

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN KOMUNIKASI
INTERPERSONAL DENGAN *FEAR OF MISSING OUT***

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Feren Eki Putri Heriyanti

J71216105

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul, "Hubungan antara Kemampuan Komunikasi Interpersonal dengan *Fear of Missing Out*" merupakan karya asli yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan Antara Kemampuan Komunikasi Interpersonal dengan *Fear of Missing Out*

Oleh:

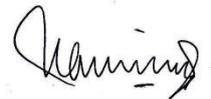
Feren Eki Putri Heriyanti

NIM. J71216105

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 22 April 2020

Dosen Pembimbing



Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si

NIP. 196208241987031002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN FEAR OF MISSING OUT

Yang disusun oleh:
Feren Eki Putri Heriyanti
J71216105

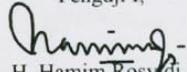
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 24 Juni 2020



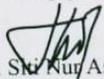
Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji
Penguji I,


Drs. H. Hamim Rosyadi, M.Si
NIP. 196208241987031002

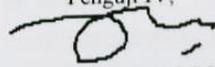
Penguji II,


Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji III,


Dr. Abdul Mahid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Penguji IV,


Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Feren Eki Putri Heriyanti
NIM : J71216105
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : fereneki0@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
 Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN

FEAR OF MISSING OUT

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 8 Agustus 2020

Penulis

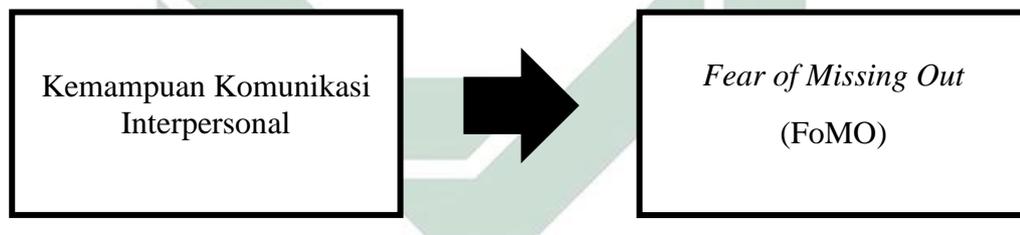
(Feren Eki Putri Heriyanti)

FoMO dapat terjadi karena dipengaruhi beberapa faktor, yaitu seperti tidak terpenuhinya kebutuhan untuk terhubung dengan orang lain (*relatedness*) dan rendahnya tingkat *competence* dan *autonomy* yang dimiliki oleh individu (Przybylski et al., 2013). Kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain merupakan salah satu kebutuhan psikologis dasar manusia. *Relatedness* juga dibahas oleh Erich Fromm dalam teorinya mengenai eksistensi manusia (dalam Alwisol, 2011). Fromm memandang kebutuhan manusia tidak hanya sebatas kebutuhan fisik (makan, minum, seks, dll) melainkan juga kebutuhan dalam hal eksistensi. Adapun *relatedness* yang dimaksud oleh Fromm adalah kebutuhan untuk mengatasi kesendirian yang dirasakan dengan cara bergabung dan menyatu dengan orang lain (menjadi bagian dari sesuatu). Hal ini diwujudkan dengan membentuk suatu hubungan dengan orang lain berdasarkan cinta, penghargaan, pengertian, dan tanggung jawab.

Selain itu, Rosdaniar (2008) dalam penelitiannya menemukan bahwa terdapat beberapa faktor yang ikut mempengaruhi munculnya ketakutan akan kehilangan momen, yaitu gender, *trait* kepribadian, tidak adanya komunikasi *face to face*, dan adanya faktor *need*. Penelitian yang dilakukan oleh Marjosy, Kinasih, Andriani, & Lisa (2013), juga menemukan bahwa keterampilan sosial yang dimiliki oleh seseorang ternyata berhubungan dengan tingkat kecanduan pada media sosial. Apabila keterampilan sosial seseorang rendah, maka akan beralih ke dunia maya agar tetap terhubung dengan orang lain tanpa harus berinteraksi secara tatap muka. Keterikatan seseorang dengan media sosial menurut Przybylski et al. (2013) merupakan salah satu indikator dari *Fear of*

maka akan beralih ke dunia maya agar tetap terhubung dengan orang lain tanpa harus berinteraksi secara tatap muka. Keterikatan seseorang dengan media sosial menurut Przybylski et al. (2013) merupakan salah satu indikator dari *Fear of Missing Out*. Dengan demikian, apabila individu memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik, maka ia tidak perlu secara berlebihan dan terikat dengan media sosial untuk memenuhi kebutuhannya untuk tetap terhubung dan berinteraksi dengan orang lain. Individu akan banyak terlibat dalam komunikasi di dunia nyata tanpa harus terus memeriksa media sosialnya sehingga terhindar dari *Fear of Missing Out* (FoMO).

Dari kerangka teoritis yang telah dijelaskan di atas, berikut adalah bagan yang digunakan untuk menunjukkan hubungan antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan *Fear of Missing Out* (FoMO):



Gambar 2. 1 Kerangka Teoritis Kemampuan Komunikasi Interpersonal Terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO)

mempertahankan aktivitasnya mengakses media sosial meskipun perkuliahan sedang berlangsung atau sedang berkumpul dalam satu tempat Bersama temannya yang lain. Begitu juga dengan hasil wawancara mengenai alasan yang melatarbelakangi perilaku tersebut, salah satunya adalah karena merasa tidak mampu menjalin kedekatan dengan orang lain akibat tidak pandai dalam menjalin komunikasi yang baik dan berkelanjutan. Menurut Rosdaniar (2008), salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya ketakutan kehilangan momen adalah tidak adanya komunikasi *face to face*. Sehingga, individu merasa lebih aman dan nyaman berkomunikasi melalui media sosial. Namun hal ini menimbulkan permasalahan lain yaitu individu menjadi cenderung terikat dengan media sosial dan timbul kecemasan yang berlebihan ketika kehilangan momen orang lain.

Munculnya *Fear of Missing Out* menurut Przybylski et al. (2013) berkaitan dengan kebutuhan dasar psikologis manusia dalam *Self-Determination Theory*. Dalam teori tersebut, manusia memiliki dua kebutuhan dasar psikologi yaitu *relatedness* dan *self*. FoMO muncul dikarenakan tidak terpenuhinya dua kebutuhan dasar psikologis individu untuk berhubungan dengan orang lain (*relatedness*) dan tidak terpenuhinya kebutuhan untuk mandiri dengan tidak terpengaruh dengan orang lain (*self*). Sehingga, ketika individu tidak mampu berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, maka ia akan mencari cara lain agar tetap dapat memenuhi kebutuhan dasarnya untuk berhubungan dengan orang lain (*relatedness*). Salah satunya adalah dengan menggunakan media sosial. Akibatnya, individu akan mengandalkan

- Status Updates. *Personality and Individual Difference*, 85, 35–40.
- McShane, S.L. & VonGlinow, M. A. (2008). *Organizational Behavior*. US: McGraw-Hill.
- Morford, M. (2010, Maret). Oh My God, You Are So Missing Out. Diakses pada tanggal 27 Juni 2020, dari <https://www.sfgate.com/entertainment/morford/article/Oh-my-God-you-are-so-missing-out-2536241.php>.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Puniawan, W. A. (2017). Penggunaan Smartphone dan Interaksi Sosial Pada Remaja Di Sma Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta. *Idea Nursing Journal*, 8(1), 12–18.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik (Edisi 2)*. Sidoarjo: Zifatama.
- Mulyati, T., & Frieda. (2018). Kecanduan Smartphone Ditinjau dari Kontrol Diri dan Jenis Kelamin pada Siswa SMA Mardisiswa Semarang. *Jurnal Empati*, 7(Nomor 4), 152–161.
- Nashori, F. (2008). *Psikologi Sosial Islami*. Jakarta: PT Refika Aditama.
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial (Perpektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi)*. Jakarta: Simbiosis Rekatama Media.
- Przybylski, A. K., et.al. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848.
- Purba, E.J. & Indriana, Y. (2013). Kemampuan Komunikasi Interpersonal Ditinjau Dari Identitas Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 2, 65-73.
- Puspitasari, R. putri ., & Laksmiwati, H. (2006). *Hubungan Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal*.
- Retnawati, H. (2015). Perbandingan Akurasi Penggunaan Skala Likert Dan Pilihan Ganda Untuk Mengukur Self-Regulated Learning. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 45(2).
- Rosdaniar. (2008). Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecanduan Internet (Internet Addiction Disorder) Pada Mahasiswa. *Jurnal Artikel Ilmiah*.
- Rosyidi, H. (2015). Psikologi Kepribadian (Paradigma traits, Kognitif, Behavioristik dan Humanistik). In *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Sahupala, R. A., & Khasanah, U. (2018). Hubungan Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial di Lingkungan Mahasiswa Reguler Program Studi

