

**SKRIPSI**  
**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA REMAJA DI SMAN 1**  
**BANJARMASIN TAHUN 2024**



**Oleh:**

**GRACE EVELIN ANGELINA WAHYUDI**

**113063C1120015**

**PROGRAM PENDIDIKAN SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN**  
**BANJARMASIN**  
**2024**

**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA REMAJA DI SMAN 1  
BANJARMASIN TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Sekolah  
Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin



**DISUSUN OLEH:**

**GRACE EVELIN ANGELINA WAHYUDI**

**113063C1120015**

**PROGRAM PENDIDIKAN SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN**

**BANJARMASIN**

**2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**SKRIPSI**  
**GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA REMAJA DI SMAN 1**  
**BANJARMASIN TAHUN 2024**

Skripsi penelitian ini telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I

Pembimbing II


  
Lanawati.,S.Kep.,Ners.,M.Kep

  
Dyah Trifianingsih.,S.Kep.,Ners.,M.Kep

Mengetahui

Koordinator Penelitian STIKES Suaka Insan Banjarmasin



  
Lanawati, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI  
GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA REMAJA DI SMAN 1  
BANJARMASIN TAHUN 2024

Diajukan oleh :

Grace Evelin Angelina Wahyudi

113063C1120015

Telah Diseminarkan dan Diujikan

Pada Tanggal, 16 Juli 2024

Penguji I



Sr. Gertrudis Tutpai, SPC.,M.Psi

Penguji II



Maria Silvana Dhawo, S.Kep.,Ners.,MHPEd

Penguji III



Aulia Rachman, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Mengesahkan

Ketua STIKPS Suaka Insan Banjarmasin



Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC.,BSN., MHA., Ph.D

## DESCRIPTION OF THE *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* IN TEENAGERS AT SMAN 1 BANJARMASIN

Grace Evelin Angelina Wahyudi<sup>1</sup>, Lanawati<sup>2</sup>, Dyah Trifianingsih<sup>3</sup>

### ABSTRACT

**Background :** FoMO is a worry experienced by someone that other people are doing activities that are more enjoyable than or without them, where this feeling is triggered by updates on other people's activities via social media. The largest percentage of social media users is among teenagers, amounting to 79.5% of the total population (Kemenkominfo, 2023). Adolescents aged 12-18 years have a very high tendency to experience FoMO. In this case, FoMO can also cause problems such as experiencing feelings of fear, anxiety, and worry which cause individuals to experience difficulty in controlling the environment, establishing positive relationships with other people, and accepting themselves. These problems will affect the individual's psychological well-being.

**Research Purposes :** This research aims to determine the description of *FoMO* among teenagers at SMAN 1 Banjarmasin

**Method :** This research uses quantitative research with descriptive methods. The population in this study was 775 school students. The sampling technique was simple random sampling, the sample was 261 people. The variable in this research is a description of *FoMO* in teenagers at SMAN 1 Banjarmasin. Data collection in this research used a questionnaire with Google Form.

**Result :** Based on the results of the research and discussion that has been described regarding the description of *Fear of Missing Out (FoMO)* in Adolescents at SMAN 1 Banjarmasin, it can be concluded that 230 students (88%) indicated moderate *FoMO*, 20 students (8%) T indicated high FoMO and 11 other students (4%) indicated low *FoMO*.

**Conclusion :** The description of *FoMO* in teenagers at SMAN I Banjarmasin is categorized as moderate *FoMO*.

**Keywords :** Description, *Fear Of Missing Out (FoMO)*, Teenager

---

<sup>1</sup>Student of Nursing Program College Of Health Science Suaka Insan Banjarmasin

<sup>2,3</sup>Lecturer of Nursing Program College Of Health Science Suaka Insan Banjarmasin

# GAMBARAN *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PADA REMAJA DI SMAN 1 BANJARMASIN

Grace Evelin Angelina Wahyudi<sup>1</sup>, Lanawati<sup>2</sup>, Dyah Trifianingsih<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang :** *FoMO* merupakan kekhawatiran yang dialami seseorang bahwa orang lain sedang melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada atau tanpa dirinya, dimana perasaan tersebut dipicu oleh pembaharuan (update) aktivitas orang lain melalui media sosial. Presentase terbesar pengguna media sosial ialah dikalangan remaja, sebesar 79,5% dari total populasi (Kemenkominfo, 2023). Remaja yang berusia 12-18 tahun mempunyai kecenderungan yang sangat tinggi untuk mengalami *FoMO*. Dalam hal ini *FoMO* juga dapat menyebabkan masalah seperti mengalami perasaan takut, cemas, serta khawatir yang menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menguasai lingkungan, menjalin relasi positif dengan orang lain, dan menerima dirinya, masalah-masalah itu akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu tersebut.

**Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran *FoMO* Pada Remaja di SMAN 1 Banjarmasin.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dengan jumlah 775 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *simple random sampling*, sampel berjumlah 261 orang. Variabel dalam penelitian ini adalah gambaran *FoMO* pada remaja di SMAN 1 Banjarmasin, pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner dengan *google form*.

**Hasil :** Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan mengenai *Gambaran Fear Of Missing Out (FoMO)* Pada Remaja di SMAN 1 Banjarmasin, maka dapat disimpulkan bahwa 230 siswa/i (88%) terindikasi *FoMO* sedang, 20 siswa/i (8%) terindikasi *FoMO* tinggi dan 11 siswa/i lainnya (4%) terindikasi *FoMO* rendah.

**Kesimpulan :** Gambaran *FoMO* pada remaja di SMAN 1 Banjarmasin mayoritas dikategorikan sebagai *FoMO* sedang, oleh karena itu disarankan agar siswa untuk mengontrol penggunaan media sosial dan melakukan kegiatan positif seperti mengikuti ekstrakurikuler yang ada di sekolah.

**Kata Kunci :** *Fear Of Missing Out (FoMO)*, Gambaran, Remaja

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Suaka Insan Banjarmasin

<sup>2,3</sup>Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya tulis saya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister) baik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan (STIKES Suaka Insan) maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tim penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Grace Evelin Angelina Wahyudi

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Grace Evelin Angelina Wahyudi  
NIM : 113063C1120015  
Prodi : Sarjana Keperawatan  
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademik STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin Karya Ilmiah saya yang berjudul:

“Gambaran *Fear Of Missing Out (FoMO)* Pada Remaja di SMAN 1 Banjarmasin”

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan *editing*, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa *database* serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan).

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Banjarmasin

Pada tanggal : 16 Juli 2024



Grace Evelin Angelina Wahyudi



## LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur saya sampaikan kepada Tuhan Yesus, karena berkat penyertaan serta pertolongan kasih karunia-Nya sehingga saya boleh menyelesaikan skripsi saya

Tidak lupa juga trima kasih saya ucapkan kepada diri sendiri karena sudah kuat untuk bertahan dalam berproses sampai sejauh ini, kamu keren banget Grace.

Terima kasih juga yang sebesar-besarnya untuk kedua orang tua saya. mami dan papi yang selalu mengusahakan yang terbaik untuk Grace, selalu memberi dukungan baik moril maupun materil. Semoga papi dan mami sehat selalu supaya bisa lihat Grace jadi orang sukses. Amin

Kak Christin yang sangat saya kasihi, terimakasih juga sudah mau mengerti dan memberikan dukungan kepada adiknya yang menggemaskan ini, semoga Tuhan memberkati kakak. Meskipun kakak suka memarahiku tanpa alasan yang jelas, Grace tetap sayang kakak

Untuk kedua dosen pembimbing ibu Lana dan ibu Dyah tidak lupa juga saya ucapkan rasa terima kasih dan hormat yang sebesar-besarnya, terima kasih ibu sudah menemani perjalanan skripsi saya dari tahap proposal hingga skripsi, terima kasih sudah mengusahakan agar saya dapat mengikuti sidang skripsi, meskipun prosesnya tidak mudah, bimbingan serta nasihat dari ibu akan selalu saya ingat baik dalam hati dan pikiran saya. Kiranya Tuhan Yesus selalu memberkati kehidupan ibu dan keluarga, besar jasa ibu dalam kehidupan saya biarlah Tuhan Yesus yang membalas.

Selanjutnya untuk sahabat saya, Laily, Zahwa, Pute, yang selalu sabar mendengarkan keluhan-keluhan saya, baik dalam masalah asmara maupun skripsi ini. Semoga Tuhan memberkati kalian.

Tidak lupa juga saya ucapkan terimakasih untuk teman-teman terdekat saya di kampus, Ade, mba Agri, Rani dan Tamia yang saya cintai dan saya kasihi, kiranya Tuhan Memberkati kalian dimanapun kalian berada nanti, semoga kita semua jadi orang sukses ya. Tolong banget semoga kita tetap temenan ya meskipun nantinya jarang ketemu. Wopyuuu

## *CURICULUM VITAE*

Nama : Grace Evelin Angelina Wahyudi

Tempat/tanggal lahir : Tanah Laut, 28 Januari 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Status : Mahasiswa

Alamat : Jl. A Yani RT.007/RW.003, Sungai Cuka, Tanah Laut,  
Kalimantan Selatan

Ayah : Wahyudi Suwiyono

Ibu : Ratna Ernawati Siahaan

Pekerjaan orang tua

Ayah : Wiraswasta

Ibu : Pensiun PNS

Riwayat pendidikan

TK : -

SD : SD Kebun Raya 2 2008-2014

SMP : SMP Negeri 2 Kintap 2014-2017

SMA : SMA Negeri 2 Kintap 2017-2020

Perguruan Tinggi : STIKES Suaka Insan Banjarmasin 2020-sekarang

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Gambaran *Fear of Missing Out (FoMO)* Pada Remaja di SMAN 1 Banjarmasin Tahun 2024”.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari semua pihak yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bantuan dan bimbingan bagi peneliti, oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC.,BSN.,MHA.,Ph.D selaku Ketua STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
2. Fery Setyawan Amadhy, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Banjarmasin yang telah memberikan ijin dan membantu berjalannya penelitian.
3. M. Helmi, S.Pd, selaku Guru Bimbingan Konseling (BK) SMAN 1 Banjarmasin yang telah memberikan ijin dan membantu berjalannya penelitian ini serta memberikan motivasi dan dukungan.
4. Maria Silvana Dhawo, S.Kep., Ners., MHPed, selaku Wakil Ketua I STIKES Suaka Insan Banjarmasin dan selaku penguji II.
5. Sr. Gertrudis Tutpai, SPC, S.Pd., M.Psi, selaku Wakil Ketua II STIKES Suaka Insan Banjarmasin dan selaku penguji I.
6. Lucia Andi Chrismilasari, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Wakil Ketua III.

7. Theresia Jamini, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Profesi Ners STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
8. Sapariah Anggraini, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Sekretaris Program Studi Sarjana Keperawatan.
9. Theresia Ivana, S.Kep., Ners., MSN, selaku Sekretaris Profesi Ners.
10. Lanawati, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku koordinator penelitian STIKES Suaka Insan Banjarmasin dan selaku pembimbing I yang telah membimbing serta memberi dukungan dan arahan dalam proses penyusunan skripsi.
11. Dyah Trifianingsih, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku dosen Pembimbing II yang telah membimbing serta memberikan dukungan dan arahan dalam proses penyusunan skripsi.
12. Aulia Rachman, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku penguji III yang telah memberikan saran.
13. Seluruh staff pendidikan dan tata usaha STIKES Suaka Insan Banjarmasin
14. Papi, mami, kakak yang telah memberikan doa dan dukungan berupa moril dan materil selama pengerjaan skripsi ini.
15. Kepada siswa/siswi SMAN 1 Banjarmasin yang terlibat membantu menjadi responden pada penelitian ini.
16. Sahabat serta teman-teman satu bimbingan dan juga seluruh teman-teman angkatan 14 yang saya kasihi.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya peneliti berharap, semoga skripsi ini dapat menyumbang sesuatu yang

bermanfaat bagi pembaca, khususnya dosen dan mahasiswa. Hasil dari skripsi ini diharapkan dapat digunakan sebagai tindak lanjut untuk mempersiapkan pembelajaran yang akan datang, sehingga dapat menjadi lebih baik dan bermanfaat hasilnya dalam rangka mewujudkan pendidikan yang bermutu.

Banjarmasin, 16 Juli 2024



Grace Evelin Angelina Wahyudi

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
INTISARI.....	vi
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<i>CURICULUM VITAE</i> .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR SKEMA.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis .....	5
2. Manfaat Umum.....	5
E. Keaslian Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Telaah Pustaka.....	9
1. Konsep <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	9
a. Definisi FoMO .....	9
b. Faktor penyebab FoMO.....	10
c. Tanda-Tanda FoMO .....	11

d.	Indikator FoMO.....	12
e.	Dampak FoMO.....	13
f.	Cara Mengatasi FoMO.....	14
g.	Fenomena FoMO Pada Remaja.....	15
h.	Kategori FoMO .....	15
2.	Konsep Remaja.....	15
a.	Definisi Remaja.....	15
b.	Usia.....	16
c.	Remaja Sekolah.....	16
d.	Fase Remaja .....	16
B.	Landasan Teori .....	17
C.	Skema Landasan Teori .....	19
D.	Kerangka Konsep Penelitian .....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>		<b>21</b>
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
B.	Variabel Penelitian .....	21
C.	Definisi Operasional.....	21
D.	Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
E.	Populasi .....	22
F.	Instrumen Penelitian.....	24
G.	Uji Validitas dan Reabilitas.....	25
H.	Teknik Pengumpulan Data .....	28
I.	Cara Analisa Data.....	30
J.	Cara Analisa Data.....	33
K.	Hambatan dan Keterbatasan Penelitian .....	33
L.	Pertimbangan Etik .....	34
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>36</b>
A.	Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	36

B. Karakteristik Responden.....	37
C. Hasil dan Pembahasan .....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran .....	46
DAFTAR PUSTAKA .....	48
LAMPIRAN.....	52



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	22
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....	37
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.	38
Tabel 4. 3 Kategori skala FoMO pada remaja.....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Sekolah SMAN 1 Banjarmasin .....	36
--	----

## DAFTAR SKEMA

Skema 1. 1 Kerangka Teori Penelitian .....	19
Skema 1. 2 Kerangka Konsep Penelitian .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan.....	53
Lampiran 2 Persetujuan Pengesahan Pembimbing .....	54
Lampiran 3 Sertifikat Etik.....	55
Lampiran 4 Hasil Uji Valid .....	56
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 6 Informed Consent .....	59
Lampiran 7 Kuesioner .....	61
Lampiran 8 Master Tabel .....	67
Lampiran 9 Hasil Analisis Data .....	78
Lampiran 10 Lembar Konsul Pembimbing 1 .....	79
Lampiran 11 Lembar Konsul Pembimbing 2.....	82
Lampiran 12 Jadwal Penelitian .....	84