



**PENGARUH *NEED OF AFFILIATION* DAN REGULASI DIRI  
TERHADAP *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA  
SISWA MA BABUL ULUM MARIANA PENGGUNA MEDIA  
SOSIAL**

**SKRIPSI**

**Aulia Nurussyifa  
2020901097**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG  
2024**



**PENGARUH *NEED OF AFFILIATION* DAN REGULASI DIRI  
TERHADAP *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA  
SISWA MA BABUL ULUM MARIANA PENGGUNA MEDIA  
SOSIAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam  
Negeri Raden Fatah**

**Aulia Nurussyifa  
2020901097**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG  
2024**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

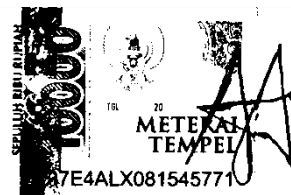
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aulia Nurussyifa  
NIM : 2020901097  
Tempat/Tanggal Lahir : Mariana/15 Mei 2003  
Status : Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam  
Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi yang berjudul "Pengaruh Need of Affiliation dan Regulasi Diri terhadap Fear Of Missing Out (FoMO) pada Siswa MA Babul Ulum Mariana Pengguna Media Sosial" ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.

Palembang, 7 Februari 2024

Penulis



Aulia Nurussyifa

NIM. 2020901097

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Aulia Nurussyifa  
NIM : 2020901097  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Pengaruh *Need of Affiliation* dan Regulasi Diri terhadap *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada Siswa MA Babul Ulum Mariana Pengguna Media Sosial

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah

### DEWAN PENGUJI

Ketua : Dr. Abu Mansur, M.Pd.I (.....)  
Sekretaris : Siti Khosiyah, M.Psi (.....)  
Pembimbing : Siti Dini Fakhriya, M.A (.....)  
Penguji I : Sarah Afifah, M.A (.....)  
Penguji II : Kiki Cahaya Setiawan, M.SI (.....)

Ditetapkan di : Palembang  
Tanggal : 29 Februari 2024  
Dekan

Prof. Dr. Hj. Zuhdiyah, M.Ag  
NIP. 197208242005012001

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

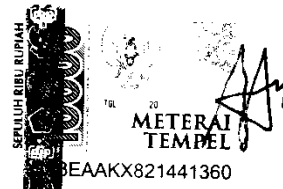
Sebagai sivitas akademik Universitas Islam Negeri Raden Fatah, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aulia Nurussyifa  
NIM : 2020901097  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Islam Negeri Raden Fatah **Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty-FreeRight*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Pengaruh *Need of Affiliation* dan Regulasi Diri terhadap *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada Siswa MA Babul Ulum Mariana Pengguna Media Sosial. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Islam Negeri Raden Fatah berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang  
Pada tanggal : 29 Februari 2024  
Yang menyatakan



Aulia Nurussyifa  
NIM : 2020901097

## **ABSTRACT**

*Name : Aulia Nurussyifa  
Faculty : Islamic Psychology  
Title : The Effect of Need of Affiliation and Self-Regulation on Fear Of Missing Out (FoMO) on MA Babul Ulum Mariana Students who use social media*

*This study aims to determine the effect of Need of Affiliation and self-regulation on Fear Of Missing Out on MA babul ulum mariana students who use social media. This study uses a quantitative research design with a causal method. The subjects of this study amounted to 106 MA Babul Ulum Mariana students using proportionate stratified random sampling technique. Data collection in this study is by using the Need of Affiliation scale, self-regulation scale and Fear Of Missing Out scale. The data analysis method used is multiple regression analysis with the help of the IBM SPSS version 25. The results of the research show that Need of Affiliation and self-regulation have an influence on Fear Of Missing Out by 47.9% with an effective contribution of Need of Affiliation of 33.85% and an effective contribution of self-regulation of 14.05%. These results indicate that Need of Affiliation and self-regulation affect Fear Of Missing Out in MA Babul Ulum Mariana Students who used social media.*

***Keyword : Need of Affiliation, self regulation, Fear Of Missing Out***

## INTISARI

Nama : Aulia Nurussyifa  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul : Pengaruh *Need of Affiliation* dan Regulasi Diri terhadap *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada Siswa MA Babul Ulum Mariana Pengguna Media Sosial

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari *Need of Affiliation* dan regulasi diri terhadap *Fear Of Missing Out* pada siswa MA babul ulum mariana Pengguna Media Sosial. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode kausal. Subjek penelitian ini berjumlah 106 Siswa MA Babul Ulum Mariana dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan skala *Need of Affiliation*, skala regulasi diri dan skala *Fear Of Missing Out*. Metode analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi berganda dengan bantuan program IBM SPSS versi 25. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa *Need of Affiliation* dan regulasi diri memiliki pengaruh terhadap *Fear Of Missing Out* sebesar 47,9% dengan sumbangan efektif *Need of Affiliation* sebesar 33,85% dan sumbangan efektif regulasi diri sebesar 14,05%. Hasil ini menunjukkan bahwa *Need of Affiliation* dan regulasi diri mempengaruhi *Fear Of Missing Out* pada Siswa MA Babul Ulum Mariana pengguna media sosial.

**Kata Kunci : *Need of Affiliation*, regulasi diri, *Fear Of Missing Out***

## **MOTTO DAN HALAMAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

*"Our tomorrow may be dark, painful, difficult. We might stumble of fall down, but stars shine brighter when the night is darkest"*

(Kim Namjoon, BTS)

### **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini saya persembahkan untuk :

1. Untuk orangtua tercinta terimakasih kepada bapak Sopian dan ibu Husnah yang telah membantu dan membimbing serta memotivasi dalam mengerjakan tugas akhir
2. Saudara kandung saya, yaitu Tazkiyah Nafsi atas segala saran, masukan dan dukungan yang sangat berarti
3. Untuk teman-teman seperjuangan mahasiswa/i fakultas psikologi angkatan 2020 kelas PI3 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih karena telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Semua pihak yang telah memberikan bantuannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan kemanfaatan bagi semua. Aamiin.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah dilimpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : "Pengaruh *Need of Affiliation* dan regulasi diri terhadap *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada Siswa MA Babul Ulum Mariana Pengguna Media Sosial" .

Skripsi ini merupakan karya ilmiah yang disusun dalam upaya untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) pada Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

Penulis sangat berterimakasih kepada Ibu Siti Dini Fakhriya, M.A selaku Pembimbing atas segala perhatian dan bimbingannya serta arahan-arahan yang diberikan kepada penulis dalam upaya menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Ibu Prof. Dr. Zuhdiyah, M.Ag selaku dekan Fakultas Psikologi, atas kesediaannya penulis belajar di Fakultas Psikologi.

Tidak lupa mengucapkan banyak terimakasih kepada para responden yang telah memberikan bantuan data dan informasi selama pelaksanaan penelitian lapangan. Harapan penulis semoga laporan hasil penelitian skripsi ini bisa bermanfaat bagi pembaca dan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi.

Palembang, Februari 2024  
Penulis

Aulia Nurussyifa  
NIM. 2020901097

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
INTISARI .....	vi
MOTTO DAN HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.5 Keaslian Penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	12
2.1 <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO) .....	12
2.1.1 Definisi <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO).....	12
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO).....	13
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO) 14	
2.1.4 <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO) Dalam Perspektif Islam	16
2.2 <i>Need of Affiliation</i> .....	17
2.2.1 Definisi <i>Need of Affiliation</i> .....	17
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Need of Affiliation</i> .....	18
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Need of Affiliation</i>	20
2.2.4 <i>Need of Affiliation</i> Dalam Perspektif Islam .....	21
2.3 Regulasi Diri .....	22
2.3.1 Definisi Regulasi Diri .....	22
2.3.2 Aspek-Aspek Regulasi Diri .....	24

2.3.3	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri .....	25
2.3.4	Regulasi Diri Dalam Perspektif Islam .....	27
2.4	Pengaruh <i>Need of Affiliation</i> Dan Regulasi Diri Terhadap <i>Fear Of Missing Out</i> (FoMO).....	28
2.5	Kerangka Konseptual .....	30
2.6	Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN .....		31
3.1	Pendekatan Penelitian .....	31
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian .....	31
3.3	Definisi Operasional Penelitian .....	31
3.4	Populasi Dan Sampel Penelitian .....	33
3.5	Metode Pengumpulan Data .....	34
3.6	Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur .....	37
3.6.1	Validitas .....	37
3.6.2	Reliabilitas.....	38
3.7	Metode Analisis Data.....	38
3.7.1	Uji Asumsi .....	38
3.7.2	Uji Hipotesis .....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		41
4.1	Orientasi Kancah.....	41
4.1.1	Sejarah berdirinya MA Babul Ulum Mariana.....	41
4.1.2	Visi dan Misi MA Babul Ulum Mariana .....	42
4.1.3	Struktur Organisasi MA Babul Ulum Mariana .....	42
4.2	Persiapan Penelitian.....	43
4.2.1	Persiapan Administrasi .....	43
4.2.2	Persiapan Alat Ukur.....	44
4.2.3	Uji Validitas Skala <i>Fear Of Missing Out</i> .....	44
4.2.4	Uji Validitas Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	45
4.2.5	Uji Validitas Skala Regulasi Diri .....	46
4.2.6	Reliabilitas Skala <i>Fear Of Missing Out</i> .....	47
4.2.7	Reliabilitas Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	47
4.2.8	Reliabilitas Skala Regulasi Diri.....	48
4.3	Pelaksanaan Penelitian.....	48
4.4	Hasil Penelitian .....	48
4.4.1	Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	48
4.4.2	Kategorisasi Variabel Penelitian.....	49

4.4.3 Uji Asumsi .....	51
4.4.4 Uji Hipotesis .....	54
4.5 Pembahasan.....	58
4.6 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	63
5.1 Kesimpulan .....	63
5.2 Saran .....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	65
LAMPIRAN .....	70

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1. Kerangka Konseptual .....	30
Bagan 2. Struktur Organisasi MA Babul Ulum Mariana.....	43

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sampel penelitian .....	34
Tabel 2. Skor Skala Likert.....	35
Tabel 3. Blue Print Skala <i>Fear Of Missing Out</i> .....	36
Tabel 4. Blue Print Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	36
Tabel 5. Blue Print Skala Regulasi Diri.....	37
Tabel 6. Klasifikasi Reliabilitas Guilford.....	38
Tabel 7. Hasil Uji Coba Skala <i>Fear Of Missing Out</i> .....	44
Tabel 8. Hasil Uji Coba Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	45
Tabel 9. Blueprint Skala <i>Need of Affiliation</i> (Penelitian) .....	46
Tabel 10. Hasil Uji Coba Skala Regulasi Diri.....	46
Tabel 11. Blueprint Skala Regulasi Diri (Penelitian) .....	47
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas Skala Fear Of Misisng Out.....	47
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	48
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri.....	48
Tabel 15. Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	49
Tabel 16. Skor X empirik.....	49
Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala <i>Fear Of Missing Out</i> .....	50
Tabel 18. Kategorisasi Skor Skala <i>Need of Affiliation</i> .....	50
Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Regulasi Diri.....	51
Tabel 20. Hasil Uji Normalitas.....	51
Tabel 21. Hasil Uji Linearitas .....	52
Tabel 22. Hasil Uji Multikolinearitas.....	53
Tabel 23. Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	53
Tabel 24. Hasil Uji Hipotesis Pertama.....	54
Tabel 25. Hasil Uji Hipotesis Kedua .....	55
Tabel 26. Hasil Uji Hipotesis Ketiga.....	57

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. SK Pembimbing.....	71
Lampiran 2. Lembar Konsultasi.....	72
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian .....	74
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian.....	75
Lampiran 5. Skala Penelitian .....	76
Lampiran 6. Dokumentasi .....	81
Lampiran 7. Lembar Riwayat Hidup .....	82