

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK

Erdhilla Pramudianti¹ Davit Bagus Triyantoro²

INTISARI

Latar Belakang: *Fear of missing out* merupakan rasa takut dan khawatir seseorang ketika dirinya merasa tertinggal karena tidak mengikuti peristiwa atau informasi yang dilakukan oleh orang lain. Kontrol diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengarahkan dan mengendalikan perilakunya.

Tujuan Penelitian: Mengetahui secara empiris apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan *fear of missing out* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi. Subjek penelitian ini merupakan mahasiswa aktif yang menggunakan media sosial TikTok berusia 19-25 tahun berjumlah 217 yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan *skala likert* yaitu skala *fear of missing out* dan skala kontrol diri. Teknik analisis data dengan bantuan SPSS dan dilakukan uji hipotesis menggunakan korelasi *spearman rho*.

Hasil Penelitian: berdasarkan analisis data menunjukkan hasil uji sig $0,000 < 0,01$ dan nilai korelasi $r = 0,344$ yang dapat diartikan bahwa kontrol diri dan *fear of missing out* memiliki hubungan yang signifikan dan positif.

Kesimpulan: Sehingga, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima namun memiliki hubungan yang positif

Kata Kunci : Kontrol Diri, Fear Of Missing Out, Media Sosial , Tiktok

¹ Mahasiswa Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND FEAR OF MISSING OUT IN STUDENTS USING TIKTOK SOCIAL MEDIA

Erdhilla Pramudianti¹ Davit Bagus Triyantoro²

ABSTRACT

Backgorund: Fear of missing out is a person's fear and worry when they feel left behind because they are not following events or information provided by other people. Self-control is the ability possessed by an individual to direct and control his behavior. **Research Objective:** To find out empirically whether there is a relationship between self-control and fear of missing out among students who use social media Tiktok

Research Method: This research uses a quantitative research method approach with a correlation type. The subjects of this research were 217 active students who use TikTok social media aged 19-25 years who were taken using a purposive sampling technique. The data collection method uses a Likert Scale, namely the Fear of Missing Out Scale and the Self-Control Scale. Data analysis techniques using SPSS and hypothesis testing using Spearman rho correlation.

Reseach Result: based on data analysis, the sig test results show $0.000 < 0.01$ and the correlation value r is 0.344, which means that self-control and fear of missing out have a significant and positive relationship.

Conclusion: So, it can be concluded that the hypothesis in this study is accepted but has a positive relationship

Keywords : *Self Control, Fear of Missing Out, Social Media, Tiktok*

¹ Student Of Psychology Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecturer Of Psychology Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta