

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)

DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

IRMA AFRILIA

NIM 22020119130060

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, SEPTEMBER 2023

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Irma Afrilia
NIM : 22020119130060
Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kesehatan Mental Remaja

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 11 Agustus 2023
Yang menyatakan



Irma Afrilia
NIM. 22020119130060

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Irma Afrilia
Tempat/ Tanggal Lahir : Purworejo, 4 April 2001
Alamat Rumah : Desa Tangkisan 01/01, Bayan, Purworejo
No.Telp : 081392124511
Email : irmaafri14@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kesehatan Mental Remaja” bebas dari plagiarisme dengan similarity index 11% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 11 Agustus 2023

Yang menyatakan



Irma Afrilia

NIM. 22020119130060

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan Skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA

Dipersiapkan dan disusun oleh:

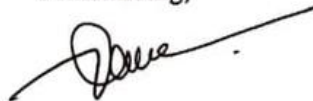
Nama : Irma Afrilia

NIM : 22020119130060

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan dinyatakan

telah memenuhi syarat untuk direview

Pembimbing,

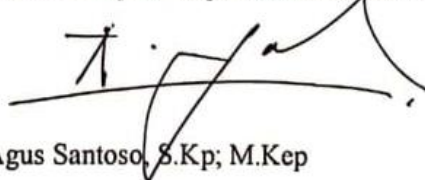


Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom, Ph.D

NIP. 197612302001122002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp; M.Kep

NIP. 19708211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

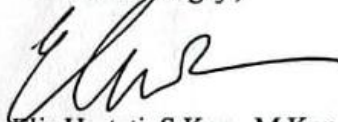
HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Irma Afrilia
NIM : 22020119130060

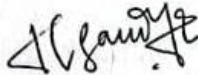
Telah diuji pada 25 Agustus 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
melakukan mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep.
NIP. 197502122010122001

Anggota Penguji,



Megah Andriany, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D
NIP. 197905072002122001

Pembimbing,



Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D
NIP. 197612302001122002

Mengetahui,

Plt Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat
NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “**Hubungan antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan Kesehatan Mental Remaja**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Atas kekurangan dan ketidaksempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap, dengan terselesaikannya skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya bidang keperawatan.

Semarang, 11 Agustus 2023



Irma Afrilia

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini berjalan dengan lancar karena bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku Plt Ketua Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Bapak Agus Santoso, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Ibu Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, saran, motivasi, waktu dan bimbingan dengan rasa sabar selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep. selaku dosen ketua penguji yang telah memberikan arahan dan saran selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Megah Andriany, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., PhD selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan saran selama proses penyusunan skripsi.
6. Seluruh civitas akademik Departemen Keperawatan yang memberikan bantuan administrasi.
7. Kedua orang tua yang saya sayangi Bapak Gunawan dan Ibu Linarwiyah serta adik-adik saya Ade, Arya, Dila, Mayra yang selalu memberikan dukungan dalam bentuk apapun dan doa yang selalu dipanjatkan.
8. Seluruh siswa kelas X dan XI SMAN 9 Semarang yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Seluruh pihak SMAN 9 Semarang yang telah memberikan izin dan mendukung pelaksanaan penelitian.
10. Teman dekat saya Sherly Dian Puspita, Nurul Fitri Solikhati, Meita Khoirur Rosita, Agnestia Prastiwi Handayani, Lisa Atika Putri, dan teman-teman mahasiswa keperawatan angkatan 2019 Universitas Diponegoro yang selalu memberi motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
11. Serta pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga untuk kedepannya penelitian ini dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat, mahasiswa kesehatan, dan peneliti selanjutnya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Remaja	9
2.1.1 Pengertian Remaja	9
2.1.2 Perkembangan Remaja	9
2.1.3 Kebutuhan Remaja dalam Perkembangannya	11
2.2 Media Sosial.....	11
2.2.1 Pengertian Media Sosial	12
2.2.2 Dampak Penggunaan Media Sosial	12
2.3 <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	13
2.3.1 Pengertian <i>Fear of Missing Out</i>	13
2.3.2 Dimensi <i>Fear of Missing Out</i>	13
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	14
2.3.4 Dampak <i>Fear of Missing Out</i>	15
2.3.5 Penelitian Terkait	16
2.4 Kesehatan Mental	17
2.4.1 Pengertian Kesehatan Mental	17
2.4.2 Karakteristik Kesehatan Mental	18
2.4.3 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	20

2.4.4 Penelitian Terkait	22
2.5 Kerangka Teori	24
2.6 Kerangka Konsep	25
2.7 Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	26
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
3.2.1 Populasi Penelitian	26
3.2.2 Sampel Penelitian dan Teknik Sampling	26
3.2.3 Besar Sampel	27
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran ...	29
3.4.1 Variabel Penelitian	29
3.4.2 Definisi Operasional	30
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	32
3.5.1 Instrumen Penelitian	32
3.5.2 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	33
3.5.3 Cara Pengumpulan Data	34
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	36
3.6.1 Teknik Pengolahan Data	36
3.6.2 Teknik Analisis Data	38
3.7 Etika Penelitian	40
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	42
4.1 Analisis Univariat	42
4.2 Analisis Bivariat.....	46
BAB V PEMBAHASAN	48
5.1 Analisis Univariat	48
5.2 Analisis Bivariat.....	54
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	58
6.1 Kesimpulan	58
6.2 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	xi

DAFTAR TABEL

No Tabel	Judul Tabel	Halaman
3.1	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	31
3.2	Kode yang digunakan dalam penelitian	37
4.1	Deskripsi data empirik penelitian <i>fear of missing out</i> pada remaja bulan Juni 2023	42
4.2	Gambaran <i>Fear of Missing Out</i> berdasarkan karakteristik remaja Bulan Juni 2023	43
4.3	Deskripsi data empirik penelitian kesehatan mental pada remaja bulan Juni 2023	44
4.4	Gambaran kesehatan mental berdasarkan karakteristik remaja Bulan Juni 2023	45
4.5	Analisis Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) dengan Kesehatan Mental	46

DAFTAR GAMBAR

No Gambar	Judul Gambar	Halaman
1	Kerangka Teori	24
2	Kerangka Konsep	25

DAFTAR LAMPIRAN

No Lampiran	Keterangan Lampiran	Halaman
1	Surat Studi Pendahuluan	xi
2	Surat Izin Penelitian	xii
3	Surat <i>Ethical Clearance</i>	xiii
4	Lembar <i>informed consent</i>	xiv
5	Perizinan Penggunaan Kuesioner	xvi
6	Instrumen Penelitian	xviii
7	Hasil Analisis	xxi
8	Hasil Uji Turnitin	xxviii
9	Lembar Konsultasi	xxix

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Agustus, 2023

Irma Afrilia

Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kesehatan Mental Remaja

xxix + 68 Halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 9 Lampiran

Pada masa remaja umumnya terjadi permasalahan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Terjadinya masalah kesehatan mental dapat dikaitkan dengan adanya *fear of missing out* pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan kesehatan mental remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu FoMO dan kesehatan mental. Penelitian ini melibatkan 327 siswa sebagai responden dengan menggunakan teknik *quota sampling*. Kuesioner yang digunakan yaitu *Online Fear of Missing Out* (ON-FoMO) *Scale* dan *General Health Questionnaire* (GHQ-12). Pengumpulan data dilakukan menggunakan pengisian lembar kuesioner yang telah dicetak dan dianalisis menggunakan uji *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,460$ dengan signifikasi (Sig.) 0,000 hal tersebut menandakan adanya hubungan positif antara FoMO dengan kesehatan mental remaja. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi FoMO maka kesehatan mental remaja juga semakin terganggu. Oleh karena itu, berdasarkan hasil uji hipotesis dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian dapat diterima. Berdasarkan penelitian ini, remaja diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terkait dampak FoMO dengan pembatasan penggunaan media sosial. Disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan teman yang sama dapat menambahkan variabel bebas lainnya untuk mengetahui faktor lain yang menjadi penyebab kesehatan mental remaja terganggu.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, FoMO, Remaja

Daftar Pustaka: 89 (2017-2023)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
August, 2023

Irma Afrilia

Relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and Adolescent Mental Health

xxix + 68 Pages + 8 Tables + 2 Pictures + 9 Attachments

During adolescence, mental health problems such as anxiety and depression generally occur. The occurrence of mental health problems can be associated with the fear of missing out in adolescents. This research aims to determine the relationship between the fear of missing out (FoMO) and adolescent mental health. This research uses a quantitative approach with a correlational descriptive design. The variables used in this research are FoMO and mental health. This research involved 327 students as respondents using a quota sampling technique. The questionnaires used the Online Fear of Missing Out (ON-FoMO) Scale and the General Health Questionnaire (GHQ-12). Data collection was carried out using printed questionnaire sheets and analyzed using the Pearson Product Moment test. The results of this study obtained a correlation coefficient value of $r = 0.460$ with a significance (Sig.) of 0.000, indicating that there is a positive relationship between FoMO and adolescent mental health. It can be interpreted that the higher the FoMO, the more disturbed the adolescent mental health. Therefore, based on the results of the hypothesis test can be interpreted that the hypothesis in the research can be accepted. Based on this research, it is hoped that adolescents can increase awareness regarding the impact of FoMO by limiting the use of social media. It is recommended that future researchers who want to research with the same friends add other independent variables to find out other factors that cause adolescent mental health to be disturbed.

Keywords : Mental Health, FoMO, Adolescent

References : 89 (2017-2023)