

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN  
*FEAR OF MISSING OUT* PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA  
SOSIAL DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

Oleh :

**Lathiifa Dinar**

NIM 20200710096

**PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM  
FAKULTAS AGAMA ISLAM  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2024**

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL DI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada program pendidikan Strata Satu (S-1),  
Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas  
Muhammdiyah Yogyakarta

Oleh :

**Lathiifa Dinar**

NIM : 20200710096

**FAKULTAS AGAMA ISLAM  
PROGAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2024**

## NOTA DINAS

Lamp :

Hal :

Yogyakarta, 10 Juli 2024

Kepada Yth.

Ketua Progam Studi Pendidikan Agama Islam

Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr:wb*

Setelah meneiram dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya berpendapat bahwa skripsi Saudara :

Nama : Lathiifa Dinar

NIM : 20200710096

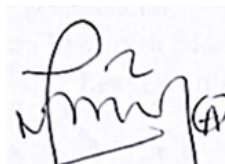
Judul : **Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan *Fear Of Missing Out* Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

telah memenuhi syarat untuk diajukan pada ujian akhir tingkat sarjana Progam Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Bersama ini saya sampaikan naskah skripsi tersebut dengan harapan dapat diterima dan segera di munaqosyahkan. Atas perhatian Bapak diucapkan terimakasih.

*Wassalamua 'alaikum wr:wb*

Pembimbing ,



Novia Fetri Aliza, M.Psi., Psikolog  
NIK. 19860505201610 113 069

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Lathiifa Dinar

NIM : 20200710096

Progam Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi mana pun, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan :



(Lathiifa Dinar)

## **MOTTO**

**“Rencanaku bisa jadi wacana, tetapi rencana Allah sudah pasti luar biasa”**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini yang saya buat ini adalah persembahan untuk ibu dan bapak saya terkasih yang selama ini tak henti memberikan cinta, kasih sayang, dan doa di setiap langkah saya.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

*Alhamdulillah* puji syukur kepada Allah Swt atas segala Rahmat dan kasih sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Pengguna Media Sosial” dengan tepat waktu. Tidak lupa sholawat serta salam kepada Nabi Muhammad saw, yang telah membawa risalah Islam untuk menjadi bekal kita, baik di dunia maupun di akhirat.

Penulisan skripsi ini merupakan tugas yang tidak mudah bagi peneliti. Banyak hambatan yang terjadi didalam proses penyusunan skripsi ini, dikarenakan keterbatasan kemampuan dari peneliti itu sendiri. Hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan, dikarenakan banyak pihak yang telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Untuk ini peneliti menyampaikan rasa terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuannya, khususnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Gunawan Budiyo, M.P., IPM., ASEAN.Eng. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Syakir Jamaluddin, S.Ag., M.A. selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Ahmad Hermawan, Lc., M.A. selaku Ketua Progam Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.
4. Ibu Novia Fetri Aliza, M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar memberikan bimbingan, saran, dan semangat.
5. Bapak Fahmi Irfanuddin, Lc., M.S.I. selaku dosen pembimbing akademik yang memberikan dukungan
6. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Agama Islam atas segala kebijaksanaan perhatian dan dorongan yang diberikan kepada peneliti
7. Kedua orang tua yang memberikan dukungan, baik moril maupun materil dan tiada henti memberikan cinta dan kasih sayangnya serta mendoakan disetiap langkah
8. Semua sahabat-sahabat dan teman-teman yang telah memotiasi yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kesalahan dan kekurangan dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak agar peneliti selanjutnya dapat lebih baik lagi. Jika ada kebenaran, itu berasal dari Allah SWT dan jika tidak, peneliti sepenuhnya bertanggung jawab atas kesalahan tersebut. Siapapun yang membaca karya ini semoga dapat merasakan manfaatnya.

Yogyakarta, 10 Juli 2024

Penyusun,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Lathiifa Dinar', written in a cursive style.

(Lathiifa Dinar)



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	ii
NOTA DINAS.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Penelitian Terdahulu.....	8
B. <i>Fear of Missing Out</i> .....	13
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out</i> .....	13
2. Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i> .....	16
4. <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) dalam Perspektif Islam.....	17
C. Kesejahteraan Psikologis.....	19
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis .....	19
2. Aspek-Aspek/Dimensi Kesejahteraan Psikologis .....	20
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis .....	22
D. Hubungan Antara <i>Fear of Missing Out</i> dengan Kesejahteraan .....	24
Psikologis.....	24
E. HIPOTESIS.....	25

BAB III METODE PENELITIAN .....	26
A. Pendekatan Penelitian .....	26
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	26
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	27
D. Subjek Penelitian .....	27
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	32
G. Metode Analisis Data .....	33
H. Uji Hipotesis.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	36
B. Hasil Penelitian.....	39
1. Analisis Deskriptif Penelitian.....	39
2. Uji Validitas Instrumen.....	42
3. Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha .....	47
4. Uji Asumsi .....	47
5. Uji Hipotesis .....	50
6. Uji Interkorelasi Antar Aspek.....	51
C. Pembahasan.....	53
BAB V PENUTUP.....	57
A. Kesimpulan .....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	59

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 - Blue Print Skala FoMO .....	29
Tabel 2 - Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis .....	30
Tabel 3 - Hasil Uji Validitas FoMO .....	43
Tabel 4 - Blue Print FoMO (Untuk Penelitian).....	43
Tabel 5 - Hasil Uji Validitas Kesejahteraan Psikologis .....	44
Tabel 6 - Blue Print Kesejahteraan Psikologis (Untuk Penelitian).....	45
Tabel 7 - Uji Reliabilitas kuesioner .....	47
Tabel 8 - Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov .....	48
Tabel 9 - Uji Linearitas .....	49
Tabel 10 - Uji Hipotesis.....	50
Tabel 11 - Analisis Korelasi aspek Kesejahteraan Psikologis(X) dengan relatedness .....	51
Tabel 12 - Analisis korleasi aspek kesejahteraan psikologis (X) dengan self .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1-Peta Konsep.....	25
Gambar 2 - Jenis Kelamin Responden.....	39
Gambar 3 - Jumlah Penggunaan Media Sosial .....	40
Gambar 4 - Durasi Bermain Media Sosial .....	41
Gambar 5 - Lama Penggunaan Media Sosial .....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - <i>Blue Print</i> Penelitian.....	62
Lampiran 2 - <i>Google Form</i> Penelitian.....	66
Lampiran 3 - Output SPSS.....	84