

HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN *FEAR OF MISSING OUT*

PENGGUNA INSTAGRAM PADA MAHASISWA

FAKULTAS PSIKOLOGI UNISSULA

Nida Faridah
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung Semarang
Email: nidafrdh@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan *fear of missing out* (FoMO) pengguna Instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Sampel pada penelitian ini sejumlah 162 mahasiswa. Metode pengambilan sampel dengan *accidental sampling*. Alat ukur yang dipakai yaitu dengan skala FoMO yang terdiri dari 29 aitem dan skala regulasi diri yang terdiri dari 34 aitem. Indeks daya beda aitem tinggi pada skala FoMO berkisar antara 0,302 sampai dengan 0,627 dengan koefisiensi reliabilitas 0,897. Skala regulasi diri memiliki indeks daya beda aitem tinggi berkisar antara 0,304 sampai dengan 0,523 dengan koefisiensi reliabilitas 0,884. Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh koefisiensi korelasi sebesar -0,132 dengan $p = 0,093$ ($p > 0,05$), maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan *fear of missing out* atau dengan kata lain hipotesis pada penelitian ini ditolak.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, Regulasi Diri, Pengguna Instagram.

**RELATIONSHIP SELF-REGULATION WITH FEAR OF MISSING OUT
INSAGRAM USER IN STUDENT COLLEGE AT
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY**

Nida Faridah
Psychology Faculty
Sultan Agung Islamic University
Email: nidafrdh@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

The aims of this study is to know the relationship of self-regulated with fear of missing out (FoMO) Instagram user in student college at Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University. This study have 162 students college as Sample of research. Accidental sampling was used in this study. The scale used 29 items as fear of missing out and 32 items as self-regulated scale. The index item difference high fear of missing out scale have rage between 0,302 until 0,897. Self-regulated scale have the index item difference high around 0,304 until 0,523 with coefficients reliability 0,884. Based on the result from hypotheses test get correlation coefficient = -0,132 with $p = 0,093$ ($p > 0,05$), it showed the conclusion there aren no significant negative correlation between self-regulated with fear of missing out the other words hypotheses in this study was rejected.

Keywords: *Fear of Missing Out, Self-Regulation, Instagram Users.*

