

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA SISWA PENGGUNA
MEDIA SOSIAL DI SMA N 1 KINALI PASAMAN BARAT**

**Anggun Mutiara Andri, Program Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Putra Indonesia YPTK Padang
Email: anggunandri22@gmail.com**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan *psychological well-being* pada siswa SMA N 1 Kinali Pasaman Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Kinali Pasaman Barat yang berjumlah 957 siswa. Adapun subjek penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2022), Untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dari populasi peneliti menggunakan *Tabel Isaac & Michael* dengan tingkat kesalahan 10%, maka didapat jumlah sampel sebanyak 211 siswa. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *fear of missing out* yang peneliti susun berdasarkan aspek *fear of missing out* yang dikemukakan oleh Prybylski, dkk (dalam Pransiska, 2022) dan Skala *psychological well-being* yang peneliti susun berdasarkan aspek *psychological well-being* yang dikemukakan Ryff dan Keyes (dalam Anum, 2022). Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis dpenelitian ini adalah korelasi *product moment (pearson)*, yang menunjukkan bahwa $r = -0,659$ dengan nilai $p = 0,000 (<0,01)$, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara *fear of missing out* dengan *psychological well-being* pada siswa SMA N 1 Kinali Pasaman Barat dengan arah negatif. Adapun sumbangan efektif dari variabel *fear of missing out* dengan *psychological well-being* yaitu sebesar 43,5%

Kata kunci : *fear of missing out*, *psychological well-being*, siswa, sekolah, korelasi

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENTS WHO USE SOCIAL
MEDIA IN HIGH SCHOOL N 1 KINALI PASAMAN BARAT**

**Anggun Mutiara Andri, Psychology Program, Faculty of Psychology
Putra Indonesia University, YPTK Padang
Email: anggunandri22@gmail.com**

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between fear of missing out and psychological well-being in students of SMA N 1 Kinali Pasaman Barat. The population in this study were 957 students of SMA N 1 Kinali Pasaman Barat. The subjects of this study used the Simple Random Sampling technique, namely taking sample members from the population randomly without paying attention to the strata in the population (Sugiyono, 2022). To determine the size of the sample taken from the population, the researcher used the Isaac & Michael Table with an error rate of 10%, thus obtaining a sample size of 211 students. The measuring instrument used was the fear of missing out scale that the researcher compiled based on the fear of missing out aspects proposed by Prybylski, et al. (in Pransiska, 2022) and the psychological well-being scale that the researcher compiled based on the psychological well-being aspects proposed by Ryff and Keyes (in Anum, 2022). The data analysis method used to test the hypothesis in this study was the Pearson product moment correlation, which showed that $r = -0.659$ with a p value = 0.000 (<0.01), which means the hypothesis is accepted. This indicates that there is a strong and significant relationship between fear of missing out and psychological well-being in students of SMA N 1 Kinali Pasaman Barat in a negative direction. The effective contribution of the fear of missing out variable to psychological well-being is 43.5%.

Keywords: *fear of missing out, psychological well-being, students, school, correlation*