

**PENGARUH FEAR OF MISSING OUT (FOMO) TERHADAP KECENDERUNGAN  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM PADA REMAJA**

**Isma Kamila Malida**

**10520491**

**ABSTRAK**

Dari delapan tahap perkembangan manusia, tahap remaja menjadi tahap yang berbeda dari tahap-tahap yang lain. Remaja adalah individu yang mengalami masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, antara usia 12-20 tahun. Saat ini, aktivitas remaja besar dipengaruhi oleh media sosial, dengan 31,4% remaja Indonesia mengalami kecanduan internet. Salah satu media sosial yang sering digunakan remaja hingga kecanduan adalah Instagram. Indonesia berada pada peringkat ketiga dunia dengan rata-rata waktu yang dihabiskan selama 3 jam 22 menit. Ketergantungan terhadap media sosial menimbulkan dampak negatif bagi remaja, terutama terkait gangguan mental. Faktor yang menyebabkan ketergantungan ini salah satunya adalah *fear of missing out*. *Fear of Missing Out* (FoMO) merupakan suatu fenomena munculnya kekhawatiran ketika orang lain memiliki pengalaman yang mengesankan disaat dirinya tidak hadir. Remaja merupakan kelompok usia yang paling banyak mengalami FoMO, yakni mencapai 65%. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh FoMO terhadap kecanduan media sosial Instagram pada remaja. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecanduan media sosial, sedangkan variabel bebasnya adalah FoMO. Penelitian dilakukan dengan teknik *non probability sampling* terhadap remaja dengan rentang usia 11-24 tahun yang belum menikah dan aktif menggunakan Instagram dengan metode pengumpulan data berupa kuesioner atau angket pertanyaan dan pernyataan tertutup skala Likert. Data kemudian dianalisis dengan teknik analisis regresi dan diolah dengan SPSS.

**Kata kunci: Instagram, Kecanduan, Fear of missing out, Remaja  
(viii+35)**