

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DAN
KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA
MAHASISWA UIN IMAM BONJOL PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Sebagai Syarat dalam
Penulisan Skripsi pada Program Studi Psikologi Islam (S.Psi)*



Oleh :

UMMU HABIBAH

NIM : 2115040026

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL PADANG
2025 M / 1447 H**

PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ummu Habibah

NIM : 2115040026

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan *Dependency* (ketergantungan) Media Pada Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang”** merupakan hasil karya saya sendiri dan dapat di publikasikan sepenuhnya oleh Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran.

Padang, 10 Agustus 2025

Penulis



Ummu Habibah

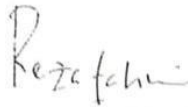
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "*Hubungan Antara Fear Of Missing Out Dengan Dependency (Ketergantungan) Media Pada Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang*", disusun oleh **Ummu Habibah**, NIM: **2115040026**, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk di ajukan ke sidang munaqasyah.

Padang, 10 Agustus 2025

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP. 198908292002121002

Pembimbing II



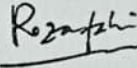
Nurul Fadhlilah Khair, M.Psi., Psikolog
NIP. 199211192022032001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul "**Hubungan antara *Fear of Missing Out* dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang**". Ummu Habibah NIM. 2115040026 telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Jum'at, 22 Agustus 2025 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

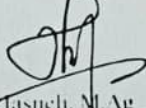
Padang, 04 September 2025

Tim Penguji
Ketua



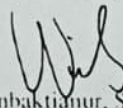
Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP. 196908292002121002

Penguji I



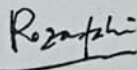
Dr. Hasneli, M.Ag
NIP. 196502231994032003

Penguji II



Winbaktiatur, S.L., M.A
NIP. 197803272009121003

Penguji III



Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP. 196908292002121002

Penguji IV



Nurul Fadhilah Khair, M.Psi., Psikolog
NIP. 199211192022032001

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Sefriyono, S.Ag., M.Pd
NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi Ini Berjudul “**Hubungan antara *Fear Of Missing Out* dan ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang**”. Disusun Oleh Ummu Habibah NIM 2115040026 Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang.

Kemajuan teknologi telah memberikan dampak besar terhadap berbagai elemen budaya dan cara hidup manusia. Perubahan yang nyata terlihat dari meningkatnya pemakaian media sosial, yang sekarang telah menjadi inti dari aktivitas harian manusia. Dengan media sosial, individu bisa membangun hubungan, menyampaikan emosinya, dan bahkan melakukan kegiatan keagamaan secara *online*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dan ketergantungan media sosial pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Teori yang dipakai untuk variabel *fear of missing out* adalah teori dari Patrick J. McGinnis (2020) dan teori ketergantungan media dari Melvin DeFleur dan Sandra Ball-Rokeach (1976). Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 13129 mahasiswa dengan jumlah sampel 340 orang mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling*. Instrumen pengambilan data dalam penelitian ini adalah kuesioner berupa skala *fear of missing out* dan skala ketergantungan media dengan model likert.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *fear of missing out* berada pada kategori sedang dengan persentase 85% dan tingkat ketergantungan media berada pada kategori sedang dengan persentase 85.9%. Hasil uji hipotesis menunjukan bahwa adanya hubungan positif antara *fear of missing out* dan ketergantungan media pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang dengan nilai korelasi (r) sebesar 0.148 yang berada pada tingkat hubungan yang lemah dengan nilai $\text{sig } 0.006 < 0.05$. hal ini menunjukan bahwa adanya hubungan positif antara *fear of missing out* dengan ketergantungan media pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Keywords : *Fear of Missing Out*, Ketergantungan Media, Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang

ABSTRACT

This thesis is titled “The Relationship Fear of Missing Out and Dependency on Social Media Among Students of UIN Imam Bonjol Padang.” It was written by Ummu Habibah, Student ID 2115040026, from the Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, UIN Imam Bonjol Padang.

Technological advancements have had a significant impact on various cultural elements and human lifestyles. One evident change is the increased use of social media, which has now become a core part of daily human activity. Through social media, individuals can build relationships, express emotions, and even engage in religious activities online. The purpose of this research is to determine the relationship between fear of missing out and social media dependency among students of UIN. The theory used for the fear of missing out variable is from Patrick J. McGinnis (2020), and the theory of media dependency is from Melvin DeFleur and Sandra Ball-Rokeach (1976).

This study uses a quantitative approach with a correlational research design. The population in this research consists of 13,129 students, with a sample size of 340 students from UIN Imam Bonjol Padang. The sampling technique used is random sampling. The instruments for data collection are questionnaires in the form of a Likert scale for both the fear of missing out and media dependency variables. The results of this study show that the level of fear of missing out falls into the moderate category with a percentage of 85%, and the level of media dependency also falls into the moderate category with a percentage of 85.9%. The hypothesis test results indicate a positive relationship between fear of missing out and media dependency among students of UIN Imam Bonjol Padang, with a correlation coefficient (r) of 0.148, which indicates a weak level of correlation, and a significance value of 0.006 (< 0.05). This shows that there is a positive relationship between fear of missing out and media dependency among students of UIN Imam Bonjol Padang. Therefore, it can be concluded that the hypothesis of this study is accepted.

Keywords: *Fear of Missing Out, Media Dependency, Students of UIN Imam Bonjol Padang*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahillobbil'amin, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat beserta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**Hubungan antara *Fear of Missing Out* dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang**”. Shalawat serta salam semoga selalu disampaikan kepada baginda Rasulullah SAW yang telah menuntun umatnya untuk menuju kebahagiaan di dunia dan akhirat. Untuk semua pihak yang telah mendukung proses penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada :

1. Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Ushuludiin dan Studi Agama
2. Ketua dan Sekretariat program Studi Psikologi Islam
3. Bapak Dr. Subhan ajrin Sudirman, selaku dosen Pembimbing Akademik
4. Bapak Dr. Reza Fahmi, S. Sos., M.A selaku pembimbing I dan ibu Nurul Fadhilah Khair, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah sama-sama bersedia meluangkan waktu, dan memberikan banyak masukan kepada penulis, serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Kedua orang tua tercinta, ayah Syafrudin dan amak Yarmita. yang telah menjadi sumber kekuatan terbesar dalam hidup penulis. Terima kasih atas setiap doa yang tak pernah putus, setiap nasihat yang menuntun langkah, dan setiap tetes keringat yang tercurah demi pendidikan ini.

Segala yang penulis capai adalah berkat pengorbanan yang tak ternilai dari Ayah dan Amak

6. Saudara-saudara penulis, unan, uni, abang dan adik-adik yang selalu menjadi tempat pulang dan sandaran hati. terima kasih atas candaan yang menghapus lelah, motivasi yang menguatkan semangat, dan dukungan yang hadir tanpa diminta.
7. Sahabat terbaik, Siti Fatimah, yang setia mendampingi dalam suka maupun duka. terima kasih telah menjadi teman berbagi cerita, tawa, dan air mata, serta mengingatkan untuk tetap berjuang di saat rasa lelah melanda.
8. Teman-teman tersayang, Nurhamidah, Vinta Zalvianti, Nurlatifa, Indah Permata Rila dan Aulia Ulfah kalian adalah bagian berharga dari perjalanan ini.
9. Teruntuk orang-orang baik yang selalu ada di dekat penulis, terimakasih kepada setiap jiwa yang telah menginspirasi, memberi sokongan dan berjalan beriringan dalam perjalanan ini.
10. A note of gratitude to myself, terima kasih telah bertahan sejauh ini, melewati hari-hari yang penuh lelah, ragu, dan air mata. Terima kasih telah tetap melangkah meski banyak ingin menyerah, dan tetap memilih untuk berjuang meski jalan terasa berat.

Padang, 10 Agustus 2025
Penulis



Ummu Habibah
2115040026

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEORISINILAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.	1
A. Latar Belakang Masalah.	1
B. Rumusan Masalah.	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
F. Sistematika Penulisan.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. <i>FEAR OF MISSING OUT</i>	11
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out</i>	11
2. Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i>	13
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	14
4. Ciri-Ciri <i>Fear of Missing Out</i>	15
5. Dampak <i>Fear of Missing Out</i>	15
6. <i>Fear of Missing Out</i> Dalam Perspektif Islam... ..	16
B. KETERGANTUNGAN	17
1. Pengertian Ketergantungan	17
2. Aspek-Aspek Ketergantungan	18
3. Faktor- Faktor penyebab Ketergantungan.....	19
4. Ketergantungan Media dalam Perspektif Islam.....	20
C. Media Sosial... ..	23
1. Definisi Media Sosial... ..	23

2. Jenis-Jenis Media Sosial.....	24
3. Dampak Media Sosial.....	26
D. Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> dan Ketergantungan Media Sosial.....	27
E. Penelitian Relevan.	28
F. Kerangka Konseptual.....	29
G. Hipotesis.	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian	31
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
D. Subjek Penelitian	33
E. Instrumen Penelitian	35
F. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN... ..	44
A. Pelaksanaan Penelitian.....	44
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	45
C. Hasil Penelitian.....	46
1. Hasil Uji Normalitas.....	47
2. Uji Linearitas	48
3. Hasil Uji Hipotesis.....	48
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Studi Pendahuluan	7
Tabel 3.1 Data Rincian Jumlah Mahasiswa di UIN Imam Bonjol Padang	27
Tabel 3.2 Daftar Skor Skala Likert	30
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Fear of Missing Out</i> (sebelum uji coba)	31
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala Ketergantungan Media (sebelum uji coba).....	32
Tabel 3.5 <i>Blueprint Fear of Missing Out</i> (setelah uji coba)	34
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Ketergantungan media (setelah uji coba)	35
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Fear of Missing Out</i>	36
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Ketergantungan Media.....	36
Tabel 4.1 Kategorisasi Variabel <i>Fear of Missing Out</i>	41
Tabel 4.2 Kategorisasi Variabel Ketergantungan Media.....	43
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 4.4 Hasil Uji Linearitas	45
Tabel 4.5 Hasil Uji Hipotesis	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	31
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Skala Uji Coba.....	76
Lampiran II Hasil Uji Coba Skala	83
Lampiran III Skala Penelitian.....	91
Lampiran IV Hasil Penelitian	96
Lampiran V Kelengkapan Administrasi	99
Dokumentasi.....	127