

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA  
DI DESA PANYOSOGAN KECAMATAN  
LURAGUNG KABUPATEN  
KUNINGAN TAHUN  
2025**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan Pada Program Studi S1 Keperawatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

**Oleh :  
FAJRI RIYANTI  
CKR0210016**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
2025**

## LEMBAR PENGESAHAN

### HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DESA PANYOSOGAN KECAMATAN LURAGUNG KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim penguji  
Program Studi S1 Keperawatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia  
Pada Tanggal 16 Mei 2025

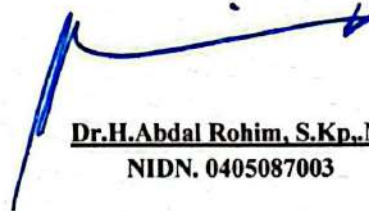
Penguji I

Penguji II

Penguji III



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM  
NIDN. 0402118302



Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H  
NIDN. 0405087003



Ns. Khusnul Aini, M.Kep., Sp.Kep.J  
NIDN. 0405038002


Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
UBHI



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM  
NIK. 83110220904024

Ketua Program Studi  
S1 Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep  
NIK. 811007.201010.040

# LEMBAR PERSETUJUAN

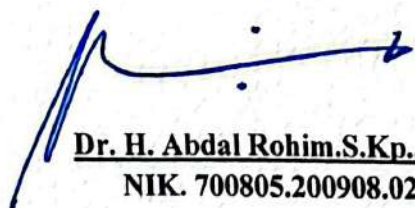
## SKRIPSI

### HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DESA PANYOSOGAN KECAMATAN LURAGUNG KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025

Diajukan Oleh :  
FAJRI RIYANTI  
CKR0210016

Kuningan, 16 Mei 2025  
Telah disetujui oleh

Pembimbing I



Dr. H. Abdal Rohim.S.Kp.,M.H  
NIK. 700805.200908.026

Pembimbing II



Ns.Khusnul Aini,M.Kep.,Sp.Kep.,J  
NIK. 800305.200803.014

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Fajri Riyanti

NIM : CKR0210016

Program : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Hubungan *Fear Of Missing Out (FOMO)* Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Di Desa Panyosogan Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025” beserta isinya ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada hasil penjiplakan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, Mei 2025



**Fajri Riyanti**  
**CKR0210016**

## LEMBAR PERSEMBAHAN



Ucapan Puji Syukur Alhamdulillah saya panjatkan sebesar-besarnya kepada Allah SWT yang telah memberikan semua berkat dan kasih sayang-Nya, memberikan kekuatan dan kemudahan dalam setiap proses yang saya hadapi, membekali ilmu sehingga skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Tidak ada lembar yang paling indah dalam skripsi ini kecuali lembar persembahan. Segala perjuangan saya hingga berada di titik ini tentu saja tidak terlepas dari bantuan, dukungan dan doa dari orang lain. Saya persembahkan skripsi ini untuk orang-orang yang selalu menjadi penyemangat saya, menjadi motivasi saya untuk tidak malas dalam mengerjakan skripsi ini.

1. Teruntuk kedua orang tua saya karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti sayang dan cinta yang tiada terhingga kepada cinta pertama serta paanutanku Bapak Tasdi yang sangat istimewa dan pintu surgaku ibu Karniah yang telah melahirkan, merawat, membimbing, dan melindungi saya secara tulus dengan penuh keikhlasan, mencurahkan semua rasa kasih sayang dan cintanya, memberikan doa dan dukungan secara mental maupun secara finansial, selalu memberikan semangat dan motivasi untuk mewujudkan cita-cita saya. Saya ucapkan terimakasih kepada kedua orang tua saya karena telah membuktikan kepada dunia bahwa anak pedagang kaki lima bisa menjadi

sarjana. semoga kedua orang tua saya selalu dalam kehidupan yang barokah dan senantiasa diberikan Kesehatan dan Panjang umur.

2. Teruntuk Nenek dan Kakek saya, yang selalu memberikan dukungan dan pengingat bagi saya agar menyelesaikan studi tepat waktu.
3. Teruntuk sahabat saya sejak SMP, yaitu Dina Sovia Septiani, Rita, Tia Sopiah dan Nanda Amelia Rahmawati, yang selalu memberikan semangat kepada saya.
4. Teruntuk sahabat saya sejak SMA, yaitu Audia Nurfadillah dan Zahra Rizky Athira Yasmin, terimakasih selalu memberikan semangat kepada saya.
5. Teruntuk sahabat saya di bangku perkuliahan yaitu Devi Yuliani, Nanda Putri Ariyanto, Safitri Rusdiani, dan Yoyoh Trismaliyah yang sudah menjadi bidadari surga, terimakasih selalu kebersamai dalam empat tahun ini, selalu memberikan semangat dan membantu saya dalam mengerjakan skripsi dan tak pernah henti untuk saling menyemangati, semoga kita semua sukses untuk masa depan kita yang kita impikan.
6. Terakhir untuk diri saya sendiri, Fajri Riyanti. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. Terimakasih tetap memilih dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walaupun seringkali merasa gagal dan putus asa apa yang diusahakan dan belum berhasil, terimakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba hal baru. Terimakasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu

dimanapun berada, Fajri Riyanti. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

Terimakasih kepada semua pihak yang sudah memberikan bantuan dan dukungannya, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan. Aamiin.

## **MOTTO**

“ Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah benar”

(Qs. Ar-rum: 60)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Qs. Al- Baqarah : 286)

“Tidak ada mimpi yang terlalu tinggi dan tidak ada mimpi yang patut diremehkan.

Lambungkan setinggi yang kau inginkan dan gapailah dengan selayaknya

yang kau harapkan”

(Maudy Ayunda)

“Jangan ingat lelahnya belajar, tapi ingatlah buah manisnya yang bisa dipetik

nanti”

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

SKRIPSI, MEI 2025

FAJRI RIYANTI  
CKR0210016

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DENGAN KECANDUAN  
MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI DESA PANYOSOGAN  
KECAMATAN LURAGUNG KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025

Xii + 94 hal + 9 tabel + 2 bagan + 11 lampiran

ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pengguna Internet di seluruh dunia saat ini mencapai 31,7 miliar sedangkan pengguna media sosial mencapai 2,2 miliar. Berdasarkan data yang diperoleh dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024 total populasi 278,6 juta jiwa, sekitar 221 juta orang telah terhubung jaringan internet. Remaja yang aktif menggunakan media sosial rentan mengalami *Fear of Missing Out (FOMO)*, yang dapat menyebabkan kecanduan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *FOMO* dan kecanduan media sosial pada remaja di Desa Panyosogan, Kecamatan Luragung, Kabupaten Kuningan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi terdiri dari 136 remaja berusia 10-19 tahun, dan sampel sebanyak 54 remaja diambil menggunakan teknik *stratified random sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner dan dianalisis menggunakan distribusi frekuensi serta uji *Rank Spearman*.

**Hasil:** Sebanyak 50% responden mengalami *FOMO* dengan kategori tinggi, sementara 46,3% mengalami kecanduan media sosial pada kategori sedang. Uji *Rank Spearman* menunjukkan  $p\text{-value} = 0,022 (<0,05)$  dan  $\rho = 0,310$ , yang menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi lemah antara *FOMO* dan kecanduan media sosial.

**Simpulan:** Terdapat hubungan antara *FOMO* dan kecanduan media sosial pada remaja di Desa Panyosogan, Kecamatan Luragung, Kabupaten Kuningan.

**Saran:** Remaja disarankan untuk mengalihkan waktu yang biasa digunakan untuk media sosial dengan aktivitas produktif seperti olahraga, membaca, atau kegiatan ekstrakurikuler untuk mengurangi *FOMO*.

**Kata Kunci** : *FOMO*, kecanduan, media, sosial, remaja,  
Pustaka : 8 buku (2019-2020), 52 Jurnal (2020-2024)

**BHAKTI HUSADA INDONESIA UNIVERSITY**  
**FACULTY OF HEALTH SCIENCES**  
**NURSING STUDY PROGRAM**  
**THESIS, MAY 2025**

**FAJRI RIYANTI**  
**CKR0210016**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AND SOCIAL MEDIA ADDICTION AMONG ADOLESCENTS IN PANYOSOGAN VILLAGE, LURAGUNG DISTRICT, KUNINGAN REGENCY, IN 2025**

*Xii + 94 pages + 9 tables + 2 diagrams + 11 appendices*

#### **ABSTRACT**

**Background:** : Internet users worldwide currently reach 31.7 billion while social media users reach 2.2 billion. Based on data obtained from the Indonesian Internet Service Providers Association (APJII) in 2024 the total population is 278.6 million people, around 221 million people have been connected to the internet network..Adolescents who are active on social media are prone to experiencing Fear of Missing Out (FOMO), which can lead to social media addiction. This study aims to examine the relationship between FOMO and social media addiction among adolescents in Panyosogan Village, Luragung District, Kuningan Regency.

**Methods:** This research used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The population consisted of 136 adolescents aged 10-19 years, and a sample of 54 adolescents was selected using stratified random sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed using frequency distribution and the Rank Spearman test.

**Results:** Fifty percent of respondents experienced high levels of FOMO, while 46.3% experienced moderate social media addiction. The Rank Spearman test revealed a p-value of 0.022 (<0.05) and a rho value of 0.310, indicating a positive relationship with a weak correlation between FOMO and social media addiction.

**Conclusion:** There is a relationship between FOMO and social media addiction among adolescents in Panyosogan Village, Luragung District, Kuningan Regency.

**Suggestion:** Adolescents are encouraged to redirect their time typically spent on social media to productive activities such as exercise, reading, or extracurricular activities to reduce FOMO.

**Keywords** : FOMO, social media addiction, adolescents, Panyosogan Village.

**Reference** : 8 books (2019-2022), 52 Jurnal (2020-2024)

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dengan memanjatkan Puji dan Syukur khadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, Alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan *Fear Of Missing Out (FOMO)* dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Di Desa Panyosogan Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025” Skripsi ini disusun untuk menyelesaikan penelitian di Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia. Adapaun dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Lailatul Badriah, M.Kes, AIFO., selaku ketua Yayasan Universitas Bhakti Husada Indonesia
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ns.Heri Hermansyah, S.kep.,M.KM, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia sekaligus Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ns. Neneng Aria Ningsih, S.Kep.,M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia

5. Ns.Khusnul Aini,M.Kep,.Sp.J selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan motivasi dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Staf Dosen Program S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia
7. Kedua orang tua serta keluarga saya yang saya sayangi dan saya cintai, yang selalu memberikan dukungan moral maupun material serta doa dan kepercayaan kepada saya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
8. Teman-teman dan semua pihak yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada penulis selama ini.

Penulis menyadari dan penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dari segi teori maupun Teknik penulisan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun untuk bahan perbaikan pada masa yang akan datang.

Besar harapan penulis, semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

***Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Kuningan, Mei 2025

Fajri Riyanti

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.5 Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II .....</b>	<b>13</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
2.1 Konsep <i>Fear Of Missing Out (FOMO)</i> .....	13
2.2 Kecanduan Media Sosial .....	23
2.3 Konsep Remaja.....	32
2.4 Kerangka Teoritis .....	37
<b>BAB III.....</b>	<b>38</b>
<b>KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS ...</b>	<b>38</b>
3.1 Kerangka Konsep.....	38
3.2 Definisi Operasional.....	40
3.3 Hipotesis .....	41
<b>BAB IV.....</b>	<b>43</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>43</b>

4.1	Jenis dan Desain Penelitian .....	43
4.2	Variabel Penelitian.....	43
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	44
4.4	Instrumen Penelitian .....	46
4.5	Teknik Pengumpulan Data .....	50
4.6	Pengolahan dan Analisa Data .....	52
4.7	Etika Penelitian.....	55
4.8	Waktu, Lokasi dan Jadwal Penelitian.....	56
<b>BAB V.....</b>		<b>57</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>57</b>
5.1	Hasil Penelitian.....	57
5.2	Pembahasan .....	59
5.3	Keterbatasan Penelitian .....	68
<b>BAB VI.....</b>		<b>70</b>
<b>SIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>70</b>
6.1	Simpulan.....	70
6.2	Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>78</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>		<b>94</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian penelitian .....	9
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	40
Tabel 4. 1 Pengambilan sampel .....	46
Tabel 4. 2 Kisi – kisi Kuisisioner <i>Fear Of Missing Out (FOMO)</i> .....	47
Tabel 4. 3 Kisi – kisi Kuisisioner Kecanduan Media Sosial .....	48
Tabel 4. 4 Skor Variabel <i>Fear Of Missing Out (FOMO)</i> .....	53
Tabel 4. 5 Skor Variabel Kecanduan Media Sosial .....	53
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi <i>Fear Of Missing Out (FOMO)</i> pada remaja di Desa Panyosogan Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025 (n = 54)...	57
Tabel 5. 2 Distribusi frekuensi kecanduan media sosial pada remaja di Desa Panyosogan Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025 (n = 54)...	58
Tabel 5. 3 Hubungan <i>Fear Of Missing Out (FOMO)</i> dengan kecanduan media sosial pada remaja di Desa Panyosogan Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025 (n = 54).....	58

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teoritis.....	37
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep.....	39

## DAFTAR SINGKATAN

FOMO	: <i>Fear Of Missing Out</i>
APJII	: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Skripsi .....	79
Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan .....	80
Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian .....	81
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian.....	82
Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden .....	83
Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	84
Lampiran 7 Kuisisioner Kecanduan Media Sosial .....	85
Lampiran 8 Kuisisioner <i>FOMO</i> .....	87
Lampiran 9 Kartu Bimbingan .....	90
Lampiran 10 Hasil Analisis Data .....	92
Lampiran 11 Riwayat Hidup.....	94