

SKRIPSI

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DAN KONTROL DIRI
DENGAN KECANDUAN SOSIAL MEDIA PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Jiwa



**RIFQAH FAKHIRA PUTRI
NIM. 2111313035**

Pembimbing Utama

Dr. Ns. Dewi Eka Putri, M.Kep., Sp.Kep.J

Pembimbing Pendamping

Ns. Bunga Permata Wenny, S.Kep., M.Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

JUNI 2025

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MEI 2025

Nama : Rifqah Fakhira Putri
NIM : 2111313035

Hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) dan Kontrol Diri dengan
Kecanduan Sosial Media pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan
Universitas Andalas

ABSTRAK

Pengguna sosial media terus meningkat setiap tahunnya, hal ini berkaitan erat dengan kecanduan sosial media. Kecanduan sosial media disebabkan oleh berbagai faktor seperti *Fear of Missing Out* (FoMO) dan kontrol diri. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan FoMO dan kontrol diri dengan kecanduan sosial media. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Penelitian dilakukan terhadap 223 orang sampel mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan teknik *proposional random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu *Social Media Addiction Scale-Student Form* (SMAS-SF) untuk mengukur kecanduan sosial media, *Fear of Missing Out Scale* (FoMOs) untuk mengukur FoMO, dan *Self-Control Scale* (SCS) untuk mengukur kontrol diri. Analisa data menggunakan uji korelasi Spearman's Rank ($p=0,001$), didapatkan hasil kecanduan sosial media dengan nilai tengah 87, FoMO dengan nilai tengah 41, dan kontrol diri dengan nilai tengah 66. Hasil uji didapatkan semakin tinggi FoMO maka semakin tinggi kecanduan sosial media yang dialami, serta semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecanduan sosial media yang dialami responden. Perawat diharapkan memberikan edukasi mengenai pentingnya manajemen waktu dalam penggunaan sosial media serta peningkatan kontrol diri pada mahasiswa untuk mencegah kecanduan sosial media.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out* (FoMO), kontrol diri, kecanduan sosial media, mahasiswa, dewasa awal
Referensi : 119 (1989-2025)

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

MAY 2025

Name : Rifqah Fakhira Putri

NIM : 2111313035

*The Relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and Self-Control with
Social Media Addiction in Nursing Faculty Students Andalas University*

ABSTRACT

Social media users continue to increase every year, this is closely related to social media addiction. Social media addiction is caused by various factors such as Fear of Missing Out (FoMO) and self-control. This study was conducted to determine the relationship between FoMO and self-control with social media addiction. This type of research is quantitative with a correlation approach. The research was conducted on 223 samples of students of the Faculty of Nursing, Andalas University with proportional random sampling technique. The instruments used were Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF) to measure social media addiction, Fear of Missing Out Scale (FoMOs) to measure FoMO, and Self-Control Scale (SCS) to measure self-control. Data analysis using Spearman's Rank correlation test ($p=0.001$), obtained the results of social media addiction with a mean score of 87, FoMO with a mean score of 41, and self-control with a mean score of 66. The test results showed that the higher the FoMO, the higher the social media addiction experienced, and the lower the self-control, the higher the social media addiction experienced by respondents. Nurses are expected to provide education about the importance of time management in using social media and increasing self-control in students to prevent social media addiction.

Keywords: Fear of Missing Out (FoMO), self-control, social media addiction, student, early adulthood

References: 119 (1989-2025)