



**HUBUNGAN ANTARA ANTICIPATORY REGRET DENGAN  
KECENDERUNGAN DIGITAL HOARDING DI GALERI  
PONSEL PADA DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

**MUHAMAD NAUFA RAMDANI  
46122010005**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

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



**HUBUNGAN ANTARA ANTICIPATORY REGRET DENGAN  
KECENDERUNGAN DIGITAL HOARDING DI GALERI  
PONSEL PADA DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana  
Strata 1 (S1) pada Program Studi Psikologi**

**MUHAMAD NAUFA RAMDANI**

**46122010005**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA**

**2026**

## HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhamad Naufa Ramdani

NIM : 46122010005

Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“Hubungan antara *Anticipatory Regret* dengan Kecenderungan *Digital Hoarding* di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal” 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, 20 Agustus 2026



Muhamad Naufa Ramdani

## PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

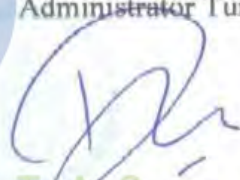
Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

|               |                         |
|---------------|-------------------------|
| Nama          | : Muhamad Naufa Ramdani |
| NIM           | : 46122010005           |
| Program Studi | : S1 Psikologi          |

dengan judul

“Hubungan antara Anticipatory Regret dengan Kecenderungan Digital Hoarding di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 21 Juli 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 16%.

Jakarta, 22 Juli 2026  
Administrator Turnitin



Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Muhamad Naufa Ramdani

NIM : 46122010005

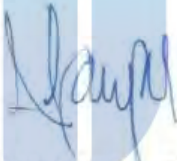
Program Studi : Psikologi

Judul Tugas Akhir : Hubungan antara *Anticipatory Regret* dengan Kecenderungan *Digital Hoarding* di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal.

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 31 Juli 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, B.A., S.Psi, M.Si.

NIDN/NUPT: 0308069001

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 31 Juli 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Lalla Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D

NIDN/NUPTK: 0316058002



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
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi.
4. Bapak Ahmad Naufalul Umam, B.A., S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan peneliti dalam penyusunan Tugas Akhir.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu kepada penulis.
6. Seluruh Staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang selalu siap membantu penulis dalam urusan administrasi.
7. Kepada diri saya sendiri atas segala usaha, waktu dan tenaga yang telah dilalui dalam proses penulisan tugas akhir ini, terima kasih sudah berjuang sejauh ini dan berhasil menyelesaikan Tugas Akhir dengan baik.
8. Kedua orang tua dan kakak penulis yang senantiasa selalu memberikan doa dan segala bentuk dukungannya demi kelancaran dalam setiap langkah yang penulis jalani.
9. Untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak berkontribusi dan memberikan dukungan untuk penulis dalam mengerjakan Tugas Akhir 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, 20 Agustus 2026

Muhamad Naufa Ramdani



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB**

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

Nama : Muhamad Naufa Ramdani

NIM : 46122010005

Program Studi : Psikologi

Judul Tugas Akhir : Hubungan antara *Anticipatory Regret* dengan Kecenderungan *Digital Hoarding* di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal.

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/formatkan, 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, 20 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Muhamad Naufa Ramdani

## ABSTRAK

Nama : Muhamad Naufa Ramdani  
NIM : 46122010005  
Program Studi : Psikologi  
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara *Anticipatory Regret* dengan Kecenderungan *Digital Hoarding* di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal.  
Pembimbing : Ahmad Naufalul Umam, B.A., S.Psi., M.Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *anticipatory regret* dengan kecenderungan *digital hoarding* di galeri ponsel pada dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel terdiri dari 245 responden dewasa awal yang dipilih dengan metode *accidental sampling*. Pengukuran dilakukan menggunakan *Digital Hoarding Questionnaire* (DHQ) dan *The Anticipated Regret Scale* (ARS). Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* melalui *software* SPSS. Hasil penelitian menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara *anticipatory regret* dengan kedua dimensi *digital hoarding*, yaitu *Difficulty Deleting* ( $r = 0.376$ ,  $p < .001$ ) dan *Accumulating* ( $r = 0.442$ ,  $p < .001$ ). Dimensi *accumulating* menunjukkan kekuatan korelasi yang lebih besar dibandingkan *difficulty deleting*, mengindikasikan bahwa kecemasan akan penyesalan di masa depan lebih kuat mendorong perilaku pengumpulan *file* secara aktif dibandingkan dengan sekadar ketidakmampuan menghapus *file*. Temuan ini menegaskan bahwa *anticipatory regret* berperan signifikan sebagai pendorong utama perilaku *digital hoarding* pada dewasa awal, di mana rasa takut kehilangan informasi penting memicu akumulasi *file* yang berlebihan di galeri ponsel.

**Kata Kunci:** *anticipatory regret, digital hoarding, dewasa awal*

## ABSTRACT

Nama : Muhamad Naufa Ramdani  
NIM : 46122010005  
Program Studi : Psychology  
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara *Anticipatory Regret* dengan Kecenderungan *Digital Hoarding* di Galeri Ponsel pada Dewasa Awal.  
Pembimbing : Ahmad Naufalul Umam, B.A., S.Psi., M.Si.

*This study aims to determine the relationship between anticipatory regret and the tendency of digital hoarding in smartphone galleries among young adults in. This study employs a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 245 young adult selected using the accidental sampling method. Measurements were conducted using the Digital Hoarding Questionnaire (DHQ) and the Anticipated Regret Scale (ARS). Data were analyzed using Spearman's rho correlation test via SPSS software. The results showed a significant positive correlation between anticipatory regret and both dimensions of digital hoarding, namely difficulty deleting ( $r = .376, p < .001$ ) and accumulating ( $r = .442, p < .001$ ). The accumulating dimension demonstrated a stronger correlation than difficulty deleting, indicating that the anxiety of future regret more strongly drives the active accumulation of files compared to merely the inability to delete them. These findings confirm that anticipatory regret plays a significant role as the main driver of digital hoarding behavior in young adults, where the fear of losing important information triggers excessive accumulation of files in smartphone galleries.*

**Keywords:** anticipatory regret, digital hoarding, emerging adults

MERCU BUANA

## DAFTAR ISI

|                                                       |          |
|-------------------------------------------------------|----------|
| HALAMAN SAMPUL.....                                   | 0        |
| HALAMAN JUDUL .....                                   | i        |
| HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI .....                 | ii       |
| PERNYATAAN SIMILARITY CHECK .....                     | iii      |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                               | iv       |
| KATA PENGANTAR.....                                   | v        |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....        | vii      |
| TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB .....                   | vii      |
| ABSTRAK .....                                         | viii     |
| ABSTRACT .....                                        | ix       |
| DAFTAR ISI.....                                       | x        |
| DAFTAR TABEL .....                                    | xiii     |
| DAFTAR GAMBAR.....                                    | xiv      |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                 | xv       |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                         | <b>1</b> |
| 1.1 Latar Belakang.....                               | 1        |
| 1.2 Perumusan Masalah.....                            | 7        |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                            | 7        |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                           | 7        |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis.....                           | 7        |
| 1.4.2 Manfaat Praktis .....                           | 8        |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                  | <b>9</b> |
| 2.1 <i>Digital Hoarding</i> .....                     | 9        |
| 2.1.1 Pengertian <i>Digital Hoarding</i> .....        | 9        |
| 2.1.2 Dimensi <i>Digital Hoarding</i> .....           | 10       |
| 2.1.3 Faktor-Faktor <i>Digital Hoarding</i> .....     | 11       |
| 2.2 <i>Anticipatory Regret</i> .....                  | 12       |
| 2.2.1 Pengertian <i>Anticipatory Regret</i> .....     | 12       |
| 2.2.2 Faktor Terkait <i>Anticipatory Regret</i> ..... | 13       |
| 2.3 Penelitian Terdahulu .....                        | 15       |

|                |                                                                                  |           |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.4            | Dinamika Penelitian .....                                                        | 19        |
| 2.5            | Kerangka Berpikir .....                                                          | 21        |
| 2.6            | Hipotesis .....                                                                  | 22        |
| <b>BAB III</b> | <b>METODE PENELITIAN .....</b>                                                   | <b>23</b> |
| 3.1            | Desain Penelitian .....                                                          | 23        |
| 3.2            | Populasi dan Sample.....                                                         | 23        |
| 3.2.1          | Populasi.....                                                                    | 23        |
| 3.2.2          | Sample.....                                                                      | 23        |
| 3.3            | Definisi Operasional .....                                                       | 24        |
| 3.3.1          | <i>Digital Hoarding</i> .....                                                    | 24        |
| 3.3.2          | <i>Anticipatory Regret</i> .....                                                 | 24        |
| 3.4            | Instrumen Penelitian .....                                                       | 25        |
| 3.4.1          | Alat Ukur <i>Digital Hoarding</i> .....                                          | 25        |
| 3.4.2          | <i>Anticipatory Regret</i> .....                                                 | 26        |
| 3.5            | Validitas dan Reliabilitas.....                                                  | 27        |
| 3.5.1          | Validitas .....                                                                  | 27        |
| 3.5.2          | Reliabilitas .....                                                               | 30        |
| 3.6            | Analisis Deskriptif.....                                                         | 30        |
| 3.7            | Analisis Inferensial .....                                                       | 31        |
| <b>BAB IV</b>  | <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                                                | <b>33</b> |
| 4.1            | Gambaran Umum Subjek .....                                                       | 33        |
| 4.1.1          | Gambaran Demografi Jenis Kelamin .....                                           | 33        |
| 4.1.2          | Gambaran Demografi Usia .....                                                    | 33        |
| 4.1.3          | Gambaran Demografi Pendidikan Terakhir .....                                     | 34        |
| 4.1.4          | Gambaran Demografi Status Pekerjaan .....                                        | 34        |
| 4.1.5          | Gambaran Demografi Kapasitas Memori Internal Ponsel .....                        | 35        |
| 4.1.6          | Gambaran Demografi Jumlah File (Foto/ <i>Screenshot</i> ) di Galeri Ponsel ..... | 35        |
| 4.1.7          | Gambaran Demografi Frekuensi Membersihkan Galeri .....                           | 36        |
| 4.2            | Hasil Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....                                  | 36        |
| 4.2.1          | Hasil Analisis Deskriptif .....                                                  | 36        |
| 4.2.2          | Hasil Analisis Kategoriasi.....                                                  | 37        |

|                                         |                             |           |
|-----------------------------------------|-----------------------------|-----------|
| 4.3                                     | Analisis Inferensial .....  | 38        |
| 4.3.1                                   | Uji Asumsi Normalitas ..... | 38        |
| 4.3.2                                   | Uji Asumsi Linearitas ..... | 38        |
| 4.3.3                                   | Uji Korelasi .....          | 39        |
| 4.4.                                    | Uji Tambahan .....          | 39        |
| 4.4.1                                   | Uji Beda .....              | 39        |
| 4.5                                     | Pembahasan .....            | 45        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b> |                             | <b>52</b> |
| 5.1                                     | Kesimpulan .....            | 52        |
| 5.3                                     | Saran .....                 | 53        |
| 5.3.1                                   | Saran Teoretis .....        | 53        |
| 5.3.2                                   | Saran Praktis .....         | 53        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>             |                             | <b>54</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                   |                             | <b>58</b> |



## DAFTAR TABEL

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu .....                                       | 15 |
| Tabel 3. 1 Blueprint Digital Hoarding .....                                 | 25 |
| Tabel 3. 2 Blueprint Anticipatory Regret.....                               | 26 |
| Tabel 4. 1 Demografi Jenis Kelamin .....                                    | 33 |
| Tabel 4. 2 Demografi Usia.....                                              | 33 |
| Tabel 4. 3 Demografi Pendidikan Terakhir .....                              | 34 |
| Tabel 4. 4 Demografi Status Pekerjaan.....                                  | 34 |
| Tabel 4. 5 Demografi Kapasitas Memori Internal Ponsel.....                  | 35 |
| Tabel 4. 6 Demografi Jumlah File (Foto/Screenshot) di Galeri Ponsel .....   | 35 |
| Tabel 4. 7 Demografi Frekuensi Membersihkan Galeri .....                    | 36 |
| Tabel 4. 8 Uji Deskriptif .....                                             | 36 |
| Tabel 4. 9 Uji Kategorisasi Variabel Digital Hoarding .....                 | 37 |
| Tabel 4. 10 Uji Kategorisasi Anticipatory Regret.....                       | 37 |
| Tabel 4. 11 Uji Asumsi Normalitas .....                                     | 38 |
| Tabel 4. 12 Uji Asumsi Linearitas .....                                     | 38 |
| Tabel 4. 13 Uji Korelasi.....                                               | 39 |
| Tabel 4. 14 Uji Beda Antar Jenis Kelamin .....                              | 40 |
| Tabel 4. 15 Uji Beda Pendidikan Terakhir .....                              | 40 |
| Tabel 4. 16 Uji Beda Status Pekerjaan.....                                  | 41 |
| Tabel 4. 17 Uji Beda Kapasitas Memori Internal Ponsel.....                  | 42 |
| Tabel 4. 18 Uji Beda Jumlah File (Foto/Screenshot) di Galeri Saat Ini ..... | 43 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir..... | 22 |
|------------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 Blueprint Digital Hoarding .....                      | 58 |
| Lampiran 2 Blueprint Anticipatory Regret .....                   | 58 |
| Lampiran 3 Expert Judgment Digital Hoarding Questionnaire .....  | 59 |
| Lampiran 4 Expert Judgment Anticipatory Regret Scale .....       | 60 |
| Lampiran 5 Uji Validitas CFA Digital Hoarding .....              | 62 |
| Lampiran 6 Uji Validitas CFA Anticipatory Regret .....           | 62 |
| Lampiran 7 Uji Reliabilitas Digital Hoarding Questionnaire ..... | 62 |
| Lampiran 8 Uji Reliabilitas Anticipated Regret Scale .....       | 63 |
| Lampiran 9 Uji Asumsi Normalitas .....                           | 63 |
| Lampiran 10 Uji Asumsi Linearitas .....                          | 63 |
| Lampiran 11 Uji Normalitas .....                                 | 63 |
| Lampiran 12 Uji Hipotesis Uji Korelasi .....                     | 64 |
| Lampiran 13 Uji Deskriptif Statistik .....                       | 64 |
| Lampiran 14 Deskriptif Demografi .....                           | 64 |
| Lampiran 15 Uji Kategorisasi Hipotetik .....                     | 66 |
| Lampiran 16 Uji Beda .....                                       | 67 |
| Lampiran 17 Hasil Uji Plagiarisme .....                          | 70 |
| Lampiran 18 Data Diri .....                                      | 71 |

