

# Hubungan antara Fear of Missing Out (FoMO) dan Tingkat Harga Diri pada Dewasa Awal Penggunaan Media Sosial = The Relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and Self-esteem Level in Early Adults Using Social Media

Haniya Mufida Zahra, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920540533&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Dalam dinamika media sosial, tekanan mempertahankan citra positif dapat memicu perasaan rendah diri, sementara ketakutan tertinggal mendorong keterlibatan berlebihan, berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental pengguna. Pemahaman mendalam terhadap interaksi kompleks ini esensial untuk mengembangkan pendekatan yang seimbang dan positif terhadap penggunaan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara Fear of Missing Out (FoMO) dengan harga diri pada dewasa awal (usia 18-25 tahun) pengguna media sosial di DKI Jakarta. Desain penelitian menggunakan metode cross-sectional dengan sampel sebanyak 108 responden dewasa awal pengguna media sosial di DKI Jakarta, yang dipilih secara purposive sampling melalui media social. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) dan Fear of Missing Out Scale (FoMOs). Analisis statistik chi-square pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat harga diri dengan perasaan FoMO dalam konteks penggunaan media sosial kelompok dewasa awal di wilayah DKI Jakarta ( $p = 0,120$ ;  $\alpha = 0,05$ ). Penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih mengidentifikasi faktor yang berkaitan dengan FoMO seperti alasan penggunaan media sosial, jenjang pendidikan terakhir, status ekonomi dan sosial, ketergantungan pada penilaian orang lain, dan keterbatasan dalam penggunaan media sosial.

.....In social media, efforts to maintain a positive image can lead to low self-esteem, while the fear of missing out (FoMO) may drive excessive usage, potentially affecting mental well-being. This study aims to explore the relationship between FoMO and self-esteem in early adults using social media in DKI Jakarta (ages 18-25). A cross-sectional method was employed with a sample of 108 respondents, selected through purposive sampling on social media. The research instruments included the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and Fear of Missing Out Scale (FoMOs). Chi-square analysis indicates no significant influence between self-esteem and FoMO levels among early adult social media users in DKI Jakarta ( $p = 0.120$ ;  $\hat{\alpha} = 0.05$ ). The subsequent research is suggested to delve into the respondents' identities, such as occupation, education level, and reasons for using social media, as well as exploring the extent to which variables may be interconnected.