

HOME / ARCHIVES / Vol. 6 No. 2 (2026)

Vol. 6 No. 2 (2026)



DOI: <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i2>

PUBLISHED: 2026-04-02



DOI: <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i2>

PUBLISHED: 2026-04-02

ARTICLES

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK DIMEDIASI OLEH SELF EFFICACY PADA MAHASISWA UNIVERSITAS X MUHAMMADIYAH DI YOGYAKARTA

Rifqi Aisy Ananda, Zahro Varisna Rohmadani

703-713



PDF

NEOFobia MAKANAN DAN PERILAKU MAKAN SISWA SEKOLAH DASAR DALAM PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS DI SDIT INSAN KAMIL KARANGANYAR

Muhammad Arifudin, Mahasri Shobahiya

714-723



PDF

PENDEKATAN SPIRITUAL DALAM PENANGANAN SKIZOAFEKTIF TIPE MANIK- LAPORAN KASUS

Jefry halim, Ni Ketut Putri Ariani

724-731



GANGGUAN DEPRESIF ORGANIK (F06.32) PADA PASIEN DENGAN INFEKSI HIV

Alexandra Adeline

732-740



TERAPI INTERPERSONAL DAN MOTIVATIONAL INTERVIEWING PADA GANGGUAN AFECTIF BIPOLAR DAN GANGGUAN PENGGUNAAN ZAT

Christantio Brilian Richard Legoh

741-750



KETANGGUHAN SEBAGAI UPAYA MENGATASI KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU DI JAKARTA

Yunita Olip Naibaho, Linda Wati

751-762



KORELASI HUBUNGAN PARASOSIAL DAN KEPUASAN PERNIKAHAN PADA KOMUNITAS BTS ARMY

Michele Tesalonika Nauli Napitupulu, Linda Wati

763-772



HUBUNGAN SELF-COMPASSION DAN KECEMASAN PEREMPUAN KORBAN INTIMATE PARTNER VIOLENCE (IPV)

Dea Putery Aisyah, Naomi Soetikno

773-784



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES DALAM PENYUSUNAN TUGAS AKHIR MAHASISWA

Annisa Primita Nurfadila, Andhita Dyorita Khoiryasdien

785-796



HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT DENGAN KONFORMITAS PADA PENGGUNA INSTAGRAM DI KALANGAN GENERASI Z

Hana Kameliana Romansza, Widya Risnawaty

797-807



HUBUNGAN ANTARA EMPLOYEE WELL-BEING DENGAN ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOR PADA KARYAWAN PT. GEPREK MANTUL WILAYAH MAGELANG

Siti Nurma Ria Ulfa, Dewi Handayani Harahap

808-818



PSIKOEDUKASI TIME MANAGEMENT UNTUK MENURUNKAN STRES KERJA PADA KARYAWAN

Oedi Niesya Bella Ragazza

819-827



PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA KARYAWAN DI PERUSAHAAN DIGITAL MARKETING PT X YOGYAKARTA

Latifah Azzahra Zahira, Yasin Syarif Hidayatullah

828-840



HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN FEAR OF MISSING OUT PADA PEMAIN DALAM SISTEM GACHA GAME HONKAI-STAR RAIL

Chelsea Indriani, Sri Tiatri

841-851



RESILIENSI SINGLE MOTHER YANG MEMILIKI ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL

Fatimah Azzakiyah, Rona Ghina Luqyana, Della Puteri Anggraeni, Faradhila Berliana Putri

852-865



HUBUNGAN MORAL DISENGAGEMENT DENGAN TINGKAT CYBERBULLYING PADA DEWASA MUDA

Pipih Murtapiah, Naomi Soetikno

866-876



PDF

STRES KERJA PADA TENAGA PENJUALAN PRODUK KECANTIKAN CV VITA PERMAI KOTA KUPANG

Regitha A. Beeh, M.K.P Abdi Keraf, Diana Aipipidely, Noorce Ch Berek

877-887



PDF

RESILIENSI ISTRI PERTAMA YANG MENJALANI KEHIDUPAN POLIGAMI

El Zahra Rafida Salsabila, Andhita Dyorita Khoiriyasdien

888-899



PDF

KEPERCAYAAN DAN KETERBUKAAN PADA PERSAHABATAN DI MASA EMERGING ADULthood: MODERASI KECEMASAN SOSIAL

Gabriella Shalisha, Yohanes Budiarto

900-910



PDF

STUDI DESKRIPTIF KUANTITATIF: TINGKAT RELIGIUSITAS PADA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES DI KOTA KUPANG

Sandra Paula Blansiska Bria, Diana Aipipidely, Rizky Pradita Manafe, Mariana Ch Lerik

911-920



PDF

STRES PENGASUHAN DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAMI: KONSEP DAN INTERVENSI

Dwi Estiningsih

921-935



PDF

STRATEGI PENANGANAN KESEHATAN MENTAL DALAM MENGATASI ANXIETY PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN

Nurul Asma Khoiriyah, Mahasri Shobahiya

936-947



PDF

PERBEDAAN DAMPAK FATHERLESS PADA REMAJA PEREMPUAN DAN LAKI-LAKI: LITERATURE REVIEW

Ni Luh Komang Alit Suandari, David Hizkia Tobing

948-957



ASESMEN BERBASIS PSIKOLOGI KEBERAGAMAN UNTUK PROMOSI DAN PENGEMBANGAN SDM PADA PT BUKIT ASAM

Dwi Hurriyati, Najalina Velis Firdaus

958-965



HUBUNGAN AKTIVITAS PENYAKIT, STATUS GIZI, DAN ONSET DENGAN MANIFESTASI NEUROPSIKIATRI PADA SYSTEMIC LUPUS ERYTHEMATOSUS ANAK

Rini Trisnowati, Cokorda Bagus Jaya Lesmana, I Gusti Ayu Indah Ardani, Komang Ana Mahardika

966-977



PERAN DUKUNGAN SOSIAL DAN RASA MEMILIKI TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Wulan Rahmalia Permatasari, Ratna Dyah Suryaratri, Lussy Dwiutami Wahyuni

978-989



PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS IN CHILDREN WITH NEPHROGENIC DIABETES INSIPIDUS AND SEVERE MALNUTRITION: BORDERLINE INTELLECTUAL FUNCTIONING, BULLYING, LOW SELF-ESTEEM, AND DEPRESSIVE SYMPTOMS

Ni Nyoman Tri Pramayanti, I Gusti Ayu Indah Ardani

990-998



EPISODE DEPRESI SEDANG DENGAN TREMOR FUNGSIONAL: LAPORAN KASUS DENGAN PENDEKATAN NEUROPSIKIATRI

Anindya Anindya, Anak Ayu Sri Wahyuni, Sri Yenni Trisnawati GS, I Komang Ana Mahardika

999-1009



GANGGUAN MOOD-AFEK DEPRESIF PADA REMAJA DALAM KONTEKS POLA ASUH CEMAS DAN KESENJANGAN GENERASI: LAPORAN KASUS

Ni Nyoman Trisna Rahayu Lestari, I Gusti Ayu Indah Ardani, I Putu Dharma Krisna Aji, Anak Agung Ngurah Andika Damarnegara, I Gusti Agung Ayu Widyarini

1010-1020



PDF

PENGARUH CHILDHOOD EMOTIONAL NEGLECT TERHADAP SELF-EXPRESSION PADA DEWASA AWAL

Chatrine Tan, Roswiyani Roswiyani

1021-1033



PDF

PENGARUH KAFEIN TERHADAP AKURASI DAN KECEPATAN RESPONS DALAM TUGAS MOCA-INA: SEBUAH STUDI EKSPERIMENTAL

Christa Avianna, Faith Esperanza Ai Tanauma, Fillyana Cindy, Muhammad Fajar Adilla, Fenisa Candra Ramadhina

1034-1043



PDF

HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PEKERJA GEN Z DI SURABAYA

Cinthia Diwanti Putri Amelia, Meita Santi Budiani

1044-1054



PDF

HUBUNGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING TERHADAP PARASOCIAL RELATIONSHIP PADA INDIVIDU DEWASA AWAL

Muhammad Firliansyah Maliki, Rita Markus Idulfilastri

1055-1067



PDF

PENANGANAN PERILAKU BULLYING MELALUI BIBLIOTERAPI STUDI PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI SE-KOTA PONTIANAK

Fitri Sukmawati, M. Edi Kurnanto

1168-1081



PDF

EKSPLORASI PERILAKU DIGITAL HOARDING PADA MAHASISWA: STUDI KASUS KUALITATIF

Primaditha Noorrizqyka Putri Hilmana, Mustika Mauliddiana Sardinawati, Nasywa Alifa Dzikra, Sandra Mutiara Sari, Muhamad Arif Saefudin, Gemala Nurendah

1082-1094



PDF

PERAN KONTROL DIRI DALAM MEMPREDIKSI PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA AKHIR UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Nazhifah Maimun, Aflah Zakinov Irta
1095-1109

**PENGARUH KESIAPAN SEKOLAH TERHADAP DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DALAM IMPLEMENTASI KEBIJAKAN INKLUSI DI SURABAYA**

Fawwazzaidan Dian Nafis, Ima Fitri Sholichah
1110-1124

**PERAN PENGGUNAAN GENERATIVE ARTIFICIAL INTELLIGENCE (GAI) TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA: SCOPING REVIEW**

Elga Adhi Bunarwan, Sri Tiatri, Jap Tji Beng, Vienchenzia Oeyta Dwitama Dinatha, Rahmiyana Nurkholiza, Tasya Mulia Salsabila, Listra Chatalia Silitonga, Tiara Nailah Mahmud, Cintya Syarah Azzahra
1125-1138

**PENGARUH PERSEPSI IKLIM KELAS TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA**

Chandra Susanto, Amya Bunga Fathiyah
1131-1151

**PENGARUH SELF-REGULATED LEARNING DAN INTENSITAS MEDIA SOSIAL TERHADAP PEDAGOGICAL SKILL MAHASISWA DENGAN SMARTPHONE DISTRACTION SEBAGAI VARIABEL MODERASI**

Juitasari Putri Kinasih, Febrika Yogie Hermanto, Triesninda Pahlevi
1152-1162

**PENDEKATAN PSIKOLOGIS TERHADAP PENGGUNAAN MUSIK TRADISIONAL GENDING SRIWIJAYA DALAM MENGELOLA KECEMASAN SISWA KELAS XII MENJELANG SELEKSI MASUK PERGURUAN TINGGI**

Marisa Triansari, Naura Syifa'u Lutfiah, Hendri Hendri
1163-1172



PENGARUH INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS NASIONAL KARANGTURI

Naufal Zuhdy, Menik Tetha Agustina

1173-1182



PENGARUH SELF EFFICACY TERHADAP KEMATANGAN KARIR PADA MAHASISWA AKHIR PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Nadia Brilianty Nabila, Suci Rahma Nio

1183-1196



PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP CAREER DECISION MAKING SELF-EFFICACY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KOTA MEDAN

Ribka Rahayu Zai, Karina Meriem Beru Brahmana

1207-1218



HUBUNGAN INTENSITAS MENDENGARKAN MUSIK SEBAGAI STRATEGI KOPING DALAM REGULASI EMOSI EMERGING ADULTHOOD DI KOTA SEMARANG

Imaniar Irma Yunita Rasya, Siti Aesijah

1219-1229



STUDI KEBUTUHAN PENGEMBANGAN BUKU SAKU “TRUE TIMING” SEBAGAI MEDIA LAYANAN INFORMASI PENCEGAHAN PERNIKAHAN ANAK

Nur Fadhilah Sari M, Abdullah Sinring, Aswar Aswar, Siska Putri Ayu

1197-1206



PEMBELAJARAN TRANSFORMATIF DEWASA DI ERA DIGITAL: REKONSTRUKSI IDENTITAS MELALUI PENGALAMAN BELAJAR VIRTUAL

Audrey Nabila Firmansyah Putri, Nurlaela Hamidah

1330-1337



THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF ADOLESCENTS IN ORPHANAGES

Yuli Rahmawati, Nanik Kholifah

1338-1346



PDF

EKSPLORASI STRATEGI REGULASI EMOSI REMAJA MUSLIM MELALUI AKTIVITAS KEAGAMAAN DI MUSLIMEEN SUKSA SCHOOL

Pendidikan berlatar keagamaan

Nokia Aisy, Nanik Kholifah

1347-1358



PDF

PENGARUH SOSIAL COMPARISON TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DI ERA MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z DI KOTA MEDAN

Ferdi Danuarta Sitorus, Nenny Ika Putri Simarmata

1359-1367



PDF

PERBANDINGAN KECEMASAN SOSIAL PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF DAN PASIF: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Arifatul Husna, Herdiyan Maulana, Zarina Akbar

1368-1380



PDF

MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI MELALUI PEMBELAJARAN AGAMA KATOLIK PADA SISWA KELAS X SMA SANTO ANTONIUS BANGUN MULIA MEDAN

Oktaviani Regina, Mimpin Sembiring

1381-1390



PDF

KONTRIBUSI DOOMSCROLLING TERHADAP FUTURE ANXIETY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Nesya Nabilfaizy Albib, Agitia Kurniati Asrila

1391-1405



PDF

ANTARA CINTA DAN LETIH: DINAMIKA COMPASSION FATIGUE PADA SINGLE MOTHER SANDWICH GENERATION SEKALIGUS BREADWINNER DAN FAMILY CAREGIVER

Queency Cinta Rachelga Menajang, Rudangta Arianti

1406-1417



PDF

HUBUNGAN PARENT ATTACHMENT DENGAN REGULASI EMOSI PADA PEREMPUAN DEWASA USIA 28-33 YANG BELUM MENIKAH

Meilina Dwi Kurniawati, Dewita Karema Sarajar
1418-1428



MENGIDENTIFIKASI CAREER DECISION MAKING SELF-EFFICACY MELALUI MEDIA BOARD GAME INTERAKTIF PADA SISWA SMA

Tria Afina Safitri, Jose Febryano Malonda, Siti Amwaliyah Khaeroni, Althaf Martuaraja Situmorang, Widya Risnawaty
1429-1439



HUBUNGAN SELF-OBJECTIFICATION DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA TIKTOK

Bunga Aisya, Rinaldi Rinaldi
1440-1450



KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU PENDIDIKAN KHUSUS DI LINGKUNGAN SEKOLAH INKLUSIF: STUDI KASUS SLB NEGERI SURAKARTA

Anindya Putri Herlambang, Andik Matulesy, Yulia Sahaja Dewi
1451-1463



ATTACHMENT STYLE DAN PENYESUAIAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN MENIKAH : STUDI META ANALISIS

Afmi Fuad, Fawzia Aswin Hadis, Dona Eka Putri, Sarifuddin Madenda
1464-1480



ANALISIS TEMATIK REFLEKTIF DALAM METODOLOGI KUALITATIF PENELITIAN PSIKOLOGI

Wasis Priyo Nugroho, Miftahussa'adah
1481-1492



PENGARUH MASA KERJA, OPENNESS TO EXPERIENCE DAN DIGITAL MINDSET TERHADAP READINESS FOR CHANGE PADA GURU

Mardianti Mardianti, Wahyu Rahardjo
1493-1504



PDF

PENGEMBANGAN WORK-RELATED POSITIVE AND NEGATIVE AFFECT SCHEDULE PADA PEKERJA GENERASI Z

Heryanna Wijaya, Celine Yovita, Widya Sasi Maheswari, Kadek Erinna Chandra Wijaya, Servia, Rita Markus Idulfilastri

1505-1514



PDF

PERAN PERSEPSI DUKUNGAN ORGANISASI TERHADAP KINERJA KARYAWAN GENERASI Z

Vena Theolina Hagnjasaraja, Sri Tiatri, Euginia Sharon Halim, Livia Renata Wibawa

1515-1524



PDF

PARENTING SELF-EFFICACY DAN EMOTION COACHING PADA IBU DENGAN ANAK USIA PRASEKOLAH

Dyah Ayu Rahmawati, Niken Fitri Palupi

1525-1534



PDF

DUKUNGAN SOSIAL DAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA AKHIR DARI KELUARGA BROKEN HOME

Alma Silvi

1535-1546



PDF

KECEMASAN IKLIM DAN KETIDAKPASTIAN MASA DEPAN: EKSPLORASI KUALITATIF PADA DEWASA MUDA

Siti Jaro'ah, Vania Ardelia, Ribka Mutiara Simatupang, Nanda Audia Vrisaba, Ira Darmawanti

1547-1565



PDF

PERAN EMPATI TERHADAP PERILAKU CYBERBULLYING PADA MAHASISWA

Sahro Najwa Auliya, Saraswati Juana, Cantika Afiyah Wardhana, Salwa Salsabila Siswanto, Chelsy Audi Azzahra Mustofa, Rostiana Rostiana

1566-1577



PDF

SUPPORTIVE CLASSROOM CLIMATE AND PUBLIC SPEAKING SELF-EFFICACY AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS: A CORRELATIONAL STUDY

Aji Cokro Dewanto, Dwi Ario Fajar, Sattrra Sahatsathatsana

1578-1589

**HUBUNGAN KEAKRABAN DENGAN AYAH TERHADAP QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PERANTAU**

Nurhalisa Apriani, Fildzah Malahati

1590-1598

**KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMA: STUDI KOMPARATIF BERDASARKAN JENIS KELAMIN DI KOTA AMBON**

Criezta Korlefura, Elisa Wati Hutagalung, Mirati Alkatiri, Tanjila Samsudin

1599-1607

**HUBUNGAN METACOGNITIVE BELIEFS TERHADAP BODY IMAGE PENGGUNA INSTAGRAM GENERASI Z**

Innara Kelisha, Widya Risnawaty

1708-1715

**RESILIENSI AKADEMIK BERDASARKAN SABAR DAN TAWAKAL DALAM MENGATASI KEJENUHAN BELAJAR: SEBUAH TINJAUAN LITERATUR**

Hasvia Bindari

1716-1724

**LONELINESS, PERCEIVED SOCIAL SUPPORT, DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA RANTAU**

Aurelia Naftali Kalengkongan, Fransisca Iriani Roesmala Dewi

1725-1740

**PENGARUH FATHER INVOLVEMENT PADA PERKEMBANGAN REMAJA : SYSTEMATIC REVIEW**

Tharissa Isna Aulia I.

1741-1750



EMOTIONAL INTELLIGENCE PADA STRESS AKADEMIK MAHASISWA: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Sistematik Literature Review

Zaatul Izzah

1751-1759



HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN WORK LIFE BALANCE PADA TENAGA KEPENDIDIKAN DI PERGURUAN TINGGI X

Leilani Megara Nathania, Meita Santi Budiani

1760-1770



PERAN INTERPERSONAL TRUST DAN SELF-ESTEEM DALAM MEMBENTUK PERILAKU SELF-DISCLOSURE GEN Z DI SECOND ACCOUNT INSTAGRAM

Ryzka Salsabila, Cempaka Putrie Dimala, Anggun Pertiwi

1771-1781



HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN FEAR OF FAILURE PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI INDONESIA

Yohana Stefani Simalango, Nenny ka Putri Simarmata

1782-1792



EFEKTIVITAS PROGRAM PENGALAMAN PRAKTIK LAPANGAN DAN EFIKASI DIRI TERHADAP PENGEMBANGAN KOMPETENSI PEDAGOGIK MAHASISWA PENDIDIKAN

Intan ramadhani, Arif Wahyu Wirawan

1793-1808



DINAMIKA DUKUNGAN SOSIAL DALAM MEMBENTUK EMPLOYEE ENGAGEMENT DI PT ULTIMA THONY TF: SEBUAH STUDI FENOMENOLOGIS

Siti Nuraisah, Raden Mutiara Puspa Wijaya

1809-1819



ANALISIS SELF-DEFENSE TERHADAP KORBAN CYBERBULLYING PADA REMAJA DI SMA NEGERI 12 BANJARMASIN

Siti Nurhaifa, Ririanti Rachmayanie Jamain, Muhammad Andri Setiawan
1820-1830

**HUBUNGAN KEBIASAAN MENONTON KONTEN HUMOR DI TIKTOK DENGAN PERILAKU COPING STRESS PADA GENERASI Z**

Zidan Al Fiqri, Ririanti Rachmayanie Jamain, Ali Rachman
1831-1841

**HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN GANDA DAN WORK-LIFE BALANCE PADA GURU WANITA YANG TELAH MENIKAH DI SEKOLAH KRISTEN KALAM KUDUS**

Elena Kristofani, Maria Prima Novita
1842-1852

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN AKIDAH AKHLAK**

Nor Abdiah, Ratu Julaikha, Nurul Huda
1853-1867

**MEMBANGUN KEBERHASILAN: PENGARUH KETERLIBATAN ORANG TUA PADA PRESTASI AKADEMIK**

Alin Nisa Andryani, Miranti Rasyid, Aulia Suhesty, Aulia Ramdani
1868-1880

**HUBUNGAN SECURE ATTACHMENT DAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA FUNGSIONARIS LEMBAGA KEMAHASISWAAN UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

Natasha Arwen Mandeij, Dewita Karema Sarajar
1881-1890

**HUBUNGAN SELF-CONCEPT DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA TELADAN GEREJA MASEHI INJILI DI MINAHASA (GMIM)**

Angelie Mutiara Pinka Poluakan, Dewita Karema Sarajar
1891-1902



PDF

HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DAN SOCIAL LOAFING PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Leony Anastasya Paath, Dewita Karema Sarajar

1903-1915



PDF

EFEKTIVITAS POSITIVE REINFORCEMENT MELALUI TEKNIK REWARD DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KOMUNITAS TIFO

Mochammad Aditya Rizqi Maulana, Nadhirotul Laily

1916-1925



PDF

RESILIENSI RELASIONAL DAN FLOURISHING PERSONEL BRIMOB: SEBUAH STUDI FENOMENOLOGI KEHARMONISAN KELUARGA

Dania Ulfah Rahmawati, Fx. Wahyu Widianoro

1926-1940



PDF

THE UNSEEN EMBRACE: EMOTIONAL SUPPORT AND SELF-ACCEPTANCE AMONG MOTHERS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Keisha Indira Sophia

1941-1952



PDF

The ADAPTASI ALAT UKUR SMARTPHONE ADDICTION SCALE-SHORT VERSION: DALAM BAHASA INDONESIA DENGAN EFA DAN CFA

Rama Zainul Aarifiin Firdaus, Muhamad Sandya Rachman, Khayyirah Syifa Nurkhalisah, Altair Ahsan, Aliyyah Nahda Putri Sinaga, Muhamad Arif Saefudin

1952-1965



PDF

PENGARUH PERMAINAN KONSELOPOLY QUEST TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN BERPIKIR KRITIS PADA PESERTA DIDIK SMAN 12 BANJARMASIN

Salma Hapijah, Nina Permata Sari, Qomario

1965-1977



PDF

PERAN SELF-EFFICACY DALAM MEMEDIASI LINGKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KEPUTUSAN PEMILIHAN JURUSAN MPLB

Satiya Nikken Rahayu, Aan Ikhsananto

2035-2047



PDF

HUBUNGAN PERASAAN TIDAK BERHARGA DENGAN PERILAKU CYBERBULLYING PADA SISWA DI SMP

Irda Sabrina, Muhammad Andri Setiawan, Eklys Cheseda Makaria

1990-2002



PDF

PENGARUH PENGGUNAAN MAKE-UP TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWI SEKOLAH MENENGAH

Jellyta Norafrigita, Muhammad Arsyad, Noor Ainnah

2003-2019



PDF

HUBUNGAN SELF-ESTEEM DENGAN KEBERANIAN MELAPOR CYBERBULLYING DI SMP

Maulidia Farah Diba, Muhammad Andri Setiawan, Ririanti Rachmayanie Jamain

2020-2034



PDF

PENGARUH KELEKATAN TEMAN SEBAYA DAN REGULASI EMOSI TERHADAP KECENDERUNGAN KECEMASAN SOSIAL SISWA KELAS XI DI SMAN 3 CIKAMPEK

Psikologi

Isma Nurul Aulya, Puspa Rahayu Utami Rahman, M. Choirul Ibad

2035-2047



PDF

ACCREDITATION





Editor in Chief

Dr. Haromain, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Pendidikan Mandalika)

EDITORIAL BOARD

Dr. Hegar Harini, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Kusuma Negara)

Dr. Lalu Mariawan Alfarisi, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (UNU NTB)

Dr. Muhamad Suhardi, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Pendidikan Mandalika)

Dr. Musifuddin, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Hamzanwadi)

Dr. Novalyosi, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Sultan Ageng Tirtayasa)

Dr. Purwarni Puji Utami, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Kusuma Negara)

Adi Apriadi Adiansha, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Taman Siswa Bima)

Deni Hamdani, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | [Scopus](#) (Universitas Mataram)

Lalu Hamdian Afandi, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Mataram)

Muhammad Hayyun, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Muhammadiyah Jakarta)

Mujibrahman, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Pendidikan Mandalika)

Mursalin, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Malikussaleh)

Online Journal System:

<https://www.jurnalp4i.com/index.php/paedagogy/index>

Journal Corresponding

Principal Contact: Dr. Muhamad Suhardi, M.Pd | 085239967417

Technical Support : Randi Pratama, M.Pd | 085781267181

Journal Editor : Isbullah | 087781560724

Email: Jurnalp4i@gmail.com

ACCREDITATION



Reviewer/Mitra Bestari

Dr. Syarfuni, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Bina Bangsa Getsempena)

Dr. Syafaat Ariful Huda, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Kusuma Negara)

Endah Resnandari, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Pendidikan Mandalika)

Dr. Abdulah Muzakar, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Hamzanwadi)

Dr. Marzoan, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Hamzar)

Paulus Mikku Ate [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STIMIKOM Stella Maris Sumba)

Yusron Saudi, ST., M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Muhammadiyah Mataram)

Dr. Rifari Baron, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Indraprasta PGRI)

Dr. Ahmad Turmuzi, S.S., M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Nahdlatul Wathan Mataram)

Dr. Badarudin, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Hamzanwadi)

Dr. Rusi Rusmiati Aliyyah, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Djuanda)

Dr. Nunuk Hariyati, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Negeri Surabaya)

Samsuriadi, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Nahdlatul Wathan Mataram)

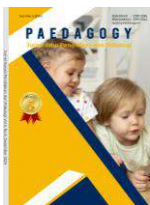
Wilbrodus Cornelis Usboko [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STP Santo Petrus Keuskupan Atambua)

Hardiansyah, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (Universitas Pendidikan Mandalika)

Andri, M.Pd [SINTA ID](#) | [Google Scholar](#) | Scopus (STKIP Persada Khatulistiwa Sintang)

ACCREDITATION





HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT DENGAN KONFORMITAS PADA PENGGUNA INSTAGRAM DI KALANGAN GENERASI Z

Hana Kameliana Romansza¹, Widya Risnawaty^{2*}

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta^{1,2}

e-mail: hana.705220392@stu.untar.ac.id , widyar@fpsi.untar.ac.id*

Diterima: 31/3/2026; Direvisi: 6/4/2026; Diterbitkan: 15/4/2026

ABSTRAK

Generasi Z sebagai generasi yang berkembang di era pertumbuhan teknologi yang pesat merupakan kelompok yang sangat dekat dengan media sosial, khususnya Instagram. Media tersebut tidak hanya digunakan sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai ruang untuk membangun citra diri melalui interaksi sosial dan mengikuti tren yang sedang berkembang. Namun, penggunaan Instagram yang intens dapat memunculkan fenomena Fear of Missing Out (FoMO), yaitu rasa takut tertinggal dari pengalaman sosial orang lain, yang berpotensi memengaruhi perilaku konformitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara FoMO dan konformitas pada pengguna Instagram di kalangan Generasi Z. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan metode purposive sampling, melibatkan 403 responden yang diperoleh melalui penyebaran kuesioner daring menggunakan Google Form. Analisis data menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara FoMO dan konformitas dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,453$ dan $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat FoMO seseorang, semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan konformitas dalam penggunaan Instagram. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa FoMO memiliki peran dalam meningkatkan kecenderungan konformitas pada pengguna Instagram di kalangan Generasi Z.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out, Konformitas, Instagram, Generasi Z*

ABSTRACT

Generation Z is a cohort that has grown up alongside rapid technological advancements, making them highly familiar with social media use, particularly Instagram. This platform functions not only as a medium for sharing information but also as a space for constructing self-identity through social interaction and engagement with emerging trends. High levels of Instagram use can lead to the emergence of Fear of Missing Out (FoMO), characterized by anxiety about being left out of others' social experiences. This condition may contribute to a stronger tendency to conform to social norms or behavioral expectations within online environments. This study aims to examine the relationship between FoMO and conformity among Generation Z Instagram users. The sampling process employed a non-probability purposive sampling technique, involving 403 respondents recruited through an online questionnaire distributed via Google Form. Data analysis revealed a significant positive correlation between FoMO and conformity, with a correlation coefficient of $r = 0.453$ and $p < 0.001$ ($p < 0.05$). These findings indicate that higher levels of FoMO are associated with a greater inclination to engage in conforming behaviors on Instagram. Overall, the results underscore the role of FoMO in increasing conformity tendencies among Generation Z social media users.

Keywords: *Fear of Missing Out, Conformity, Instagram, Generation Z*





PENDAHULUAN

Instagram telah bertransformasi menjadi salah satu ekosistem media sosial paling dominan di Indonesia dengan jumlah basis pengguna aktif yang sangat masif mencapai lebih dari seratus juta jiwa (Ramadhania et al., 2022; Widiyanti et al., 2023). Platform berbasis visual ini menduduki posisi keempat secara global dalam hal popularitas, yang mencerminkan betapa kuatnya ketergantungan masyarakat terhadap interaksi berbasis foto dan video pendek dalam kehidupan harian. Generasi Z yang lahir pada rentang akhir milenium hingga awal dekade dua ribuan menjadi kelompok demografis utama yang paling aktif menghabiskan waktu berjam-jam setiap bulannya untuk berselancar di aplikasi tersebut. Bagi kelompok yang dikenal sebagai *digital native* ini, media sosial bukan sekadar alat komunikasi biasa, melainkan ruang vital untuk membangun eksistensi dan mencari pengakuan sosial melalui fitur-fitur yang terus berkembang secara dinamis (Küçükesmen et al., 2022). Karakteristik unik mereka yang sangat peka terhadap tren terbaru serta memiliki ketergantungan tinggi pada perangkat pintar menciptakan dinamika partisipasi sosial yang sangat intensif di jagat maya. Algoritma yang bersifat personal memperkuat rasa keterhubungan ini, sehingga setiap individu merasa perlu untuk selalu hadir dalam setiap percakapan visual demi menjaga status sosial mereka di mata publik yang selalu mengamati setiap pergerakan digital (Jihan & Kustana, 2022).

Idealnya, media sosial berfungsi sebagai sarana ekspresi kreatif dan berbagi informasi yang menyehatkan bagi penggunanya, namun kenyataan di lapangan menunjukkan munculnya fenomena psikologis yang cukup mengkhawatirkan (Aziz, 2020; Nayla, 2024; Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). Fenomena tersebut adalah perasaan gelisah saat merasa tertinggal dari pengalaman menggembirakan orang lain atau yang dikenal sebagai *fear of missing out*. Perasaan ini terlihat sangat nyata melalui tren koleksi boneka eksklusif dalam bentuk *blind-box* yang sedang viral dan menjadi simbol status di kalangan anak muda saat ini. Banyak individu memutuskan untuk membeli produk edisi terbatas tersebut bukan karena kebutuhan fungsional, melainkan didorong oleh rasa takut dianggap ketinggalan zaman oleh komunitas *online* mereka. Rasa cemas ini diperparah oleh strategi pemasaran yang mengedepankan kesan eksklusif sehingga memicu perilaku pembelian impulsif secara besar-besaran demi mendapatkan pengakuan sebagai kolektor yang relevan. Pengaruh tokoh populer atau *influencer* kelas dunia semakin memperkuat tekanan mental ini, sehingga memiliki barang yang sedang viral dianggap sebagai validasi mutlak atas keikutsertaan seseorang dalam perkembangan zaman. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi produk di era digital telah bergeser menjadi upaya mitigasi terhadap kecemasan sosial yang muncul akibat paparan informasi visual yang terus-menerus (Astuti et al., 2021; Krismajayanti & Darma, 2021; Puspita et al., 2024).

Dorongan untuk selalu mengikuti tren tidaklah berdiri sendiri, melainkan berkaitan erat dengan kecenderungan individu untuk melakukan penyesuaian perilaku demi diterima oleh kelompoknya atau yang disebut dengan konformitas sosial. Dalam konteks interaksi di media sosial, banyak anggota generasi terbaru yang merasa harus menyelaraskan gaya hidup mereka dengan standar komunitas daring agar tidak dianggap berbeda atau tersisih dari pergaulan. Tekanan *normative influence* ini muncul saat individu terus-menerus terpapar oleh konten yang seragam di *feed* maupun *story* mereka, sehingga memicu keinginan kuat untuk memiliki apa yang dimiliki orang lain (Ballara, 2023; Domingos et al., 2021; Jain & Meyers, 2022). Bahkan, muncul fenomena pengeluaran yang tidak rasional atau *doom spending*, di mana seseorang tetap memaksakan diri untuk berbelanja meskipun kondisi finansial mereka sebenarnya sedang



terbatas. Perilaku ini dilakukan sebagai strategi psikologis untuk mereduksi kecemasan sekaligus menjaga relevansi diri agar tetap terlihat menarik dalam setiap unggahan di internet. Konformitas ini menjadi mekanisme pertahanan diri agar terhindar dari perasaan terisolasi secara sosial, meskipun harus mengorbankan stabilitas ekonomi pribadi demi memenuhi ekspektasi lingkungan pergaulan digital yang sering kali bersifat semu dan sementara namun menuntut partisipasi penuh dari penggunaannya setiap saat.

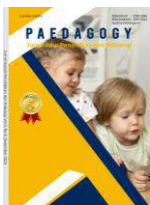
Beberapa tinjauan terhadap hasil literatur ilmiah di berbagai kota besar di Indonesia sebenarnya telah banyak menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial ini memiliki korelasi yang sangat erat dengan kecenderungan individu untuk menyesuaikan diri. Riset yang dilakukan di wilayah seperti Medan dan Surabaya mengungkapkan fakta bahwa peningkatan perasaan takut tertinggal berbanding lurus dengan meningkatnya perilaku meniru norma kelompok di berbagai *platform* populer. Studi-studi tersebut umumnya menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis data yang canggih untuk memetakan hubungan antar variabel secara mendalam bagi para responden remaja melalui metode *accidental sampling* maupun *purposive sampling*. Selain itu, terdapat analisis menggunakan *structural equation modeling* yang menyoroti peran belanja emosional sebagai faktor perantara yang memperkuat dorongan pembelian tidak terencana akibat tekanan dari teman sebaya (Adri et al., 2021; Barokah et al., 2021; Putri & Fourqoniah, 2023). Namun, sebagian besar riset tersebut masih menempatkan infrastruktur media sosial secara umum atau aplikasi berbasis video pendek sebagai variabel tetap. Kesenjangan data ini menuntut kreativitas dalam menyajikan analisis yang lebih akurat mengenai perilaku konsumen pada aplikasi yang sangat mengutamakan aspek estetika visual. Hal ini penting untuk memahami bagaimana *informational influence* bekerja dalam membentuk keputusan ekonomi generasi muda di tengah arus informasi komunikasi digital.

Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan literatur dengan menawarkan kebaruan yang berfokus secara spesifik pada pengguna aplikasi visual dominan di kalangan penduduk asli digital di Indonesia. Inovasi riset ini terletak pada analisis mendalam mengenai bagaimana budaya visual yang kuat serta kurasi konten dapat memperkuat hubungan antara rasa takut tertinggal dengan perilaku konformitas sosial secara simultan. Mengingat karakteristik kelompok usia ini yang sangat terhubung dan peka terhadap standar gaya hidup daring, pemahaman mengenai dinamika psikologis mereka menjadi sangat krusial di tengah membanjirnya tren konsumsi yang sangat cepat. Fokus utama studi ini adalah untuk menguji secara empiris sejauh mana kecemasan sosial tersebut berkontribusi terhadap keinginan individu untuk menyesuaikan diri dengan pilihan kelompoknya dalam lingkungan digital yang kompetitif. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat terungkap pola perilaku sosial baru yang terbentuk akibat tingginya eksposur terhadap konten gaya hidup eksklusif yang viral. Hasil kajian ini nantinya akan memberikan kontribusi penting bagi pengembangan ilmu psikologi sosial serta menjadi rujukan praktis dalam menyikapi fenomena konsumsi generasi terbaru dalam menyeimbangkan ekspektasi sosial dengan realitas ekonomi mereka secara lebih bijaksana dan terukur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Desain korelasional dipilih karena penelitian ini memiliki tujuan memahami ada tidaknya korelasi antara dua variabel, yaitu *Fear of Missing Out* (FoMO) menjadi variabel bebas (X) dan konformitas sebagai variabel terikat (Y). Pada penelitian ini, partisipan merupakan individu





yang termasuk ke dalam segmentasi Generasi Z, adalah individu yang hadir pada rentang tahun 1997 hingga 2007 yaitu berumur 18-28 tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini memakai metode *non-probability sampling*, lebih spesifik menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini berlangsung di kota Jakarta. Pengumpulan data dilakukan secara daring (*online*) dan luring (*offline*) dengan menyebarkan kuesioner kepada partisipan melalui *platform* digital seperti *Google Form*. Peralatan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

- Kuesioner Digital, disusun dalam format *Google Form* yang berisi skala pengukuran *Fear of Missing Out* dan Konformitas, serta item demografis.
- Perangkat Elektronik, seperti laptop/komputer dan *smartphone* yang digunakan untuk menyusun, menyebarkan, dan mengakses kuesioner serta menganalisis data.
- Aplikasi Pengolahan Data, IBM SPSS yang digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen, serta menganalisis data kuantitatif yang didapatkan dari kuesioner.

Pada penelitian ini, instrumen yang diterapkan berupa angket atau kuesioner tertutup, yang terbentuk dari pernyataan-pernyataan mengenai kedua variabel yaitu *Fear of Missing Out* (FOMO) menjadi variabel bebas (X) dan Konformitas sebagai variabel terikat (Y). Instrumen ini dibuat melalui bentuk skala Likert 5 poin, dengan pilihan jawaban:

Tabel 1. Skala Instrumen Penelitian

Skor	Kategori
1	Sangat Tidak Setuju
2	Tidak Setuju
3	Netral
4	Setuju
5	Sangat Setuju

Pengukuran kedua variabel dilakukan dengan memakai instrumen kuesioner tertutup yang dibuat dengan mengacu indikator-indikator teoritis dari setiap variabel dan dihitung dengan skala Likert 5 poin, mulai dari "Sangat Tidak Setuju" (skor 1) hingga "Sangat Setuju" (skor 5). Setelah melakukan pengumpulan data, hasil pengolahan data dari excel dikonversi ke SPSS (*Statistical Product and Services Solution*). Lalu peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, serta uji normalitas untuk mengetahui apakah data telah berdistribusi secara normal. Kemudian, melakukan uji deskriptif untuk melihat gambaran data dari partisipan.

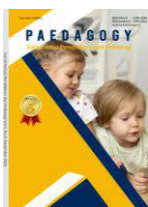
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian melakukan uji deskriptif untuk melihat gambaran variabel FoMO. Variabel FoMO menggunakan 5 skala likert, nilai mean hipotetik variabel ditetapkan pada 3.0. Berdasarkan tabel 2 hasil analisis menunjukkan bahwa FoMO memiliki mean empiris sebesar 62.99 dengan rentang skor antara 25 hingga 100, serta simpangan baku sebesar 23.597.

Tabel 2. Hasil Uji Deskriptif FoMO

N	Min	Max	Mean Hipotetik	Mean Empirik	Std. Deviation
403	25.00	100.00	3.0	62.99	23.597



Pada variabel konformitas memiliki 4 skala likert, sehingga memiliki nilai mean hipotetik sebesar 2.5. Berdasarkan tabel 3 hasil uji deskriptif variabel Konformitas memiliki nilai minimum sebesar 21 dan maksimum sebesar 64, dengan nilai mean empirik sebesar 48.55 dan simpangan baku (standar deviasi) sebesar 7.326.

Tabel 3. Hasil Uji Deskriptif Konformitas

N	Min	Max	Mean Hipotetik	Mean Empirik	Std. Deviation
403	21.00	64.00	2.5	48.55	7.326

Tabel 4. Hasil Kategorisasi Variabel FoMO

Rumus	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X < M - 1SD$	$X < 39.39$	Rendah	117	29.0
$M - 1SD < X < M + 1SD$	$39.39 < X < 86.59$	Sedang	230	57.1
$M + 1SD < X$	$86.59 < X$	Tinggi	56	13.9

Keterangan:

M = Mean

SD = standar deviasi

Berdasarkan tabel 4 hasil perhitungan menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 230 orang (57,1%). Sebanyak 117 responden (29,0%) berada pada kategori rendah, dan 56 responden (13,9%) termasuk dalam kategori tinggi. Dengan demikian, distribusi data menunjukkan bahwa tingkat FoMO pada sampel penelitian ini didominasi oleh kategori sedang.

Tabel 5. Hasil Kategorisasi Variabel Konformitas

Rumus	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X < M - 1SD$	$X < 41.22$	Rendah	68	16.9
$M - 1SD < X < M + 1SD$	$41.22 < X < 55.88$	Sedang	237	58.8
$M + 1SD < X$	$55.88 < X$	Tinggi	98	24.3

Keterangan:

M = Mean

SD = standar deviasi

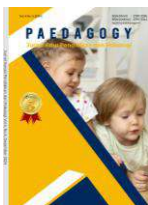
Tabel 5 hasil perhitungan menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 237 orang (58,8%). Sebanyak 68 responden (16,9%) berada pada kategori rendah, dan 98 responden (24,3%) termasuk dalam kategori tinggi. Dengan demikian, distribusi data menunjukkan bahwa tingkat konformitas pada sampel penelitian ini didominasi oleh kategori sedang.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Kolmagorov-Smirnov	Signifikan	Keterangan
FoMO	0.001	Tidak terdistribusi normal
Konformitas	0.001	Tidak terdistribusi normal

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Spearman

Spearman	Correlation Coefficient	Sig. (2-tailed)
FoMO*Konformitas	0.453	<0.001



Tabel 8. Uji Korelasi Dimensi FoMO

Dimensi	Sig. (2-tailed)	Correlation Coefficient
Dimensi Anxiety	<0.001	0.315
Dimensi Need to belong	<0.001	0.513
Dimensi Addiction	<0.001	0.425
Dimensi Need for popularity	<0.001	0.478

Tabel 9. Hasil Uji Korelasi Dimensi Konformitas

Dimensi	Sig. (2-tailed)	Correlation Coefficient
Dimensi Normative Influence	<0.001	0.563
Dimensi Informational Influence	<0.001	0.299

Tabel 6 memaparkan hasil uji normalitas menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov untuk variabel FoMO dan konformitas dalam penelitian ini. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk variabel FoMO adalah 0.001 dan variabel konformitas juga sebesar 0.001. Karena kedua nilai tersebut lebih kecil dari ambang batas 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel tersebut tidak terdistribusi secara normal. Temuan ini menjadi dasar bagi peneliti untuk menggunakan metode statistik nonparametrik dalam melakukan analisis korelasi atau pengujian hipotesis pada tahap pengolahan data selanjutnya.

Tabel 7 merangkum hasil uji korelasi Spearman untuk melihat hubungan antara variabel FoMO dengan tingkat konformitas pada responden. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah 0.453 dengan tingkat signifikansi 2-tailed di bawah 0.001. Angka ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan korelasi pada tingkat sedang antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya keterkaitan antara kecemasan akan kehilangan momen dengan kecenderungan individu untuk menyesuaikan diri dengan kelompok dapat diterima secara statistik berdasarkan data empiris yang telah dikumpulkan.

Tabel 8 merinci hasil uji korelasi pada 4 dimensi FoMO yang mencakup aspek psikologis berbeda dalam penelitian ini. Dimensi need to belong menunjukkan korelasi tertinggi sebesar 0.513, diikuti oleh dimensi need for popularity sebesar 0.478 dan dimensi addiction sebesar 0.425. Sementara itu, dimensi anxiety memiliki nilai koefisien korelasi sebesar 0.315. Seluruh dimensi tersebut memiliki nilai signifikansi di bawah 0.001 yang berarti semuanya berhubungan secara signifikan. Data ini memberikan gambaran mendalam mengenai kontribusi tiap dimensi dalam membentuk fenomena kecemasan sosial responden.

Tabel 9 menyajikan hasil uji korelasi untuk dimensi variabel konformitas yang terdiri dari pengaruh normatif dan pengaruh informasional. Dimensi normative influence memiliki koefisien korelasi sebesar 0.563, sedangkan dimensi informational influence mencatat nilai sebesar 0.299. Kedua dimensi ini menunjukkan nilai signifikansi 2-tailed di bawah 0.001 yang berarti hubungannya bersifat sangat nyata secara statistik. Perbedaan nilai koefisien ini mengindikasikan bahwa pengaruh norma kelompok memiliki peran yang lebih kuat dibandingkan pengaruh informasi dalam mendorong perilaku konformitas pada individu yang menjadi objek dalam penelitian ini.

Pembahasan

Analisis terhadap 403 responden menunjukkan bahwa tingkat *fear of missing out* dan konformitas didominasi oleh kategori sedang. Nilai rata-rata empiris untuk variabel 1 adalah 62,99 yang jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata hipotetik sebesar 3,0. Untuk variabel



konformitas, rata-rata empiris sebesar 48,55 juga melampaui nilai hipotetik sebesar 2,5. Data distribusi variabel 1 menunjukkan terdapat 230 orang dalam kategori sedang, sementara 117 dan 56 orang masing-masing berada dalam kelompok rendah dan tinggi. Pola serupa terlihat pada variabel 2 di mana 237 individu berada pada kategori sedang, dengan 68 dan 98 orang pada kelompok rendah dan tinggi secara berturut-turut. Hasil ini memberikan gambaran objektif bahwa mayoritas sampel mengalami tekanan sosial untuk tetap memperbarui informasi dan menyelaraskan diri dengan norma kelompok pada tingkat moderat. Keseimbangan ini mencerminkan kondisi psikologis umum pengguna platform digital aktif yang mencoba menjaga koneksi dengan lingkaran sosial mereka tanpa terjebak dalam kecemasan sosial ekstrem atau kepatuhan buta terhadap tren kelompok yang ada di lingkungan virtual (Danias-Uraga, 2022; Nisa et al., 2024; Supti et al., 2025). Hal ini menegaskan bahwa perilaku digital harian sangat dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap ekspektasi kelompok sosialnya di dunia maya (Alshakhsi et al., 2025; Danias-Uraga, 2022; Nesi et al., 2022).

Uji normalitas menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov mengungkapkan bahwa data penelitian ini tidak mengikuti distribusi normal, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,001 untuk 2 variabel tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini menerapkan analisis non-parametrik melalui metode korelasi Spearman untuk menentukan hubungan antara 2 aspek utama tersebut. Analisis menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,453 dengan tingkat signifikansi di bawah 0,001, yang mengonfirmasi adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan korelasi pada tingkat sedang. Temuan numerik ini membuktikan bahwa peningkatan kecemasan akan tertinggal informasi dibarengi dengan peningkatan kecenderungan untuk melakukan konformitas terhadap kelompok sebaya. Hasil statistik menandakan bahwa kecemasan sosial terkait pengalaman yang terlewat bertindak sebagai katalis bagi individu untuk menyesuaikan perilaku atau sikap mereka agar sesuai dengan ekspektasi lingkungan digital mereka yang dirasakan (Alshakhsi et al., 2025; Ngo et al., 2023; Riesmeyer et al., 2021). Hubungan moderat ini menyoroti bagaimana interaksi digital membentuk respons psikologis yang memprioritaskan penyelarasan kelompok untuk mengurangi rasa tidak nyaman akibat pengucilan sosial di lanskap virtual platform komunikasi modern. Kekuatan hubungan ini juga memberikan indikasi bahwa faktor eksternal kelompok memiliki dampak yang cukup nyata pada kondisi batin pengguna aktif di tahun 2026 ini.

Eksplorasi lebih mendalam terhadap dimensi *fear of missing out* mengungkapkan bahwa *need to belong* memiliki hubungan terkuat dengan koefisien sebesar 0,513. Hal ini diikuti oleh dimensi *need for popularity* sebesar 0,478 dan *addiction* sebesar 0,425, sementara dimensi *anxiety* menunjukkan korelasi terendah pada angka 0,315. Pada sisi konformitas, *normative influence* menunjukkan peran yang jauh lebih kuat dengan koefisien sebesar 0,563 dibandingkan dengan *informational influence* yang hanya mencatat angka 0,299. Implikasi dari angka-angka ini adalah individu terutama didorong oleh keinginan untuk penerimaan sosial dan penghindaran penolakan daripada pencarian informasi akurat dari teman sebaya mereka. Nilai *normative influence* yang tinggi menunjukkan bahwa pengguna digital memprioritaskan untuk disukai dan menghindari ketidaksetujuan sosial dibandingkan menggunakan konsensus kelompok sebagai alat untuk memahami realitas (Kadir et al., 2023; Stöckli & Hofer, 2020; Waterman, 2020). Mekanisme psikologis ini memperkuat gagasan bahwa lingkungan sosial virtual memberikan tekanan melalui ketakutan akan berada di luar kelompok, menjadikan persetujuan sosial sebagai mata uang yang lebih berharga daripada kejelasan informasi dalam interaksi digital. Hal ini mencerminkan bahwa kebutuhan dasar manusia untuk diterima secara





sosial tetap menjadi penggerak utama perilaku di tengah kemajuan teknologi komunikasi saat ini (Jailani et al., 2026; Koban et al., 2026; Sari et al., 2022; Subang et al., 2026).

Perbandingan statistik melalui uji t menunjukkan perbedaan signifikan dalam tingkat kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin, di mana nilai signifikansi berada di bawah 0,05. Selanjutnya, analisis varians melalui metode 1 arah ANOVA mendemonstrasikan bahwa faktor demografis seperti usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, serta kebiasaan penggunaan seperti durasi dan frekuensi membuka aplikasi sangat memengaruhi variabel psikologis ini. Sebagai contoh, berapa lama dan seberapa sering seseorang berinteraksi dengan platform per hari menciptakan tingkat kecemasan dan konformitas yang berbeda di antara kategori yang ada. Menariknya, domisili tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai signifikansi di atas 0,05. Hal ini menyiratkan bahwa tekanan psikologis yang dirasakan oleh pengguna adalah fenomena universal yang terikat pada ekosistem digital itu sendiri daripada lokasi fisik pengguna. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan digital menciptakan ruang sosial tanpa batas di mana karakteristik pribadi dan pola konsumsi digital memainkan peran yang lebih vital dalam menentukan kecemasan sosial daripada batas-batas geografis atau struktur sosial lokal (Bardakçi & Arslan, 2021; Cooper et al., 2022; Yang et al., 2023; Корнієнко & Барчі, 2020). Kesamaan respons di berbagai wilayah tempat tinggal menegaskan bahwa budaya digital telah menyeragamkan tekanan psikologis bagi para penggunanya secara luas di berbagai daerah.

Sebagai kesimpulan, penelitian ini mengonfirmasi hubungan positif yang moderat antara kecemasan akan tertinggal informasi dan konformitas di antara 403 pengguna generasi Z. Koefisien moderat sebesar 0,453 menunjukkan bahwa meskipun kecemasan sosial adalah faktor signifikan dalam penyesuaian kelompok, terdapat variabel lain yang tidak dieksplorasi dalam penelitian ini yang berkontribusi pada lebih dari 0,50 angka varians perilaku. Keterbatasan utama dari studi ini adalah distribusi data yang tidak normal, yang mengharuskan penggunaan uji non-parametrik, sehingga berpotensi membatasi generalisasi temuan pada populasi yang lebih luas. Selain itu, sifat data yang bersifat lintas sektoral hanya menangkap gambaran spesifik perilaku pengguna pada tahun 2026. Penelitian masa depan harus mempertimbangkan pendekatan longitudinal untuk melihat bagaimana pola psikologis ini berkembang seiring perubahan platform digital yang dinamis. Studi ini memberikan pemahaman dasar tentang mekanika psikologis interaksi media sosial, menyoroti bahwa dorongan untuk memiliki hubungan sosial merupakan motivator utama bagi penyesuaian perilaku di era digital modern, terutama bagi generasi muda yang menavigasi hierarki sosial virtual yang kompleks. Kesadaran akan pola ini sangat penting untuk memahami kesehatan mental kolektif di masa depan yang semakin terdigitalisasi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan perilaku konformitas pada pengguna Instagram di kalangan generasi Z. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,453 yang menandakan kekuatan hubungan berada pada tingkat sedang. Hal ini memberikan makna bahwa semakin tinggi kecemasan individu akan ketertinggalan informasi atau momen berharga orang lain, maka semakin besar pula kecenderungannya untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok daring. Dimensi *need to belong* menjadi faktor internal paling kuat yang mendorong fenomena ini, sementara dari sisi konformitas, *normative influence* memiliki peran yang jauh lebih dominan dibandingkan pengaruh informasional. Temuan ini menegaskan bahwa dorongan



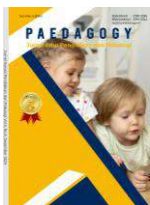


untuk mengikuti tren, seperti fenomena *blind-box* atau gaya hidup tertentu, sering kali bukan merupakan kebutuhan fungsional melainkan strategi psikologis untuk mendapatkan validasi sosial. Dengan demikian, platform visual seperti Instagram secara efektif memfasilitasi tekanan sosial yang menuntut individu untuk selalu terlihat relevan di mata komunitasnya.

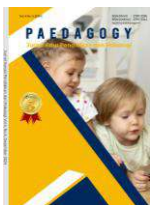
Ditinjau dari perspektif demografis, penelitian mengungkap adanya disparitas tingkat kecemasan sosial dan penyesuaian diri yang dipengaruhi oleh berbagai karakteristik responden. Individu laki-laki, pengguna dengan tingkat pendidikan sarjana, serta mereka yang menghabiskan waktu lebih dari enam jam sehari di Instagram menunjukkan skor tertinggi dalam kedua variabel tersebut. Frekuensi membuka aplikasi yang melebihi sepuluh kali sehari serta keterlibatan dalam aktivitas belanja daring terbukti menjadi pemicu utama eskalasi fenomena *doom spending* sebagai bentuk nyata dari konformitas. Meskipun faktor domisili tidak memberikan pengaruh yang berarti, intensitas interaksi digital tetap menjadi penentu utama pembentukan identitas sosial generasi ini. Secara keseluruhan, studi ini memberikan gambaran bahwa ketergantungan pada pengakuan virtual dapat mengikis otonomi pribadi demi memenuhi ekspektasi lingkungan digital yang sering kali bersifat semu. Keselarasan antara kurasi konten yang estetik dengan algoritma personal menciptakan ekosistem yang memaksa pengguna untuk terus berpartisipasi secara aktif tanpa henti guna menghindari perasaan terisolasi secara sosial dalam pergaulan modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Adri, E. V., Setiawan, D. E., & Methindo, O. (2021). Relationship of conformity with adolescent impulsions buying behavior on fashion products in marketplace with self-control as a moderating variable. *Tazkiya Journal of Psychology*, 9(2), 133. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.22523>
- Alshakhsi, S., Yankouskaya, A., Al-Thani, D., & Ali, R. (2025). Changing oneself by teaching others? Exploring the protégé effect in digital stress self-regulation. *arXiv*. <https://doi.org/10.48550/arxiv.2510.12944>
- Astuti, N. L. G. S. D., Widhyadanta, I. G. D. S. A., & Sari, R. J. (2021). Pengaruh brand image dan brand awareness Lazada terhadap keputusan pembelian online. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 10(10), 897. <https://doi.org/10.24843/eeb.2021.v10.i10.p07>
- Aziz, A. A. A. (2020). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- Ballara, N. B. (2023). The power of social validation: A literature review on how likes, comments, and shares shape user behavior on social media. *International Journal of Research Publication and Reviews*, 4(7), 3355. <https://doi.org/10.55248/gengpi.4.723.51227>
- Bardakçı, S., & Arslan, A. (2021). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının sosyal kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(230), 899. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.710703>
- Barokah, S., Asriandhini, B., & Putera, M. M. (2021). Emotional shopping sebagai variabel mediasi gaya hidup dan motivasi belanja hedonis pada keputusan pembelian impulsif produk 3second. *Maker Jurnal Manajemen*, 7(2), 156. <https://doi.org/10.37403/mjm.v7i2.360>



- Cooper, M., Ifenthaler, D., & Şahin, M. (2022). *Social anxiety in digital learning environments: Empirical evidence and call to action*. ASCILITE Publications. <https://doi.org/10.14742/apubs.2022.37>
- Danias-Uraga, M. (2022). "Who am I 2.0?": *A longitudinal study of digital uses, identity construction and psychological adjustment among French adolescents and young adults* [Doctoral dissertation, HAL]. <https://theses.hal.science/tel-03696938>
- Domingos, W. de M., Silva, A. S., Costa, M. F. da, & Fialho, R. G. G. (2021). How many likes? *Marketing & Tourism Review*, 6(2). <https://doi.org/10.29149/mtr.v6i2.6639>
- Jailani, J., Adiah, M., & Mirza, T. (2026). Peran komunikasi interpersonal dalam meningkatkan kinerja pegawai di Kantor Lurah 26 Ilir Palembang. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(1), 225. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8874>
- Jain, A., & Meyers, S. A. (2022). Young consumer conformity and identity amplified by sosial media: Marketing applications. *Journal of Student Research*, 11(3). <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v11i3.3491>
- Jihan, D., & Kustana, K. (2022). Prestige over profit: The practice of digital entrepreneurship among millennial generation in Indonesia. *JISPO Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 12(1), 127. <https://doi.org/10.15575/jispo.v12i1.17944>
- Kadir, A., Risnawati, R., & Anwar, K. (2023). Digital literacy, peer conformity, and juvenile delinquency senior high school in Keritang. *POTENSIA Jurnal Kependidikan Islam*, 9(1), 117. <https://doi.org/10.24014/potensia.v9i1.23828>
- Koban, E. S. B., Mustafa, I., & Sedu, V. A. (2026). Pengelolaan sosial media response team untuk meningkatkan publisitas pada Kantor Kesyahbandaran dan Otoritas Pelabuhan Kelas IV. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(2), 838. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i2.9343>
- Korniyenko, I., & Barchi, B. (2020). The relationship between problematic use of smartphones and sosial anxiety. *Journal of Intellectual Disability - Diagnosis and Treatment*, 8(2), 133. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2020.08.02.7>
- Krismajayanti, N. P. A., & Darma, G. S. (2021). Eksplorasi loyalitas millennial terhadap brand Apple: Prestige or needs? *Jurnal Manajemen dan Bisnis Performa*, 18(3), 32. <https://doi.org/10.29313/performa.v18i3.8051>
- Küçükkesmen, E., Şimşek, A., & Türkoğlu, M. E. (2022). Sosial media addiction levels of digital natives executive candidates. *SDÜ İİBF Dergisi*, 27(4). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sduiibfd/issue/77092/1188599>
- Nayla, M. R. (2024). Memahami dampak media sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa. *JIMAD Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.61404/jimad.v2i1.165>
- Nesi, J., Subrahmanyam, K., & Valkenburg, P. M. (Eds.). (2022). *Handbook of adolescent digital media use and mental health*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108976237>
- Ngo, T. T. A., Nguyen, N. T. A., La, N. U., Truong, N. D., & Nguyen, H. Q. B. (2023). Impact of academic-related peer influence and fear of missing out from sosial media on academic activities of adolescents. *Journal of Information Technology Education: Research*, 22, 527. <https://doi.org/10.28945/5223>
- Nisa, A., Aridan, M., Marzuki, M., & Bhatti, M. S. (2024). Navigating digital stress: A Rasch analysis of sosial media impact and psychological readiness among female teachers



- in islamic schools. *Women Education and Social Welfare*, 1(2), 71. <https://doi.org/10.70211/wesw.v1i2.243>
- Puspita, W. R., Muchsin, S., & Sunariyanto, S. (2024). Pengaruh e-lifestyle dan budaya digital terhadap perilaku konsumtif pemuda di kota Malang. *Briliant Jurnal Riset dan Konseptual*, 9(1), 51. <https://doi.org/10.28926/briliant.v9i1.1586>
- Putri, K., & Fourqoniah, F. (2023). Pengaruh promosi dan shopping emotion serta pembelian impulsif terhadap keputusan pembelian merchandise NCT. *Journal of Applied Business Administration*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.30871/jaba.v7i1.5238>
- Ramadhania, S. U., Hayati, K. R., Supriyono, S., & Sugito, S. (2022). Upaya peningkatan angka penjualan di Kelurahan Rungkut Menanggal melalui program pendampingan digital marketing UMKM pengrajin kain batik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(5), 531. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.720>
- Riesmeyer, C., Pohl, E. E., & Ruf, L. (2021). Stressed, but connected. *MedienPädagogik: Zeitschrift für Theorie und Praxis der Medienbildung*, 17. <https://doi.org/10.21240/mpaed/00/2021.02.10.x>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan media sosial dalam kesehatan mental remaja. *Prophetic Professional Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Sari, A. H., Sugihartati, R., Wulan, N., & Hakim, L. (2022). Communication and digitality in anti-vaccine community behavior reconstruction. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 263. <https://doi.org/10.24912/jk.v14i2.17167>
- Stöckli, S., & Hofer, D. (2020). Susceptibility to sosial influence predicts behavior on Facebook. *PLoS ONE*, 15(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229337>
- Subang, D. B., Mustafa, I., & Retu, M. K. (2026). Strategi komunikasi protokoler dalam menyikapi perubahan agenda pimpinan daerah pada bagian protokol dan komunikasi pimpinan sekretaris daerah. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(2), 818. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i2.9340>
- Supti, T. I., Yankouskaya, A., Barhamgi, M., Khan, K. M., Erbad, A., & Ali, R. (2025). Cyber behavior and personality nexus: Clustering around security attitudes, FoMO, problematic sosial media use, and cognitive and personality traits? *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-7090927/v1>
- Waterman, K. (2020). *The new norm?: Descriptive norms of online expression on Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, and Snapchat* [Master's thesis, University of Michigan]. Deep Blue. <http://hdl.handle.net/2027.42/162641>
- Widiyanti, E., Krisbiantono, S. T., Dewi, S. P., Agustina, F. R., Nurkhoirani, H. M., Nurpitasari, S. A., Yonadi, R. S., Ariyanti, S. D., Aditania, V., Rifalah, P. A., & Utama, A. R. (2023). Sinergitas pengembangan UMKM dan destinasi wisata melalui KKN tematik di Kelurahan Maospati Magetan Jawa Timur. *Jurnal Abdimas BSI Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 67. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v6i1.12692>
- Yang, F., Li, M., & Han, Y. (2023). Whether and how will using sosial media induce sosial anxiety? The correlational and causal evidence from Chinese society. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1217415>