

PENGARUH *LONELINESS* TERHADAP *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO) PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Rahma Nurdiyanti¹, Danan Satriyo Wibowo², Januariya Laili³

rahmanurdiyanti05@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Loneliness yaitu perasaan emosional yang ditandai dengan rasa kurang atau tidak puas yang diakibatkan karena tidak memiliki hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain, sehingga timbul kesenjangan antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Sedangkan *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah perasaan tertinggal dan rasa cemas yang disebabkan oleh kurangnya update informasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *loneliness* dengan *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada remaja pengguna media sosial dengan menggunakan metode kuantitatif. Populasi yang digunakan adalah siswa MAN 2 Jember. Populasi penelitian sebanyak 1152 siswa dengan jumlah sampel 300 siswa. Teknik sampel yang digunakan adalah *Simple random sampling*. Skala yang digunakan yaitu untuk *loneliness* skala *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dimodifikasi dari penelitian fuadah fahrudiana (2020) dan skala *online Fear of Missing Out* (ON-FoMO) yang dimodifikasi dari penelitian Jhoni wijaya (2023). Hasil uji validitas skala *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang berkisar diantara 0,531 hingga 0,772 dan nilai *Croonbach's Alpha* sebesar 0,930 sedangkan nilai yang diperoleh pada skala *online Fear of Missing Out* (ON-FoMO) berkisar diantara 0,447 hingga 0,881 dan nilai *Croonbach's Alpha* sebesar 0,939 yang dimana berarti dari kedua skala sangat reliabel. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara variabel *loneliness* (X) dengan *fear of missing out* (Y) ($p = 0,00 < 0,05$) nilai f hitung 238,868 lebih besar dari f tabel 1.968, sebesar 44,5% ($r = 0,445$). Sehingga dapat disimpulkan maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat pengaruh variabel *Loneliness* terhadap FOMO secara positif signifikan.

Keywords: *Fear of Missing Out, Loneliness, teenager*

¹ Peneliti

² Dosen Pembimbing I

³ Dosen Pembimbing II

THE EFFECT OF LONELINESS ON FEAR OF MISSING OUT (FoMO) IN TEENAGERS USING SOCIAL MEDIA

Rahma Nurdiyanti¹, Danan Satriyo Wibowo², Januariya Laili³

rahmanurdiyanti05@gmail.com

Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Jember

ABSTRACT

Loneliness is an emotional condition characterized by dissatisfaction caused by the lack of meaningful social relationships, resulting in a gap between desired and actual social interactions. Meanwhile, Fear of Missing Out (FoMO) is defined as a feeling of anxiety and concern over missing out on current information or social experiences, particularly through social media. This study aims to determine the influence of loneliness on FoMO among adolescent social media users using a quantitative approach. The population in this study consisted of 1,152 students from MAN 2 Jember. A sample of 300 students was selected using simple random sampling. The instruments used were the UCLA Loneliness Scale Version 3, adapted from Fuadah Fahrudiana (2020), and the Online Fear of Missing Out (ON-FoMO) scale, adapted from Jhoni Wijaya (2023). The validity values for the UCLA scale ranged from 0.531 to 0.772, with a Cronbach's Alpha of 0.930. The ON-FoMO scale showed validity values between 0.447 and 0.881, with a Cronbach's Alpha of 0.939, indicating high reliability for both instruments. Data analysis revealed a significant positive relationship between loneliness (X) and FoMO (Y), with a p-value of 0.000 (< 0.05), a f-value of 238,868 (greater than the f-table value of 1.968), and a correlation coefficient (r) of 0.445. These results indicate that loneliness has a significant positive effect on FoMO among adolescent social media users. Therefore, the null hypothesis is rejected and the alternative hypothesis is accepted.

Keywords: *Fear of Missing Out, Loneliness , teenager*

¹ Research

² First Supervisor

³ Second Supervisor