

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM

Nur Rama Yuniani

15160258K

INTISARI

Perkembangan teknologi informasi yang sekarang ini banyak diminati oleh remaja adalah media sosial Instagram. Penggunaan Instagram yang berlebihan memungkinkan untuk munculnya fenomena *Fear of Missing Out*, *Fear of Missing Out* dapat menurunkan kepuasan hidup, memunculkan suasana hati negatif, cenderung membuat seseorang merasa tidak cukup, dan membuat seseorang membandingkan kekurangan diri sendiri dengan kelebihan orang lain. Sehingga *Fear of Missing Out* mempengaruhi *Subjective Well Being*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan *Subjective Well Being* pada remaja pengguna Instagram. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah *Fear of Missing Out* memiliki hubungan negatif dengan *Subjective Well Being* pada remaja pengguna Instagram. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 129 siswa-siswi SMA Negeri 7 Surakarta pengguna Instagram yang berada pada rentang usia 15-18 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Fear of Missing Out* dan *Skala Subjective Well Being*.

Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* dengan bantuan SPSS 21.0 for windows release. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,209$ dengan $P = 0,019$ ($p < 0,05$). Hal tersebut membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Fear of Missing Out* dengan *Subjective Well Being*, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Nilai R_{square} sebesar 0,044 artinya *Fear of Missing Out* memberi sumbangan efektif sebesar 4,4% terhadap *Subjective Well Being*.

Kata kunci: *Fear of Missing Out*, *Subjective Well Being*, Remaja, Instagram

**THE CORRELATION BETWEEN FEAR OF MISSING OUT AND
SUBJECTIVE WELL BEING AMONG TEENAGERS
INSTARGAM'S USER**

Nur Rama Yuniani

15160258K

ABSTRACT

Instagram is the highest media social which accessed by teenagers in the development of information technology nowadays. The excessive use of Instagram creates the Fear of Missing Out phenomena which can reduce life satisfaction, bring up negative moods, create someone feels insufficient and compare themselves with others. Therefore, Fear of Missing Out affects the Subjective Well Being.

This study aims to find out the correlation between Fear of Missing Out and Subjective Well Being among teenagers Instagram's users. The hypothesis proposed in this study is Fear of Missing out and Subjective Well Being among teenagers Instagram's users. This study uses a quantitative method and proportionate stratified random sampling technique for getting the samples. The subjects in this study were 129 students of SMA Negeri 7 Surakarta which are Instagram's users between 15-18 years old. The measuring instruments used in this study are the Fear of Missing Out scale and Subjective Well Being scale.

The data analysis used is Karl Pearson's Product Moment correlation in SPSS 21.0 for Windows release. The analysis showed a correlation coefficient $r_{xy} = -0,209$ with $P = 0,019$ ($p < 0.05$). It proves there is a significant negative relationship between Fear of Missing Out and Subjective Well Being. Therefore, the hypothesis proposed in this research is accepted. R_{square} value of 0,044 means that Fear of Missing Out gives effective contribution of 4,4% to Subjective Well Being.

Keywords: Fear of Missing Out, Subjective Well Being, Teenager, Instagram.