

ABSTRAK

JOY DONI LUBIS. Hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) Media Sosial dengan *Social comparison* Gen Z di SMA Negeri 18 Medan. Skripsi. Medan: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Medan. 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Fear of Missing Out* (FoMO) media sosial dengan *social comparison* pada siswa Generasi Z di SMA Negeri 18 Medan. *Fear of Missing Out* (FoMO) merupakan perasaan takut tertinggal dari informasi, pengalaman, atau aktivitas sosial orang lain, sedangkan *social comparison* adalah kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dengan orang lain dalam berbagai aspek kehidupan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan jumlah responden sebanyak 71 siswa. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) siswa mayoritas berada pada kategori sedang sebesar sekitar 55%, diikuti kategori tinggi sebesar sekitar 25% dan kategori rendah sebesar sekitar 20%. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa cukup sering merasa khawatir tertinggal dari informasi, pengalaman, dan interaksi sosial yang ditampilkan di media sosial. Sementara itu, tingkat *social comparison* siswa juga mayoritas berada pada kategori sedang sebesar sekitar 54%, dengan kategori tinggi sebesar sekitar 25% dan kategori rendah sebesar sekitar 21%. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa cukup sering membandingkan pencapaian, penampilan fisik, pendapat, serta penerimaan sosial dirinya dengan orang lain. Secara teoritis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *social comparison*, di mana kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain dapat memperkuat perasaan takut tertinggal, khususnya dalam konteks penggunaan media sosial. Temuan ini menegaskan pentingnya pendampingan dan pengelolaan penggunaan media sosial secara bijak agar siswa mampu mengembangkan konsep diri yang positif dan sehat.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, *Social comparison*, Media Sosial, Generasi Z

ABSTRACT

JOY DONI LUBIS. *The Relationship between Fear of Missing Out (FoMO) on Social Media and Social comparison among Generation Z Students at SMA Negeri 18 Medan.* Skripsi. Medan: Faculty of Education. State University of Medan. 2026.

This study aims to examine the relationship between *Fear of Missing Out* (FoMO) on social media and *social comparison* among Generation Z students at SMA Negeri 18 Medan. *Fear of Missing Out* (FoMO) refers to the fear of missing information, experiences, or social activities of others, while *social comparison* refers to an individual's tendency to compare oneself with others in various aspects of life. This research employed a quantitative approach using a descriptive correlational method. The sampling technique used was purposive sampling, with a total of 71 students as respondents. The results of the data analysis showed that the level of *Fear of Missing Out* (FoMO) among students was predominantly in the moderate category (approximately 55%), followed by the high category (around 25%) and the low category (around 20%). These findings indicate that most students frequently experience concerns about missing information, experiences, and social interactions displayed on social media. Meanwhile, the level of *social comparison* among students was also predominantly in the moderate category (approximately 54%), with 25% in the high category and 21% in the low category. This suggests that students fairly often compare their achievements, physical appearance, opinions, and social acceptance with others. Theoretically, the findings indicate a relationship between *Fear of Missing Out* (FoMO) and *social comparison*, in which the tendency to compare oneself with others may intensify the fear of missing out, particularly in the context of social media use. These results highlight the importance of guidance and proper management of social media use to help students develop a healthy and positive self-concept.

Keywords: Fear of Missing Out, *Social comparison*, Social Media, Generation Z

