

## ABSTRAK

Hubungan Kepercayaan Diri dengan *Fear of Missing Out* pada Dewasa Awal  
Pengguna *Instagram*  
Eta Rosela  
Program Studi Psikologi

Perkembangan teknologi semakin memberikan pengaruh dalam kehidupan setiap manusia termasuk pada kalangan dewasa awal. Umumnya, dewasa awal diharapkan dapat menunaikan tugas perkembangannya dalam kehidupan masyarakat dengan mengembangkan kemampuan dirinya hingga menjadi individu yang percaya diri. Namun pada realitanya, masih banyak yang menghabiskan waktunya dengan berselancar di media sosial, merasa ingin selalu terhubung dengan orang lain, dan merasa cemas bila diabaikan dalam pergaulannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan *fear of missing out* (FoMO) pada dewasa awal pengguna *instagram*. Rancangan penelitian ini studi kuantitatif berjenis korelasional dengan teknik *purposive sampling* menggunakan sampel sebanyak 100 orang dewasa awal. Alat ukur yang digunakan adalah skala kepercayaan diri dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,932 dengan 22 aitem valid dan skala FoMO dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,837 dengan 15 aitem valid. Hasil uji *pearson product moment* menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara kepercayaan diri dengan FoMO (sig.  $p = 0,000$ ,  $r = -0,443$ ) yang artinya hipotesis diterima. Kemudian pada penelitian ini kepercayaan diri berkontribusi sebesar 19,7% terhadap FoMO. Kepercayaan diri dewasa awal lebih banyak pada kategori rendah (53%) sedangkan FoMO lebih banyak pada kategori tinggi (56%). Berdasarkan uji *crosstab* diketahui bahwa dewasa awal berjenis kelamin perempuan, dan yang melakukan *scrolling timeline*, *stalking* dan *chattingan* memiliki FoMO yang tinggi. Selain itu, semakin lama durasi penggunaan *instagram* yang dilakukan oleh dewasa awal maka FoMO semakin tinggi.

Kata Kunci: Kepercayaan diri, *fear of missing out*, dewasa Awal

## **ABSTRACT**

*The Correlation of Confidence with Fear of Missing Out in Early Adult Instagram*

*Users*

*Eta Rosela*

*Psychology Study Program*

*The development of technology is increasingly giving influence to every human being, including in early adulthood. Generally, each adults is expected to be able to fulfill their developmental tasks in community through increase their capacity to become confidence person. But in reality, there are still many who spend their time on social media, they want to always be connected with other people's activities, and feel anxious if they are ignored in their social. The purpose of this study was to determine the correlation between self-confidence and fear of missing out (FoMO) in early adults using Instagram. This research design is a correlational quantitative study with purposive sampling technique-100 sample of early adults. The measuring instrument used is the self-confidence scale with ( $\alpha$ ) = 0.932 and 22 valid items and the FoMO scale with ( $\alpha$ ) = 0.837 and 15 valid items. The results of the Pearson product moment test show that there is a significant negative relationship between self-confidence and FoMO (sig.  $p$  = 0.000,  $r$  = -0.443), which means that the hypothesis is accepted. Then in this study self-confidence contributed 19.7% to the FoMO. Early adulthood self-confidence is more in the low category (53%) while the FoMO is more in the high category (56%). Based on the crosstab test, it was found that early adults were female, and those who scrolling timeline, stalking and chatting had a high FoMO. In addition, the longer the duration of using Instagram by early adults, the higher FoMO.*

*Keywords: Self-confidence, fear of missing out, early adults*