



**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
DENGAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* PADA
REMAJA PENGGUNA MAP '*GROW A GARDEN*' DI ROBLOX**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
RACHMA NURFIKHA DEWI
46122010086

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
(2026)**



**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)
DENGAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* PADA
REMAJA PENGGUNA MAP '*GROW A GARDEN*' DI ROBLOX**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

RACHMA NURFIKHA DEWI

46122010086

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
(2026)**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rachma Nurfikha Dewi
NIM : 46122010086
Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“ Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Intensitas Bermain *Game Online* pada Remaja Pengguna *Map 'Grow a Garden'* di Roblox.”

adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 21 Januari 2026



Rachma Nurfikha Dewi

PERNYATAAN SIMILARITY CHECK

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Rachma Nurfikha Dewi

NIM : 46122010086

Program Studi : SI Psikologi

dengan judul

"Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Intensitas Bermain

Game Online pada Remaja Pengguna Map 'Grow a Garden' di Roblox ", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 20 Januari 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 25%.

Jakarta, 21 Januari 2026

Administrator Turnitin

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Rachma Nurfikha Dewi
NIM : 46122010086
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO)
Dengan Intensitas Bermain Game Online pada
Remaja Pengguna Map 'Grow a Garden' di
Roblox.

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 3 Februari 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

(Ahmad Naufalul Umam, M. Si.)

NIDN/NUPTK : 0308069001

Jakarta, 7 Februari 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.)

NIDN/NUPTK : 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi

(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog.)

NIDN/NUPTK : 0324068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Nurul Adiningtyas, S.Psi, M.Psi.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dari awal Perkuliahan.
6. Ahmad Naufalul Umam, S.Psi,M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan waktu, tenaga, inspirasi dan selalu sabar dalam membimbing, memberikan arahan kepada penulis dari awal penyusunan skripsi ini hingga selesai.
7. Bapak Firman Alamsyah Ario Buntaran, S.Psi., MA. Selaku Dosen Reviewer dalam seminar proposal penulis yang telah memberikan masukan dan kritik untuk membangun penelitian ini menjadi lebih baik.
8. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang saya hormati dan telah mendidik dan memberikan ilmu selama masa perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
9. Orang Tua penulis yaitu, Bapak Abdul Rokhim dan Ibu Yantih, yang menjadi sumber kasih sayang dan doa tiada henti. Terima kasih atas seluruh pengorbanan, ketulusan, serta cinta yang senantiasa diberikan.

10. Teman-teman penulis selama perkuliahan, khususnya geng Lumut (Putri Andini, Diana Septiani, dan Emiliya Indriani) serta rekan seperjuangan lainnya, yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan semangat dalam proses penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat penulis, Welanda Septiani, yang telah menjadi teman sejak kelas 10 SMK hingga saat ini. Beliau senantiasa memberikan dukungan kepada penulis dan selalu menunjukkan antusiasme terhadap proses penyelesaian studi, bahkan sering menanyakan waktu wisuda penulis. Semangat dan ketidaksabaran beliau untuk menghadiri momen wisuda menjadi salah satu bentuk dukungan yang sangat berarti bagi penulis.
12. Sahabat K-pop penulis, Maulida Rizki Ananda yang telah menjadi teman sejak SMP, yang senantiasa memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi. Dengan penuh semangat, beliau bahkan bercanda meminta penulis segera lulus agar dapat meminta konsultasi gratis, yang menjadi penyemangat tersendiri bagi penulis dalam menyelesaikan studi.
13. Partner spesial saya yaitu Moch Rafi Adriqni terimakasih atas waktu, energi, perhatian dan segala bentuk dukungan yang telah diberikan kepada saya selama proses penelitian ini. Terimakasih sudah percaya bahwa saya mampu melewati ini dengan baik.
14. Diri saya sendiri yang telah berusaha sebaik mungkin dengan ketekunan, kesabaran, dan keikhlasan dalam setiap proses, meskipun diiringi berbagai keterbatasan dan rasa takut, hingga akhirnya mampu mencapai tahap ini.
15. Pihak lainnya yang tidak dapat penulis tuliskan satu per-satu yang telah membantu dan mendukung penulis selama ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 22 Januari 2026

Rachma Nurfikha Dewi

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rachma Nurfikha Dewi
NIM : 46122010086
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Intensitas Bermain *Game Online* pada Remaja Pengguna Map 'Grow a Garden' di Roblox

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 7 Februari 2026

Yang menyatakan,



(Rachma Nurfikha Dewi)

HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE PADA REMAJA PENGGUNA MAP ‘GROW A GARDEN’ DI ROBLOX

RACHMA NURFIKHA DEWI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas bermain game online pada remaja pengguna map *Grow a Garden* di Roblox. FoMO didefinisikan sebagai kondisi psikologis ketika individu merasa cemas karena tidak berpartisipasi dalam pengalaman bermakna yang dijalani orang lain (Przybylski et al., 2013). Intensitas bermain merupakan tingkat keterlibatan individu dalam aktivitas bermain game online yang ditinjau dari frekuensi dan durasi bermain (Horrigan, 2002). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian terdiri dari remaja pengguna map *Grow a Garden* di Roblox yang diperoleh melalui teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara FoMO dengan intensitas bermain game online. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi FoMO yang dimiliki remaja, semakin tinggi pula keterlibatan mereka dalam bermain game online. Secara psikologis, hal ini menunjukkan bahwa aktivitas bermain tidak hanya didorong oleh aspek hiburan, tetapi juga oleh dorongan untuk tetap terhubung dengan teman sebaya, komunitas, dan tren permainan yang sedang berlangsung.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out*, Intensitas Bermain, Remaja

HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE PADA REMAJA PENGGUNA MAP ‘GROW A GARDEN’ DI ROBLOX

RACHMA NURFIKHA DEWI

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and the intensity of online gaming among adolescents who play the Grow a Garden map on Roblox. FoMO is defined as a psychological condition in which individuals feel anxious about missing meaningful experiences that others are having (Przybylski et al., 2013). Gaming intensity refers to the level of individual involvement in online gaming activities, measured through frequency and duration of play (Horrigan, 2002). This research employed a quantitative approach using a correlational method. The sample consisted of adolescent Grow a Garden players on Roblox, selected through non-probability sampling with a purposive sampling technique. The analysis was conducted using Spearman correlation. The findings revealed a significant positive relationship between FoMO and online gaming intensity. This result indicates that higher levels of FoMO are associated with greater involvement in gaming activities. Psychologically, the findings suggest that gaming behavior is driven not only by entertainment motives but also by the desire to remain socially connected with peers, communities, and ongoing gaming trends.

Keywords: *Fear of Missing Out, Intensity of Playing, Adolescent.*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	0
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II LANDASAN TEORI	8
2.1 Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	8
2.1.1 Definisi Intensitas.....	8
2.1.2 <i>Game Online</i>	8
2.1.3 Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	9
2.1.4 Aspek-Aspek Intensitas Bermain	9
2.1.5 Faktor- Faktor.....	10
2.2 <i>Fear of Missing Out</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	11

2.2.2 Aspek – Aspek <i>Fear of Missing Out</i>	12
2.2.3 Faktor – Faktor	14
2.3 Penelitian Terdahulu.....	15
2.4 Dinamika Penelitian	19
2.5 Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	22
3.2.1 Populasi	22
3.2.2 Sampel dan Teknik Sampling.....	22
3.3 Definisi Konseptual.....	23
3.3.1 <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	23
3.3.2 Intensitas Bermain.....	23
3.4 Definisi Operasional.....	23
3.4.1 <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	23
3.4.2 Intensitas Bermain.....	24
3.5 Instrumen Penelitian.....	24
3.5.1 Alat Ukur <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	24
3.5.2 Alat ukur Intensitas Bermain.....	24
3.6 Validitas & Reliabilitas	25
3.6.1 Validitas.....	25
3.6.2 Reliabilitas	26
BAB IV PEMBAHASAN.....	28
4.1.1 Data Jenis Kelamin	28
4.1.2 Data Usia	28
4.1.3 Data Wilayah Tempat Tinggal.....	29
4.1.4 Deskripsi Lama Waktu Bermain	29
4.1.5 Deskripsi Mulai Bermain	30
4.1.6 Deskripsi Jumlah Teman	30
4.2 Hasil Analisis Deskriptif	31
4.3 Analisis Inferensial.....	32
4.3.1 Uji Normalitas.....	32

4.3.2 Uji Linearitas.....	33
4.4 Uji Hipotesis	33
4.4.1 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi	34
4.5 Analisis Tambahan	34
4.5.1 Analisis Uji Beda	34
4.6 Pembahasan.....	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan	43
5.2 Keterbatasan penelitian	43
5.3 Keunikan penelitian	43
5.4 Saran.....	43
5.4.1 Saran Teoritis.....	43
5.4.2 Saran Praktis	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Skala ON-FoMO	24
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Intensitas Bermain.....	25
Tabel 3. 3 Hasil CFA Skala ON-FoMO.....	25
Tabel 3. 4 Hasil CFA Skala Intensitas Bermain	26
Tabel 3. 5 Tabel Uji Reliabilitas FoMO	26
Tabel 3. 6 Uji Reliabilitas Intensitas Bermain	27
Tabel 4. 1 Data Demografi Jenis Kelamin	28
Tabel 4. 2 Data Demografi usia.....	28
Tabel 4. 3 Data Demografi Wilayah Tempat Tinggal.....	29
Tabel 4. 4 Data Demografi Lama Bermain	29
Tabel 4. 5 Data Demografi Mulai Bermain.....	30
Tabel 4. 6 Data Demografi Jumlah Teman.....	30
Tabel 4. 7 Analisis Deskriptif Fear of Missing Out	31
Tabel 4. 8 Analisis Deskriptif Intensitas Bermain.....	31
Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel Fear of Missing Out	31
Tabel 4. 10 Kategorisasi Variabel Intensitas Bermain.....	32
Tabel 4. 11 Tabel Uji Normalitas	32
Tabel 4. 12 Tabel Uji Linearitas	33
Tabel 4. 13 Uji Hipotesis Korelasi Spearman Rho	33
Tabel 4. 14 Korelasi antar Dimensi.....	34
Tabel 4. 15 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 4. 16 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4. 17 Hasil Uji Beda Berdasarkan Waktu Lama Bermain	36
Tabel 4. 18 Hasil korelasi matriks Berdasarkan Jumlah Teman	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Hubungan Antar Variabel Penelitian.....	20
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	50
Lampiran 2 Kuesioner.....	52
Lampiran 3 Output Data SPSS.....	53
Lampiran 4 Pernyataan Similarity	59
Lampiran 5 Bukti Bimbingan Tugas Akhir.....	60
Lampiran 6 Curriculum Vitae.....	61

