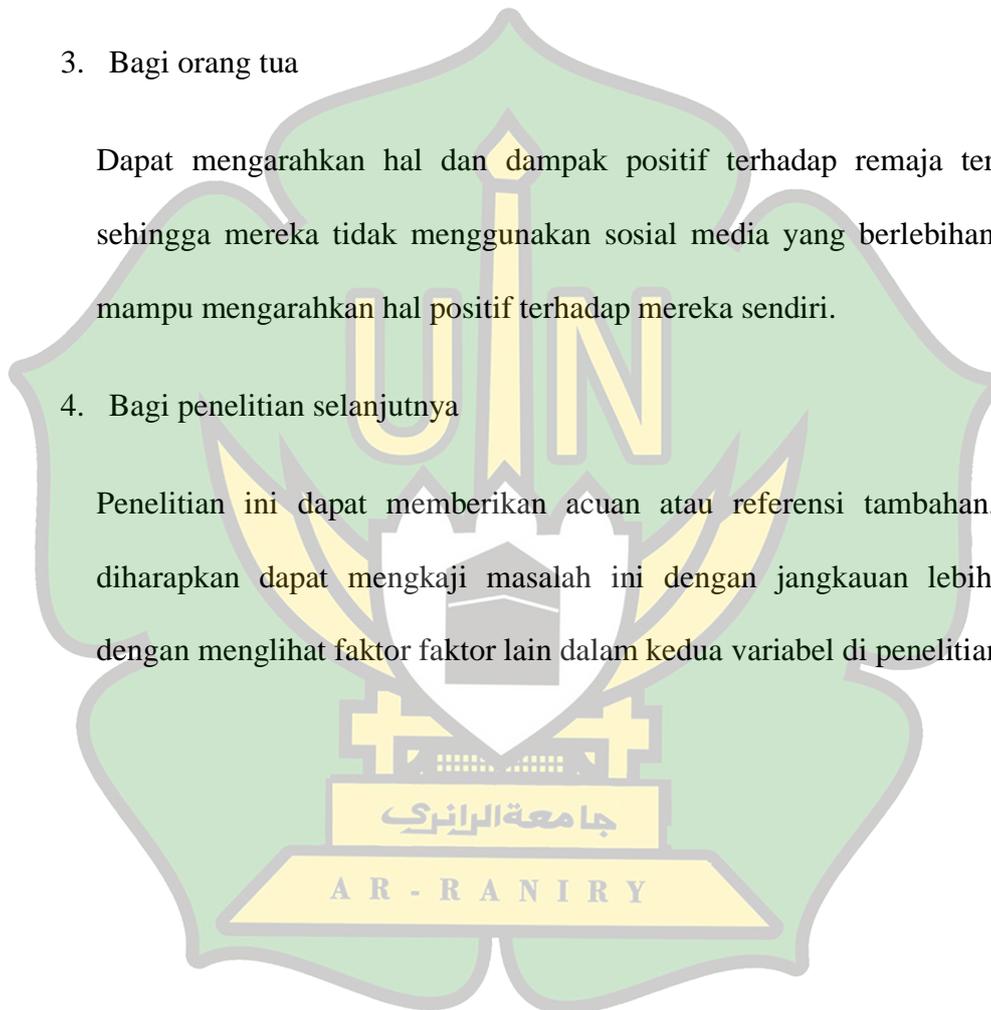
Memberi wawasan yang luas, pengetahuan yang luas serta untuk meningkatkan kesadaran terhadap masyarakat pengguna sosial media yang berlebihan dikalangan kehidupan kita saat ini.

3. Bagi orang tua

Dapat mengarahkan hal dan dampak positif terhadap remaja tersebut sehingga mereka tidak menggunakan sosial media yang berlebihan, dan mampu mengarahkan hal positif terhadap mereka sendiri.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan acuan atau referensi tambahan, dan diharapkan dapat mengkaji masalah ini dengan jangkauan lebih luas dengan melihat faktor faktor lain dalam kedua variabel di penelitian ini.



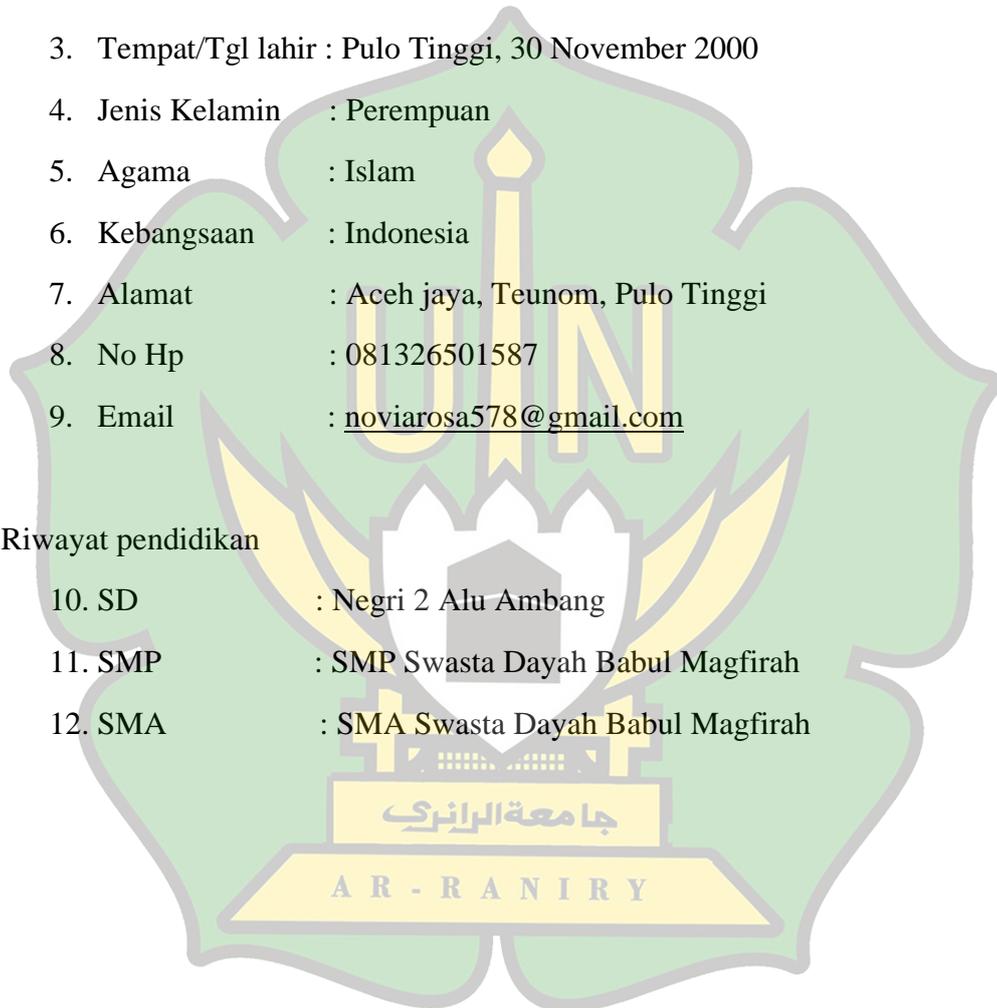
DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas diri

1. Nama : Novia Rosa
2. Nim : 180901088
3. Tempat/Tgl lahir : Pulo Tinggi, 30 November 2000
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Aceh jaya, Teunom, Pulo Tinggi
8. No Hp : 081326501587
9. Email : noviarosa578@gmail.com

Riwayat pendidikan

10. SD : Negri 2 Alu Ambang
11. SMP : SMP Swasta Dayah Babul Magfirah
12. SMA : SMA Swasta Dayah Babul Magfirah



SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY
Nomor : B-215/Un.08/FPsi/Kp.00.4/03/2022
TENTANG
PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2021/2022
PADA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi Mahasiswa Semester Genap Tahun Akademik 2021/2022 pada Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, dipandang perlu menetapkan pembimbing skripsi;
b. Bahwa nama yang tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap diberi tugas sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 40 Tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
12. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor: 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
13. Hasil Penetapan Ketua Prodi Psikologi tanggal 25 Februari 2022.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** : Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi tentang Pembimbing Skripsi.
- Pertama** : Menunjuk Saudara 1. Julianto, S.Ag., M.Si Sebagai Pembimbing Pertama
2. Iyulen Pebry Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog Sebagai Pembimbing Kedua
- Untuk membimbing Skripsi:
- Nama : Novia Rosa
NIM/Prodi : 180901088 / Psikologi
Judul : Hubungan antara Kepuasan Hidup dengan *Fear of Missing Out* Remaja Pengguna Sosial Media di Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya
- Kedua** : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga** : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2022.
- Keempat** : Surat Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan, sesuai dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan Surat Keputusan ini.
- Kelima** : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 4 Maret 2022 M
1 Sya ban 1443 H

Dekan Fakultas Psikologi,



Salami

- Tembusan :
1. Rektor UIN Ar-Raniry,
 2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry,
 3. Pembimbing Skripsi,
 4. Yang bersangkutan.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-
RANIRY FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma

Darussalam Banda Aceh Telepon :
0651- 7557321, Email : uin@ar-
raniry.ac.id

Nomor : B-666/Un.08/FPsi.I
/PP.00.9/6/2022 Lamp : -
Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,

Kepala Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya

Assalamu'alaikum Wr.Wb,

Pimpinan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **Novia Rosa / 180901088**

Semester/Jurusan : VIII / Psikologi

Alamat sekarang : Ulekareng

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Psikologi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul *Hubungan Kepuasan Hidup dengan Fear of Missing Out Remaja Gampong Blang Baroe Kabupaten Aceh Jaya*

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 16 Juni 2022an, Dekan

Wakil Dekan

Bidang Akademik dan
Kelembagaan,

AR-RANIRY



Berlaku sampai : 30 Juni 2022

Jasmadi, S.Psi., M.A., Psikolog.



PEMERINTAH KABUPATEN ACEH JAYA
KECAMATAN TEUNOM
SEKRETARIAT GAMPONG BLANG BARO
Jalan : Teunom - Pasie Raya Dusun Masa Jaya Gampong Blang Baro, Km. 03 Kode Pos 23653
BLANG BARO

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : 164/SK/VII/2022

Sekretaris Gampong Blang Baro Kecamatan Teunom Kabupaten Aceh Jaya
Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **NOVIA ROSSA**
Nim : 180901088
Fakultas : Psikologi

Saudari yang tersebut nama diatas benar telah melakukan penelitian di Gampong Blang Baro Kecamatan Teunom Kabupaten Aceh Jaya, dengan judul skripsi **Hubungan Antara Kepuasan Hidup Dengan Fear Off Missing Out Remaja Pengguna Sosial Media Di Gampong Blang Baro Kecamatan Teunom Kabupaten Aceh Jaya.**

Demikian Surat Keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya dan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Blang Baro, 04 Juli 2022
Sekretaris Gampong Blang Baro


ZAINUDDIN

AR-RANIRY



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-
RANIRY BANDA ACEH
2022

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya Novia Rosa Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, saat ini sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Strata (S1). Untuk itu saya mohon bantuan kepada saudara (i) untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi skala, jika saudara (i) memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Remaja Gampong Blang Baroe Aceh Jaya
2. Remaja yang menggunakan sosial media

Data dan informasi yang telah diberikan akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan dijamin kerahasiannya. Atas kesediaan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,
Peneliti

Novia Rosa

DATA DIRI RESPONDEN

Nama Inisial :

Usia :Tahun

Alamat :

jenis Kelamin :

Sekolah :

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat beberapa pertanyaan tentang diri anda, anda diberikan 4 dan 5 pilihan jawaban diantaranya sebagai berikut:

KETERANGAN :

SB = Benar Sekali

B = Benar

KK = Kadang Kadang

TB = Tidak Benar

SSTB = Sama Sekali Tidak Benar

Berikan tanda “√” Pada salah satu pilihan yang sesuai dengan anda. Isilah pernyataan ini dengan jujur yang benar-benar sesuai dengan keadaan diri anda, bukan dengan apa yang seharusnya atau karena dipengaruhi orang lain, pengisian ini tidak ada hubungan atau mempengaruhi nilai akademik anda.

Contoh 1 :

No	Pernyataan	Benar sekali	Benar	Kadang Kadang	Tidak benar	Sama Sekali Tidak Benar
1	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga dari pada saya	√				

Selamat Mengerjakan dan Jangan Lupa Baca Bismillah

Skala 1

No	Pernyataan	Benar sekali	Benar	Kadang-kadang	tidak Benar	Sama Sekali Tidak Benar
1	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga dari pada saya					
2	Saya takut teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga dari pada saya					
3	Saya khawatir ketika saya mengetahui teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya					
4	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya					
5	Penting bagi saya untuk memahami teman-teman saya "dalam lelucon"					
6	6.Terkadang, saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti dengan apa yang sedang terjadi					
7	Saya terganggu ketika melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman saya					

8	Ketika saya bersenang-senang, penting bagi saya untuk membagikannya secara online (misalnya memperbarui status)					
9	Ketika saya melewatkan kumpul-kumpul yang direncanakan, itu mengganggu saya					
10	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya					

Selamat Mengerjakan dan Jangan Lupa Baca Bismillah

Skala 2 :

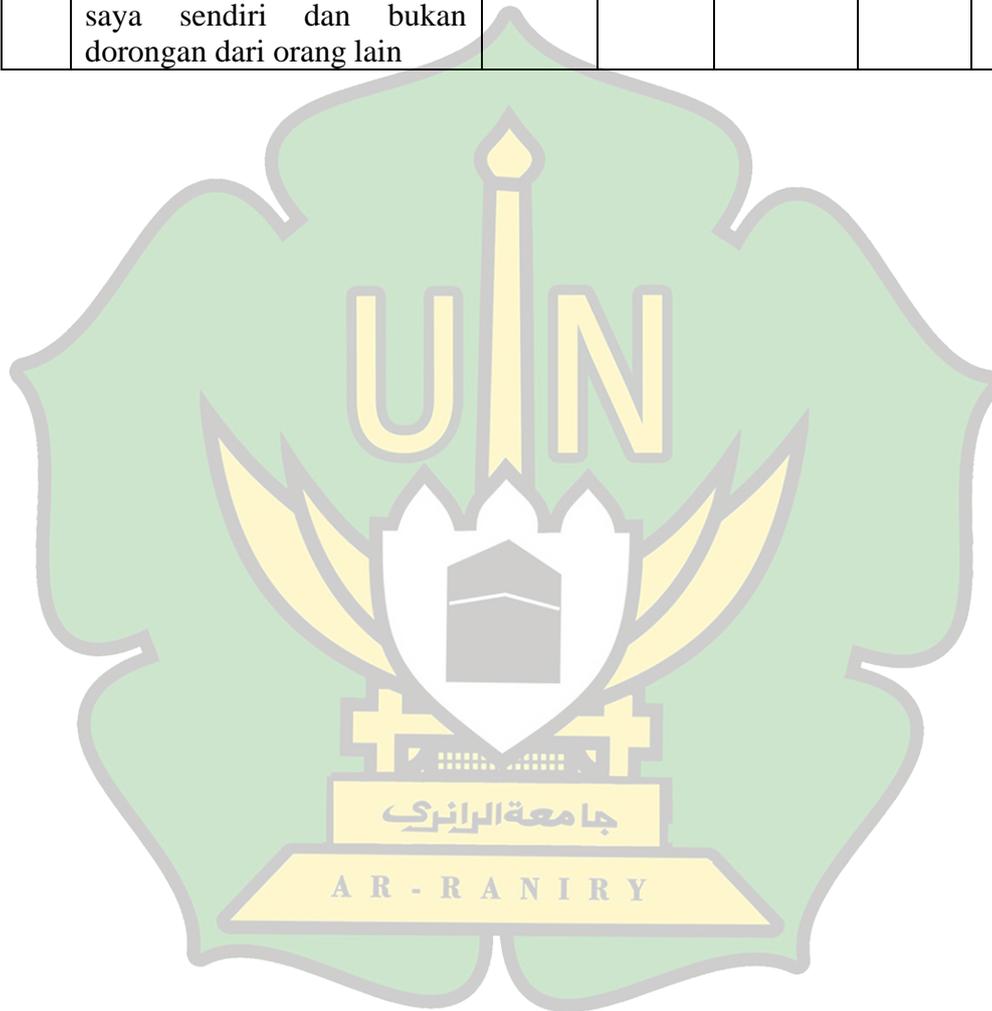
No	Pernyataan	Benar sekali	Benar	Kadang-kadang	Tidak benar	Sama sekali tidak benar
1	Saya bersikap positif terhadap diri saya, dengan apapun tampilan fisik yang saya miliki					
2	Saya tidak peduli tentang kesehatan orang lain					
3	Ketika saya sedang emosi dengan teman, saya bisa menguasai emosi walaupun dalam keadaan yang tidak baik-baik saja					
4	Saya menjalani hidup apa adanya tanpa ada tujuan yang jelas					
5	Jika ada kawan yang mengajak saya untuk pergi ke warung kopi saya mampu menolaknya demi mengerjakan pr saya					
6	jika masa lalu bisa diubah saya ingin menjadi orang lain					
7	Saya memiliki tujuan hidup dengan melanjutkan kuliah agar masa depan saya lebih cerah					

8	Saya tidak bisa membangun hubungan yang memuaskan dengan orang disekitar saya					
9	Saya yakin semester ini nilai saya lebih baik dari sebelumnya karena saya belajar keras					
10	Menurut saya orang yang malas tidak akan pernah bisa berubah					
11	Saya tidak melakukan apapun walaupun ujian udah didepan mata					
12	Saya adalah orang yang baik					
13	Saya tidak tertarik dengan kegiatan ekstrakurikuler					
14	Saya sangat mudah menyayangi orang yang baru saya kenal					
15	pekerjaan saya tidak selesai jika tidak ada yang mengingatkan					
16	Hidup saya mengalir begitu saja tanpa ada tujuan yang jelas					
17	Saya mengubah prilaku diri karena dorongan dalam diri saya sendiri					
18	Saya tidak bisa mengerjakan pekerjaan dalam waktu bersamaan					
19	Saya tidak prihatin terhadap musibah yang dialami oleh kerabat saya					
20	Saya memiliki hubungan yang hangat dengan keluarga saya					
21	Saya memiliki target dalam hidup untuk menjadi orang sukses					
22	Saya gak yakin jika nilai semester ini lebih baik dari sebelumnya karena saya tidak ada waktu untuk belajar					

23	Saya menyelesaikan tugas tanpa harus diingatkan oleh orang lain					
24	Sulit bagi saya membangun hubungan dekat dengan orang lain					
25	Saya senang mencari pengalaman baru dengan mengikuti kegiatan lain selain belajar disekolah					
26	Kehidupan saya dimasa lalu tidak ada pelajaran yang bisa saya ambil untuk kehidupan dimasa sekarang					
27	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian saya dalam hidup					
28	Saya percaya dengan teman-teman disekitar saya					
29	Ketika saya ada masalah saya tidak bisa menyelesaikannya					
30	Saya tidak berani mengeluarkan pendapat yang bertentangan dengan orang lain					
31	Saya merasa terganggu ketika ada orang yang menceritakan masalah yang dihadapinya					
32	Ketika ujian tiba saya membersihkan seluruh kamar saya agar ketika saya belajar saya nyaman					
33	Saya menerima diri saya tanpa perlu membandingkan diri saya dengan orang lain					
34	Saya yakin perkembangan saya disekolah telah mencapai pribadi yang baik dari waktu kewaktu(F)					
35	Saya yakin dengan belajar keras saat ini dikemudian hari saya akan sukses					
36	Mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain					

	adalah hal yang sulit untuk saya					
37	Saya masih bisa menjadi orang baik dari hari ini					
38	Saya menghafal al-gur'an karena disuruh oleh orang tua saya					
39	Saya tidak begitu tertarik dengan peluang biasiswa yang ada disekolah saya					
40	Saya merasa pengalaman yang terjadi dimasa lalu adalah hal yang baik untuk saya					
41	Saya merasa sedih terhadap masalah yang dialami teman saya					
42	Jika teman mengkritik pakaian saya, saya langsung menggantikan pakaian saya					
43	Ketika ada waktu kosong saya langsung mengerjakan pr saya					
44	orang-orang disekitar saya tidak bisa dipercaya					
45	Tidak ada guna belajar keras karena yang sukses hanya orang-orang kaya saja					
46	Saya adalah orang yang tidak memiliki kelebihan apapun					
47	Saya puas akan hubungan saya dengan teman disekolah saya					
48	Saya mendengar dengan serius ketika ada teman yang curhat					
49	Saya merasa kehidupan saya saat ini begitu bermakna					
50	Saya mampu menyelesaikan pr sekolah tepat waktu sambil menjalankan aktivitas ekstrakurikuler					
51	Penting bagi saya memperhatikan kebahagiaan teman disekitar saya					

52	Saya merasa bahwa perkembangan saya disekolah belum benar-benar maksimal seperti orang lain					
53	Saya menyalahkan diri sendiri setiap kali saya menghadapi ke gagalan					
54	Saya belajar karna keinginan saya sendiri dan bukan dorongan dari orang lain					



Tabulasi Fear of Missing Out (FoMO)

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Total
1	3	3	3	4	5	5	3	4	4	5	39
2	4	4	4	2	4	4	2	2	4	4	34
3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	25
4	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	41
5	5	5	5	4	5	3	1	4	4	4	40
6	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	45
7	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	40
8	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
9	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
10	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	33
11	4	2	2	5	5	5	4	4	2	4	37
12	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	36
13	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	44
14	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	43
15	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
16	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
17	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
18	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
19	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
20	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46
21	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46

22	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
23	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
24	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	43
25	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
26	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
27	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
28	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
29	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
30	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
31	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
32	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
33	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
34	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
35	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
36	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
37	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
38	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
39	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
40	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	34
41	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
42	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
43	3	2	2	2	4	4	3	3	2	4	29
44	3	2	2	2	4	4	2	2	2	4	27

45	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
46	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
47	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
48	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24
49	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24
50	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	22
51	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	20
52	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
53	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
54	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	15
55	3	3	3	4	5	5	3	4	4	5	39
56	4	4	4	2	4	4	2	2	4	4	34
57	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	25
58	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	41
59	5	5	5	4	5	3	1	4	4	4	40
60	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	45
61	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	40
62	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
63	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
64	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	33
65	4	2	2	5	5	5	4	4	2	4	37
66	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	36

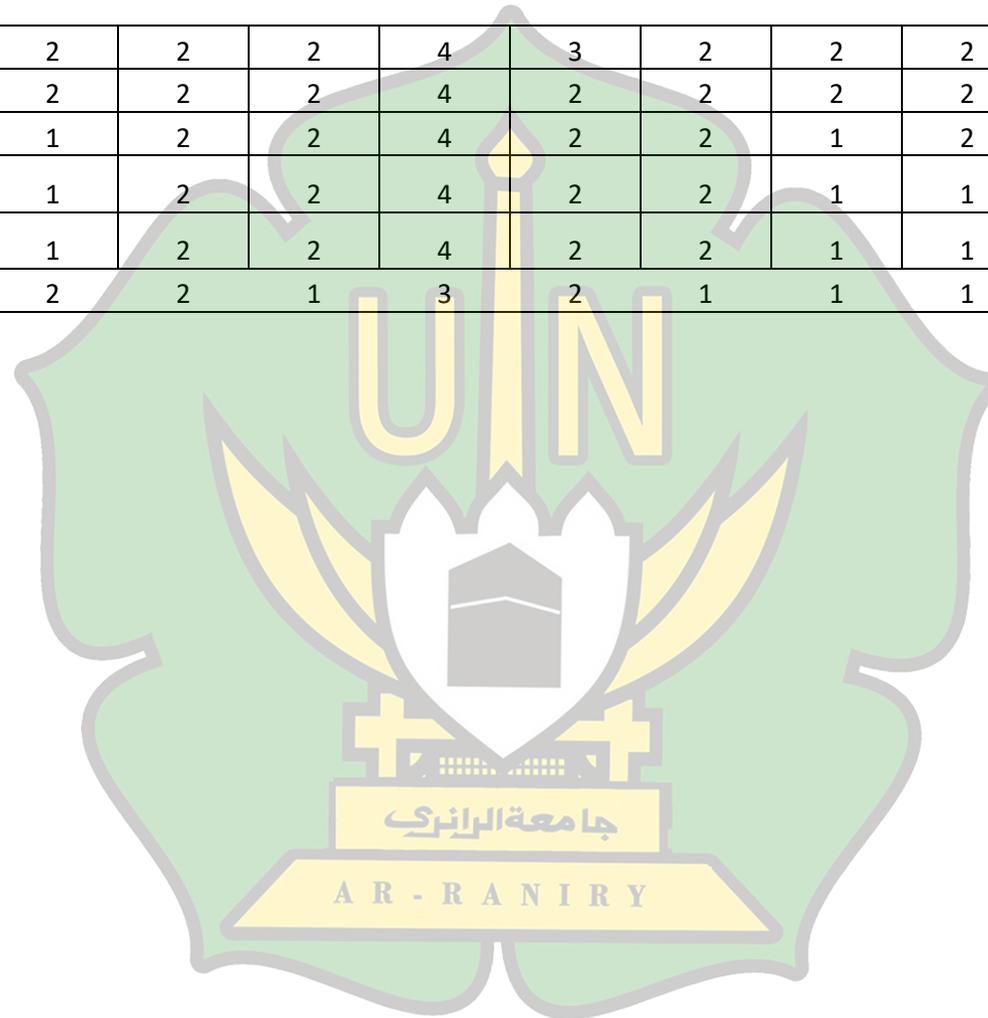
67	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	44
68	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	43
69	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
70	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
71	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
72	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
73	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
74	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46
75	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46
76	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
77	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
78	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	43
79	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
80	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
81	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
82	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
83	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
84	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
85	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
86	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
87	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
88	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41

89	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
90	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
91	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
92	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
93	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
94	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	34
95	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
96	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
97	3	2	2	2	4	4	3	3	2	4	29
98	3	2	2	2	4	4	2	2	2	4	27
99	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
100	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
101	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
102	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24
103	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24
104	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	22
105	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	20
106	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
107	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
108	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	15
109	3	3	3	4	5	5	3	4	4	5	39
110	4	4	4	2	4	4	2	2	4	4	34
111	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	25

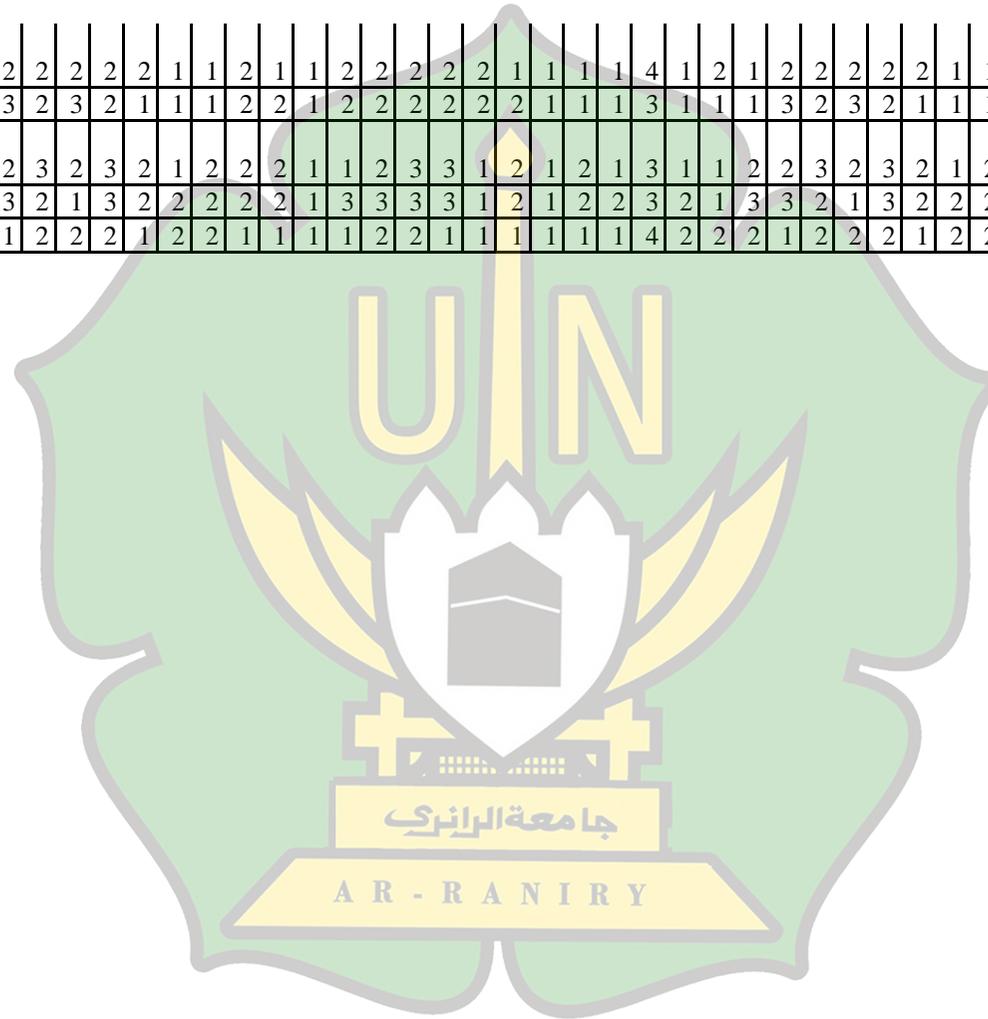
112	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	41
113	5	5	5	4	5	3	1	4	4	4	40
114	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	45
115	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	40
116	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
117	4	4	4	2	5	5	5	4	4	4	41
118	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	33
119	4	2	2	5	5	5	4	4	2	4	37
120	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	36
121	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	44
122	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	43
123	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
124	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
125	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
126	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
127	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	48
128	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46
129	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	46
130	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
131	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	45
132	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	43
133	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42

134	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
135	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	42
136	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
137	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
138	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
139	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
140	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
141	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
142	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
143	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41
144	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
145	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	40
146	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
147	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	35
148	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	34
149	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
150	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	31
151	3	2	2	2	4	4	3	3	2	4	29
152	3	2	2	2	4	4	2	2	2	4	27
153	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
154	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
155	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	25
156	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24

157	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	24
158	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	22
159	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	20
160	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
161	1	1	2	2	4	2	2	1	1	2	18
162	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	15



1	1	2	2	1	4	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	4	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	10					
1	1	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	2	3	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	1	1	1	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	82			
1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	3	3	1	2	1	2	1	3	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	3	1	2	1	2	1	10
1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	1	3	3	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	2	88
1	2	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	82					



UJI Reabilitas (*fear of missing out*)

Scale all variabel

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.967	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	33.07	63.908	.931	.960
VAR00002	33.26	63.510	.894	.961
VAR00003	33.07	64.727	.895	.961
VAR00004	33.30	65.464	.793	.965
VAR00005	32.09	73.538	.842	.967
VAR00006	32.74	67.982	.833	.964
VAR00007	33.17	64.575	.827	.964
VAR00008	33.35	65.111	.881	.962
VAR00009	33.35	65.298	.903	.961
VAR00010	32.59	68.516	.815	.964

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
36.67	81.503	9.028	10

UJI Reabilitas (Kepuasan hidup)

Scale all variabel

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.993	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	179.67	2945.936	.844	.993
VAR00002	180.06	2948.530	.840	.993
VAR00003	180.23	2976.438	.777	.993
VAR00004	180.12	2971.607	.805	.993
VAR00005	178.99	2982.658	.734	.993
VAR00006	178.80	2989.315	.692	.993
VAR00007	178.84	2979.527	.733	.993
VAR00008	180.04	2935.247	.835	.993
VAR00009	180.19	2935.460	.859	.993
VAR00010	180.40	2940.278	.853	.993
VAR00011	179.32	2965.747	.731	.993
VAR00012	179.21	2960.664	.799	.993
VAR00013	179.52	2963.779	.827	.993
VAR00014	179.78	2938.804	.904	.993
VAR00015	180.14	2965.360	.873	.993
VAR00016	179.49	2958.885	.875	.993
VAR00017	179.67	2923.787	.915	.993
VAR00018	179.80	2955.700	.871	.993
VAR00019	179.95	2957.985	.786	.993
VAR00020	179.90	2948.132	.907	.993
VAR00021	179.64	2930.544	.928	.993
VAR00022	180.25	2951.255	.923	.993
VAR00023	180.12	2952.440	.888	.993
VAR00024	179.28	2982.018	.807	.993
VAR00025	179.38	2937.553	.887	.993
VAR00026	179.97	2936.428	.851	.993
VAR00027	180.01	2924.130	.897	.993
VAR00028	179.75	2905.892	.948	.993

VAR00029	180.01	2909.708	.932	.993
VAR00030	179.82	2904.943	.926	.993
VAR00031	179.97	2900.912	.943	.993
VAR00032	171.39	2969.558	.350	.993
VAR00033	180.40	2940.278	.853	.993
VAR00034	179.32	2965.747	.731	.993
VAR00035	179.21	2960.664	.799	.993
VAR00036	179.52	2963.779	.827	.993
VAR00037	179.78	2938.804	.904	.993
VAR00038	180.14	2965.360	.873	.993
VAR00039	179.49	2958.885	.875	.993
VAR00040	179.67	2923.787	.915	.993
VAR00041	179.80	2955.700	.871	.993
VAR00042	179.95	2957.985	.786	.993
VAR00043	179.90	2948.132	.907	.993
VAR00044	179.64	2930.544	.928	.993
VAR00045	180.25	2951.255	.923	.993
VAR00046	180.12	2952.440	.888	.993
VAR00047	179.28	2982.018	.807	.993
VAR00048	179.38	2937.553	.887	.993
VAR00049	179.97	2936.428	.851	.993
VAR00050	180.01	2924.130	.897	.993
VAR00051	179.75	2905.892	.948	.993
VAR00052	180.01	2909.708	.932	.993
VAR00053	179.82	2904.943	.926	.993
VAR00054	179.97	2900.912	.943	.993

AR - RANIRY

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
183.15	3058.939	55.308	54

Uji Normalitas

Statistics

		Kepuasan Hidup	FoMO
N	Valid	162	162
	Missing	0	0
Mean		183.15	36.64
Std. Deviation		55.308	9.065
Skewness		-.626	-.728
Std. Error of Skewness		.191	.191
Kurtosis		-1.030	-.499
Std. Error of Kurtosis		.379	.379
Minimum		81	15
Maximum		257	50

Uji linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
kp	Betwe	(Comb	450074.64	24	18753.110	60.573	.000
*	en	ined)					
fm	Groups	Linear	377469.18	1	377469.180	1219.23	.000
		ity				6	
		Deviat					
		ion	72605.467	23	3156.759	10.196	.000
		from					
		Linear					
		ity					
Within Groups			42414.495	137	309.595		
Total			492489.14	161			
			2				

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kp * fm	.875	.766	.956	.914

Uji hipotesis/Correlation

Correlations

		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Pearson Correlation	1	.875**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	162	162
VAR00002	Pearson Correlation	.875**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	162	162

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

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kepuasan Hidup (X)	162	81.00	257.00	183.1543	55.30767
FOMO (Y)	162	15.00	50.00	36.6667	9.02791
Valid N (listwise)	162				

Frequency table

Kepuasan hidup

kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	39	24.1	24.1	24.1
	sedang	103	63.6	63.6	87.7
	tinggi	20	12.3	12.3	100.0
	Total	162	100.0	100.0	

Fear of missing out (FoMO)

Kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	36	22.2	22.2	22.2
	sedang	105	64.8	64.8	87.0
	tinggi	21	13.0	13.0	100.0
	Total	162	100.0	100.0	