

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA GENERASI Z DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Yolanda Vellen Thea

21.E1.0212



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

# **HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN *FEAR OF MISSING OUT (FoMO)* PADA GENERASI Z DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk  
Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Yolanda Vellen Thea

21.E1.0212



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG

2025

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-esteem* dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Generasi Z di Kota Semarang. Hipotesis yang diajukan adalah “Terdapat hubungan negatif antara *Self-esteem* dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Generasi Z di Kota Semarang”. Subjek penelitian adalah generasi Z di Kota Semarang, dengan kriteria lahir pada rentang tahun 1997-2012, berdomisili di Kota Semarang, dan aktif menggunakan media sosial. Jumlah keseluruhan subjek penelitian adalah 120 orang generasi Z. Alat ukur yang digunakan adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dan Skala *Fear of Missing Out* (FoMO). Alat ukur yang digunakan sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Nonparametric Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang sangat signifikan -0,292 ( $p < 0,01$ ). Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *Self-esteem* dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Generasi Z di Kota Semarang.

**Kata kunci:** *self-esteem, fear of missing out, generasi Z*

## ABSTRACT

This study aims to knowing the relationship between *Self-esteem* and *Fear of Missing Out* (FoMO) in Generation Z in Semarang City. The hypothesis proposed is “There is a negative relationship between *Self-esteem* and *Fear of Missing Out* (FoMO) in Generation Z in Semarang City”. The research subjects were generation Z in Semarang City, with the criteria of being born in the range of 1997-2012, domiciled in Semarang City, and actively using social media. The total number of research subjects was 120 generation Z people. The measuring instruments used were *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) and *Fear of Missing Out Scale* (FoMO). The measuring instruments used have been tested for validity and reliability. The data analysis technique used is *Nonparametric Rank Spearman*. The results showed a highly significant correlation of -0.292 ( $p < 0.01$ ). Thus the proposed hypothesis is accepted, so it is concluded that there is a negative relationship between *Self-esteem* and *Fear of Missing Out* (FoMO) in Generation Z in Semarang City.

**Keywords:** *self-esteem, fear of missing out, generation Z*