

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN
FENOMENA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DI
KALANGAN MAHASISWA UIN FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Islam

OLEH:

RETNO ANDAYANI
NIM. 2111320081

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
2025**

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN
FENOMENA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DI
KALANGAN MAHASISWA UIN FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Islam

OLEH:

RETNO ANDAYANI
NIM. 2111320081

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
2025**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU**

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211
Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172
Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama: **Retno Andayani, NIM: 2111320081** yang berjudul
"Hubungan Antara Harga Diri Dengan Fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) Di Kalangan Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu".

Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BK) Jurusan Dakwah Fakultas

Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan pembimbing II. Maka skripsi ini telah memenuhi persyaratan ilmiah dan disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah Universitas Islam

Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, September 2025

Pembimbing I

Emzinetri, M. Ag

NIP. 197105261997032002

Pembimbing II

Asti Haryati, M.Pd

NIP. 199108252023212050

Mengetahui

An. Dekan Fuad

Ketua Jurusan Dakwah

Dr. Wira Hadikusuma, M.S.I

NIP. 198601012011011012



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211

Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172

Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi atas nama **Retno Andayani**, NIM: **2111320081** yang berjudul **"Hubungan Antara Harga Diri Dengan Fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) Di Kalangan Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu"** telah diujikan dan dipertahankan di depan tim sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UIN FAS) Bengkulu pada:

Hari : **Senin**

Tanggal : **1 September 2025**

Dengan ini dinyatakan **LULUS**, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Bengkulu, **September 2025**

Dekan

Dr. Aan Sapian, M. Ag

NIP.196906151997031003

Tim Sidang

Ketua

Emzinetri, M. Ag

NIP. 197105261997032002

Penguji I

Dr. Nelly Marhayati, M.Si

NIP. 197803082003122003

Sekretaris

Asti Haryati, M.Pd

NIP. 199108252023212050

Penguji II

Diana Zumrotus Sa'adah, M.Psi

NIP. 199411152022032001

MOTTO

﴿٤٤﴾ بِالْعِبَادِ ۖ بَصِيرٌ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ إِلَىٰ أَمْرِي وَأَفْوَضُ لَكُمْ أَقُولُ مَا فَسْتَذْكُرُونَ

*“Kelak kamu akan ingat kepada apa yang kukatakan kepadamu.
Dan aku menyerahkan urusanku kepada Allah. Sungguh Allah
maha melihat akan hamba-hamba-nya”*

-Qs. Ghafir 40:44

“Long story short, I survived”

-Taylor Swift

*“Ketika Kamu Berani Memulai, Maka Kamu Harus Berani
Menghadapi Rintangannya Yang Ada Di Depan Sampai Kamu
Menemukan Garis Finish”*

-Retno Andayani

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Yang senantiasa memberikan kemudahan, kelancaran, dan keberkahan bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini untuk:

1. Teruntuk kedua orang tuaku, cinta pertamaku dan alasan utama aku memulai perjalanan ini Bapak (Alm) Sujadi dan madrasah pertamaku, serta wanita yang mempertaruhkan nyawanya untuk melahirkanku ibu Karma Tri Murti. Ribuan terima kasih penulis ucapkan untuk segala pengorbanan serta ketulusan yang diberikan. Terima kasih karena bapak dan ibu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, mengusahakan, memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial, serta selalu memprioritaskan pendidikan dan kebahagiaan anak-anaknya. *Alhamdulillah* kini penulis sudah sampai ditahap ini, terima kasih sudah senantiasa mendampingi penulis sampai sejauh ini.

2. Untuk ketiga kakakku, Agus Mansyah, Erna Fitria, dan Pantes Utami, terima kasih sudah ikut serta mendampingi penulis dalam proses penulis menyelesaikan pendidikan sarjana, terima kasih untuk cinta, kasih, semangat, dukungan, motivasi, dan do'a yang selalu kalian curahkan kepada penulis.
3. Untuk ke-3 keponakanku, kakak Cylla, mbak Ara, dan adek Afia, terima kasih sudah menjadi salah satu *support system* terbaik untuk penulis.
4. Teruntuk keluargaku, Pakcik Joyo, Bucik Pelita Awanti, dan Mama Hikmawati, terima kasih sudah menjadi orang tua pengganti ketika penulis jauh dari bapak dan ibu.
5. Teruntuk sahabat terbaikku, Syffa Ika Nazalwa, terima kasih karena selalu ada untuk penulis dalam suka maupun duka, terimakasih karena selalu merayakan hal-hal kecil dalam hidup penulis.
6. Teruntuk pembimbingan skripsi ibu Emzinetri, M.A selaku pembimbing I, dan ibu Asti Haryati selaku pembimbing II, terima kasih karena sudah membantu dan membimbing

peneliti dengan penuh kesabaran dan penuh motivasi, terima kasih karena selalu memberikan kemudahan kepada peneliti dalam pelaksanaan bimbingan.

7. Untuk partner perjuanganku di bangku perkuliahan, Ici Apriani, Ainun Jaria, Anisa Anggraini, Wiwied Puspita Sari, Mutiah, Iisra Kurnia, dan Robi Riyansyah, terima kasih telah menemani penulis selama di bangku perkuliahan.
8. Teruntuk keluarga besar KKN 112, keluarga kedua yang tanpa sengaja dipertemukan dimasa KKN, Anggun, ayuk Mei, Dilla, teteh Papat, Mbak Zalela, Papa Legin, Mas Aji, Andesta, terima kasih sudah mewarnai hari hariku selama KKN di Desa Rena Panjang, dan menciptakan suasana KKN yang menyenangkan.
9. Teruntuk seluruh Angkatan BKI 2021 terutama BKI C, terimakasih telah sama sama berjuang dan saling membantu.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri Dengan *Fear of Missing Out* (FOMO) Di Kalangan Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arah dari tim pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan tercantum sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan kenyataan yang berlaku.

Bengkulu, Agustus 2025

Saya Yang Menyatakan



RETNO ANDAYANI
NIM. 2111320081

ABTRAK

Retno Andayani, NIM 2111320081, judul skripsi **“Hubungan Antara Harga Diri Dengan Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) Di Kalangan Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu”**.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) dikalangan mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu terkhusus mahasiswa Angkatan 2021. Harga diri merupakan suatu pandangan yang diberikan individu terhadap dirinya sendiri, sedangkan FoMO merupakan perilaku dimana seorang individu memiliki kecemasan dan perasaan khawatir akan ketertinggalan sesuatu di media sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode uji hipotesis *product moment*. Penelitian ini melibatkan sebanyak 335 mahasiswa Angkatan 2021 yang merupakan mahasiswa aktif dan terdaftar di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Metode pengujian *product moment* menghasilkan korelasi pada penelitian ini sebesar $-.332^{**}$ dengan taraf signifikasnsi $0,000$ yang artinya $r_{hitung} > r_{tabel}$. Hasil ini menunjukkan jika arah hubungan dari kedua variabel ialah negative dan dikategorikan sedang dengan nilai *R Square* $0,111$ atau $11,1\%$ harga diri memberikan sumbangsih terhadap fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) dikalangan mahasiswa UINFAS Bengkulu. Artinya, harga diri seseorang juga dapat mempengaruhi munculnya *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Kata Kunci: Harga Diri, *Fear of Missing Out* (FoMO)

ABSTRACT

Retno Andayani, NIM 2111320081, thesis title ‘The Relationship Between Self Esteem and the Phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) Among UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu Students’.

*This study aims to determine the relationship between self-esteem and the phenomenon of Fear of Missing Out (FOMO) among UINFAS Bengkulu students, especially students of the Class of 2021. Self-esteem is a view given by individuals towards themselves, while FoMO is a behavior where an individual has anxiety and feelings of worry about missing something on social media. This research uses a quantitative approach with the product moment hypothesis test method. This study involved as many as 335 students of the Class of 2021 who are active students and registered at UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. The product moment testing method produces a correlation in this study of $-.332^{**}$ with a level of significance of 0.000, which means that $r_{count} > r_{table}$. These results show that the direction of the relationship between the two variables is negative and categorized as moderate with an R Square value of 0.111 or 11.1% of self-esteem contributes to the phenomenon of Fear of Missing Out (FoMO) among UINFAS Bengkulu students. This means that a person's self-esteem can also influence the emergence of Fear of Missing Out (FoMO) in students of UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.*

Keywords: Self Esteem, Fear of Missing Out (FoMO)

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur kepada Allah SWT yang mana atas segala nikmat dan kemuliaan-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Hubungan antara harga diri dengan *Fenomena Fear of Missing out* (Fomo) Dikalangan Mahasiswa Uinfas Bengkulu”. Shalawat serta salam tidak lupa pula kita haturkan kepada junjungan kita nabis besar Muhammad SAW, yang mana berkat perjuangan beliau kita dapat merasakan zaman yang penuh akan ilmu pengetahuan ini, dan, semoga kita tetap menjadi pengikutnya hingga akhir zaman nanti.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) jurusan Dakwah, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Dalam proses penulisan ini penulis mengucapkan ribuan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis mendapat bantuan dari

berbagai pihak dengan demikian penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. KH Zulkarnain Dali, M.Pd selaku Rektor Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Dr. Aan Supian, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
3. Dr. Wira Hadikusuma, M.Si selaku Ketua Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu sekaligus dosen pembimbing akademik.
4. dan Pebri Prandika Putra, M.Hum selaku sekretaris Jurusan Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
5. Ibu Dilla Astarini, M.Pd. selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling Islam.
6. Ibu Emzinetri, M.Ag. selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi, semangat dan arahan dengan penuh kesabaran.

7. Ibu Asti Haryati, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah membarikan bimbingan, motivasi, semangat, serta arahan dengan penuh kesabaran.
8. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Dakwah terkhusus bapak ibu dosen prodi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu yang telah mengajar dan membimbing serta memberikan berbagai ilmu dengan penuh keikhlasan.
9. Staff dan Karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu yang telah memberikan pelayanan yang baik dalam hal administrasi.
10. Perpustakaan Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu yang telah memberikan fasilitas kepada peneliti dalam mencari referensi untuk karya tulis skripsi ini.
11. Orangtua dan saudara-saudara yang tiada hentinya memberikan semangat dan doa dalam setiap sujudnya. Terima kasih atas semua cinta dan kasih sayang yang telah kalian berikan kepadaku, segala dukungan yang diberikan

baik moral maupun material dan mengisi duniaku dengan begitu banyak kebahagiaan, serta mengajarkan arti kesabaran.

12. Teman teman penulis yang tidak bisa penulis sebutkan satu satu, terimakasih atas *support* dan bantuannya selama ini.
13. Teruntuk para responden yang telah berkenan mengisi kuesioner penelitian yang peneliti sebarakan.

Penulis sangat menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi penelitian ini ialah berkat bantuan dari berbagai pihak-pihak lain. Untuk itu, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak. Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi khazanah ilmu pengetahuan.

Bengkulu, Juli 2025

Retno Andayani
NIM: 2111320081

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah.....	13
C. Identifikasi Masalah.....	14
D. Rumusan Masalah	15
E. Tujuan Penelitian.....	15
F. Manfaat Penelitian	16
G. Kajian Penelitian Terdahulu	18
H. Sistematika Penulisan	24
BAB II LANDASAN TEORI	26
A. Harga Diri.....	26
1. Definisi Harga Diri	26
2. Aspek-Aspek Harga Diri	30
3. Faktor-Faktor Harga Diri.....	36
B. <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	40
1. Definisi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	40
2. Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	44
3. Faktor-Faktor <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	47
C. Kerangka Berpikir	52

D. Hipotesis Penelitian.....	55
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	56
B. Definisi Operasional Variabel	57
C. Waktu Dan Lokasi Penelitian.....	59
D. Sumber Data Penelitian.....	60
E. Populasi Dan Teknik Sampling	63
F. Instrumen Penelitian.....	66
G. Teknik Pengumpulan Data	74
H. Validitas Dan Reliabilitas.....	75
I. Teknik Analisis Data	80
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	83
A. Deskripsi Karakteristik Responden.....	83
B. Hasil Analisis	84
C. Pembahasan.....	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	106
A. Kesimpulan	106
B. Saran.....	107
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa UINFAS Bengkulu Angkatan 2021	65
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Instrumen Harga Diri	70
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) ...	71
Tabel 3.4 Tabel Skorsing	74
Tabel 3.5 Uji Validasi Harga Diri	76
Tabel 3.6 Uji Validasi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	77
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Harga Diri	79
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	79
Tabel 4.1 Uji Validitas Harga Diri	85
Tabel 4.2 Uji Reliabilitas Harga Diri	86
Tabel 4.3 Uji Validitas FoMO	87
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas FoMO	88
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	89
Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas	92
Tabel 4.7 Skor Korelasi <i>Product Moment</i>	94
Tabel 4.8 Uji Hipotesis Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	95
Tabel 4.9 <i>Koefisien Determinan</i>	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	54
Gambar 4.1 Grafik Jenis Kelamin Responden	83
Gambar 4.2 Grafik Fakultas Responden	84
Gambar 4.3 Diagram Uji Normalitas Data	90
Gambar 4.4 Plot Regresion Normalitas Data	91

