

SKRIPSI

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FoMO) DENGAN
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA SISWA
SMA NEGERI 15 PADANG**

Penelitian Keperawatan Jiwa



VIGO MAULANA

NIM. 2111312049

Pembimbing Utama

Ns. Feri Fernandes, M.Kep., Sp.Kep.J

Pembimbing Pendamping

Ns. Siti Yuliharni, M.Kep., Sp.Kep.Kom

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
APRIL 2025

Nama : Vigo Maulana
NIM : 2111312049

Hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada
Siswa SMA Negeri 15 Padang

ABSTRAK

Penggunaan media sosial pada remaja mengalami peningkatan yang cukup signifikan bahkan sudah digunakan secara berlebihan dan banyak ditemukan mengalami kecanduan. Kecanduan media sosial dapat berdampak pada kesehatan mental remaja salah satu risikonya seperti depresi dan kecemasan. Salah satu faktor penyebab kecanduan media sosial adalah *fear of missing out* (FoMO) yang menyebabkan seseorang untuk terus terhubung ke media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA negeri 15 Padang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dengan menggunakan analisis uji korelasi *Pearson Product Moment*. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas X dan XI SMA Negeri 15 Padang dengan jumlah sampel 252 responden yang dipilih secara *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) untuk mengukur kecanduan media sosial dan *Online-Fear of Missing Out Scale* (On-FoMOS) untuk mengukur *fear of missing out* (FoMO). Hasil analisis diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* dan kecanduan media sosial dan nilai *r* sebesar 0,711 berarti arah hubungannya positif dengan kekuatan hubungan yang kuat. Dengan kata lain, semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi pula kecanduan media sosial begitupun sebaliknya. Disarankan upaya pencegahan kecanduan media sosial oleh sekolah dengan melakukan penyuluhan oleh guru BK atau tenaga kesehatan secara berkala disertai dengan poster tentang kecanduan media sosial dan pengadaan *box* untuk penyimpanan *smartphone* saat belajar.

Kata kunci : *Fear of Missing Out*, Kecanduan Media Sosial, Remaja
Daftar Pustaka : 138 (2005-2025)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
APRIL 2025

Name : Vigo Maulana
Nim : 2111312049

The Relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and Social Media Addiction in Students of SMA Negeri 15 Padang

ABSTRACT

The use of social media in adolescents has increased significantly, even been used excessively and many are found to be addicted. Addiction to social media can have an impact on the mental health of adolescent, one of the risk is depression and anxiety. One of the factors causing social media addiction is fear of missing out (FoMO) which causes a person to continue to connect to social media. This study aims to analyze the relationship between fear of missing out (FoMO) and social media addiction in public high school students 15 Padang. This type of research is quantitative with a cross sectional approach using Pearson Product Moment correlation test analysis. The population in this study were all X and XI grade students of SMA Negeri 15 Padang with a sample size of 252 respondents selected by stratified random sampling. The Instrument used were Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) to measure social media addiction and the Online-Fear of Missing Out Scale (On-FoMOS) to measure fear of missing out (FoMO). The results of the analysis obtained a p-value of 0.001 ($p < 0.05$) which means that there is a significant relationship between fear of missing out and social media addiction and the r value of 0.711 means that the direction of the relationship is positive with a strong relationship strength. In other words, the higher the fear of missing out, the higher the social media addiction and vice versa. It is recommended that schools prevent social media addiction by conducting regular counseling by BK Teachers or health workers periodically accompanied by posters about social media addiction and providing boxes for storing smartphone while studying.

Keywords : Fear of Missing Out, Social Media Addiction, Adolescent
References : 138 (2005-2025)