



**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP
KECEMASAN DAN PENERIMAAN SOSIAL PADA REMAJA**

SKRIPSI

DEVINA ALFIAH SUTANTI

2210711128

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP
KECEMASAN DAN PENERIMAAN SOSIAL PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan**

DEVINA ALFIAH SUTANTI

2210711128

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang di kutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Devina Alfiah Sutanti

NIM : 2210711128

Tanggal : 05 Januari 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan di proses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 05 Januari 2026

Yang menyatakan,



(Devina Alfiah Sutanti)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama : Devina Alfiah Sutanti
NIM : 2210711128
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi Pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Hak bebas royalti non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "*Hubungan Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Kecemasan Dan Penerimaan Sosial*". Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 17 Januari 2026

Yang menyatakan,


(Devina Alfiah Sutanti)

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Devina Alfiah Sutanti
NIM : 2210711128
Program Studi : Keperawatan program Sarjana
Judul : Hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) Terhadap
Kecemasan Dan Penerimaan sosial Pada Remaja.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 08 Januari 2026

Penguji I

Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J
NIP. 19761122021212007

Penguji II

Ns. Dwi Suratmini, S.Kep. M.Kep
NIP. 199207162022032009

Penguji III

Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep. Sp.Kep.J
NIP. 197811062021212006

Mengetahui,



Henry Samsul Djumhana Sitorus, S.T., M.T.
NIP. 19721219199031002

Koordinator Program Studi
Keperawatan Program Sarjana

Ns. Gamyra Tri Utami, S.Kep., M.Kep
NIP. 198105202008122003

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP KECEMASAN DAN PENERIMAAN SOSIAL PADA REMAJA

Devina Alfiah Sutanti

Abstrak

Fear of Missing Out (FoMO), kecemasan, dan penerimaan sosial merupakan aspek psikososial yang saling berkaitan dalam perkembangan remaja di era digital, khususnya seiring meningkatnya penggunaan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan tingkat kecemasan serta penerimaan sosial pada remaja. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 320 siswa dari SMA Negeri 62, 51, dan 58 Jakarta Timur, dipilih melalui teknik *stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan mencakup FoMO-12, *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS), dan *Adolescent Multidimensional Social Competence Questionnaire* (AMSC-Q). Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara FoMO dan kecemasan ($p = 0,121$; $p > 0,05$) maupun antara FoMO dan penerimaan sosial ($p = 0,715$; $p > 0,05$). Namun demikian, mayoritas responden berada pada kategori FoMO dan kecemasan tingkat sedang hingga tinggi, serta memiliki intensitas penggunaan media sosial yang relatif tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa FoMO tidak dapat dipandang sebagai satu-satunya faktor yang secara langsung menentukan kondisi kecemasan dan penerimaan sosial remaja, melainkan merupakan bagian dari proses psikososial yang lebih luas dan kompleks dalam konteks kehidupan remaja pada era digital.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out*, Kecemasan, Media Sosial, Penerimaan Sosial, Remaja,

THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AGAINST ANXIETY AND SOCIAL ACCEPTANCE IN ADOLESCENTS

Devina Alfiah Sutanti

Abstract

Fear of Missing Out (FoMO), anxiety, and social acceptance are interrelated psychosocial aspects in adolescent development in the digital age, especially with the increasing use of social media. This study aims to examine the relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and levels of anxiety and social acceptance in adolescents. This is a quantitative study with a cross-sectional design. The research sample consisted of 320 students from State Senior High Schools 62, 51, and 58 in East Jakarta, selected through stratified random sampling. The measurement tools used included FoMO-12, Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS), and Adolescent Multidimensional Social Competence Questionnaire (AMSC-Q). Data analysis was performed using the chi-square test. The findings revealed that no statistically significant association was identified between FoMO and anxiety ($p = 0.121$; $p > 0.05$) or between FoMO and social acceptance ($p = 0.715$; $p > 0.05$). Nevertheless, most participants exhibited moderate to high levels of FoMO and anxiety and demonstrated a high degree of engagement with social media. These results suggest that FoMO should not be regarded as the only determinant directly influencing adolescents' anxiety and social acceptance, but rather as one component of a broader and more intricate psychosocial dynamic within the context of adolescent development in the digital era.

Keywords : *Anxiety, Fear of Missing Out, Teenagers, Social Acceptance, Social Media*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) Terhadap Kecemasan dan Penerimaan Sosial Pada Remaja” dengan baik. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Dr. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, dan Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ibu Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep, Sp.Kep. J selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan arahan dalam penelitian dan penulisan skripsi ini serta Ns. Dwi Suratmini, S.Kep, M.Kep dan Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen penguji. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMA Negeri 62, 51, dan 58 Jakarta Timur yang telah memfasilitasi penelitian ini. Terimakasih kepada orang tua dan keluarga tercinta yang selalu memberikan do’a, semangat, dan dukungan moril maupun materil. Terimakasih kepada Zahra, Marcello, Jayadi, Khansa, pabjeh skuyy, juga balai *gurl* yang telah menemani juga mendukung penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan dalam penulisan. Kritik dan saran yang membangun diharapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Penulis berharap tugas akhir ini dapat memberikan manfaat serta saran yang positif kepada seluruh pembaca, khususnya dalam bidang keperawatan.

Jakarta, 04 Januari 2026

Penulis

Devina Alfiah Sutanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	9
I.3 Tujuan Penelitian.....	10
I.4 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
II.1 Landasan Teori.....	13
II.2 Peran Perawat Jiwa.....	33
II.3 Kerangka Teori.....	35
II.4 Tabel Penelitian Terdahulu.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	47
III.1 Kerangka Konsep.....	47
III.2 Hipotesis Penelitian.....	48
III.3 Definisi Operasional.....	49
III.4 Desain Penelitian.....	53
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	54
III.6 Lokasi dan Waktu.....	61
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	62
III.8 Instrumen Penelitian.....	65
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	68
III.10 Analisis Data.....	74
III.11 Etika Penelitian.....	77
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	79
IV.1 Hasil Penelitian.....	79
IV.2 Pembahasan.....	87
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	101
BAB V PENUTUP.....	104
IV.1 Kesimpulan.....	104
IV.2 Saran.....	104

DAFTAR PUSTAKA.....	106
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Tabel Penelitian Terdahulu	36
Tabel 2	Definisi Operasional.....	50
Tabel 3	Distribusi Sampel dengan <i>Stratified Random Sampling</i>	56
Tabel 4	<i>Blueprint</i> kuesioner <i>Fear of Missing Out-12</i> (FoMO-12).....	66
Tabel 5	<i>Blueprint</i> kuesioner <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i> (SAS/SRAS)	67
Tabel 6	<i>Blueprint</i> kuesioner <i>Adolescent Multidimensional Social Competence Questionnaire</i> (AMSC-Q)	68
Tabel 7	Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	70
Tabel 8	Hasil Uji Validitas Kuesioner Kecemasan	70
Tabel 9	Hasil Uji Validitas Kuesioner Penerimaan Sosial Remaja.....	71
Tabel 10	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner.....	73
Tabel 11	Analisis Univariat.....	76
Tabel 12	Analisis Bivariat	76
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin (n = 320).....	80
Tabel 14	Distribusi Responden Berdasarkan Usia Remaja (n = 320).....	81
Tabel 15	Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelas Remaja (n = 320)	81
Tabel 16	Distribusi Frekuensi Karakteristik Status Kepemilikan <i>Smartphone</i> Remaja (n = 320)	82
Tabel 17	Distribusi Frekuensi Karakteristik Status Keaktifan Penggunaan Media Sosial Remaja (n = 320)	82
Tabel 18	Distribusi Frekuensi Karakteristik Rata-rata Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> dalam Sehari Remaja (n = 320).....	83
Tabel 19	Distribusi Frekuensi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) Remaja di SMA Negeri 62, 51, 58 Jakarta Timur Tahun 2025 (n = 320).....	83
Tabel 20	Distribusi Frekuensi Kecemasan Remaja di SMA Negeri 62, 51, 58 Jakarta Timur Tahun 2025 (n = 320).....	84
Tabel 21	Distribusi Frekuensi Penerimaan Sosial Remaja di SMA Negeri 62, 51, 58 Jakarta Timur Tahun 2025 (n = 320)	85
Tabel 22	Analisis Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) Dengan Kecemasan Pada Remaja (n=320)	86
Tabel 23	Analisis Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) Dengan Penerimaan Sosial Pada Remaja (n=320)	86

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	35
Skema 2	Kerangka Konsep	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 2	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Etik
Lampiran 4	Surat Permohonan Izin Uji Validitas
Lampiran 5	Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
Lampiran 6	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 7	Kuesioner Karakteristik Responden
Lampiran 8	Kuesioner <i>FEAR OF MISSING OUT</i> (FoMO)-12
Lampiran 9	Kuesioner (<i>ZUNG SELF RATING ANXIETY SCALE</i> (SAS/SRAS))
Lampiran 10	Kuesioner <i>ADOLESCENTS MULTIDIMENSIONAL SOCIAL COMPETENCE QUESTIONNAIRE</i> (AMSC-Q)
Lampiran 11	<i>Timeline</i> Penelitian
Lampiran 12	Kartu Monitor Bimbingan
Lampiran 13	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 14	Hasil Uji Turnitin