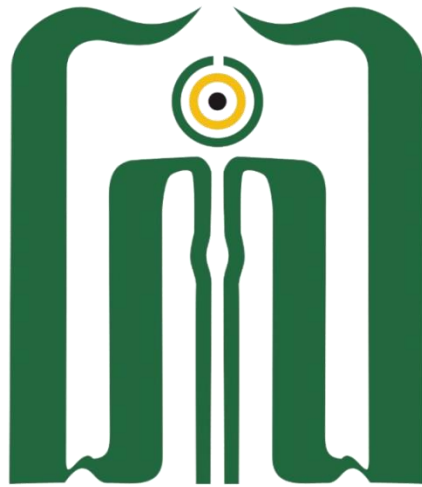


**PENGARUH TINGKAT *NOMOPHOBIA* DAN *SELFREGULATION*
TERHADAP KECENDERONGAN FOMO PADA MAHASISWA FUAD
UIN SATU FASE *EMERGINGADULTS***

SKRIPSI



DISUSUN OLEH:

SAFFANA NUR ANISA (126308202073)

DOSEN PEMBIMBING:

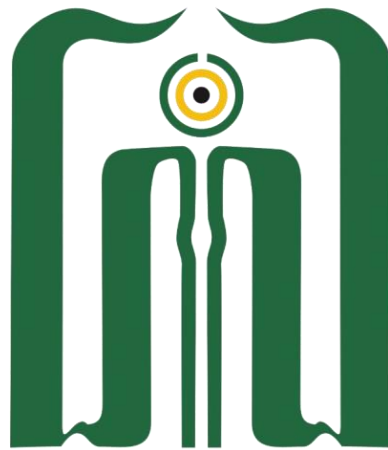
USWAH WARDIANA, M.Si

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
2024**

**PENGARUH TINGKAT *NOMOPHOBIA* DAN *SELFREGULATION*
TERHADAP KECENDERONGAN FOMO PADA MAHASISWA FUAD
UIN SATU FASE *EMERGINGADULTS***

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Psikologi Islam sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Psikologi



DISUSUN OLEH:

SAFFANA NUR ANISA (126308202073)

DOSEN PEMBIMBING:

USWAH WARDIANA, M.Si

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul:

“PENGARUH TINGKAT *NOMOPHOBIA* DAN *SELF-REGULATION* TERHADAP KECENDERUNGAN FOMO PADA FASE *EMERGING ADULTS*”

Yang disusun oleh:

Nama Mahasiswa : Saffana Nur Anisa
NIM : 126308202073
Program Studi : Psikologi Islam
Jurusan : Dakwah
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Disetujui untuk diajukan dalam ujian/sidang skripsi.

Tulungagung, 14 Mei 2024

Mengetahui,

Koord. Program Studi,



Citra Ayu Kumala Sari, M.Psi

NIP.198704182018012001

Dosen Pembimbing



Uswah Wardiana, M.Si

NIP. 197002091999032001

LEMBAR PENGESAHAN

**“PENGARUH TINGKAT *NOMOPHOBIA* DAN *SELFREGULATION*
TERHADAP KECENDERUNGAN FOMO PADA MAHASISWA FUAD
UII SATU FASE *EMERGINGADULTS*”**

SKRIPSI

Yang disusun oleh:
SAFFANA NUR ANISA
NIM: 126308202073

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan para penguji pada tanggal 10 Juni 2024 dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Strata Satu atau Sarjana Psikologi.

**Dewan Penguji
Penguji Utama**

Afinia Sandhya Rini, M.Psi., Psikolog
NIP. 198905202023212058

Tanda Tangan

()

Ketua Penguji

Germino Wahyu Broto, M.Si
NIP. 19808012014820001

()


Sekretaris Penguji

Uswah Wardiana, M.Si
NIP. 197002091999032001

()

Mengesahkan,
Plh. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Dr. Nurul Hidayat, M.Ag.
NIP. 196707151997031002

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Saffana Nur Anisa
NIM : 126308202073
Semester : 8
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Dosen Pembimbing : Uswah Wardiana, M. Si
Judul Skripsi : “Pengaruh Tingkat *Nomophobia* Dan *SelfRegulation* Terhadap Kecenderungan Fomo Pada Mahasiswa FUAD UIN SATU Fase *EmergingAdults*”

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil penelitian atau hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk pada sumbernya dan disebutkan dalam daftar rujukan. Apabila dikemudian hari ditemukan kesalahan dalam pernyataan ini, maka saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian pernyataan ini, dibuat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 19 Agustus 2024



Saffana Nur Anisa

NIM. 126308202073



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513, Website : <http://perpustakaan.uinsatu.ac.id>

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SAFFANA NUR ANISA
NIM : 126308202073
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Da'wah
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (Skripsi) yang berjudul:

PENGARUH TINGKAT NOMOPHOBIA DAN SELFREGULATION
TERHADAP KECENDERUNGAN FOMO PADA MAHASISWA
FUAD UIN SATU FASE EMERGENGADULTS

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, 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 untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 19 Agustus 2024
Yang Menyatakan,



Nama terang dan tanda tangan
SAFFANA NUR ANISA

MOTO

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ ﴿١٥﴾

Dialah yang menjadikan bumi untuk kamu dalam keadaan mudah dimanfaatkan.

Maka, jelajahilah segala penjurunya dan makanlah sebagian dari rezeki-Nya.

Hanya kepada-Nya kamu (kembali setelah) dibangkitkan.

(QS. Al-Mulk (67) : 15)

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Dengan mengucapkan syukur atas nikmat sehat dan limpahan rahmat dari Alloh SWT. Karya ini dipersembahkan untuk diri saya sendiri yang telah berjuang dan bertanggung jawab menyelesaikan tugas dengan usaha yang penuh. Kepada Ayah dan Ibu yang selalu memberikan dukungan moral dan doa. Serta keluargaku dan sahabat-sahabatku untuk semangat dan doanya.

Semoga karya ini dapat membantu teman-teman yang sedang memperjuangkan mimpi dan cita-citanya.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap puji syukur kehadirat Alloh SWT. atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Nomophobia* dan *SelfRegulation* terhadap Kecenderungan FoMO Pada Mahasiswa FUAD UIN SATU Fase *EmergingAdults*” sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana (S1) Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasihat dari berbagai pihak selama proses penyusunan skripsi ini, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Abd. Aziz, M.Pd.I. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagaung.
2. Prof. Dr. H. Abad Badruzaman, Lc., M.Ag. Selaku Wkll Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Kelembagaan Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagaung.
4. Dr. Nurul Hidayat, M.Ag. Selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
5. Amrullah Ali Moebin, S.Pd.I., M.I.Kom. Selaku Ketua Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
6. Citra Ayu Kumala Sari, M.Psi. Selaku Ketua Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

7. Afinia Sandhya Rini, M.Psi., Psikolog. Selaku Penguji Utama yang telah memberikan masukan, saran, dan ilmu yang bermanfaat dalam penulisan skripsi.
8. Germino Wahyu Broto, M.Si. Selaku Ketua Penguji yang telah memberikan masukan, saran, serta ilmu yang bermanfaat untuk penulisan skripsi.
9. Hj. Uswah Wardiana, M.Si. Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan dan koreksi dalam penulisan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Muthia Maharani, M.Psi., Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan dukungan, arahan, saran, serta kritik dalam proses penulisan skripsi hingga dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
11. Segenap Bapak/Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang telah memberikan ilmu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Civitas akademik UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang telah membantu dalam proses administrasi.
13. Kedua orangtua dan keluarga yang senantiasa memberikan dukungan dalam bentuk doa, nasihat, maupun materi.
14. Rekan-rekan Prodi Psikologi Islam angkatan 2020, yang telah saling mendukung dan berbagi informasi.
15. Kepada responden penelitian dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.
16. Almaterku tercinta, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Dengan penuh harapan semoga jasa dan kebaikan mereka tercatat sebagai amal sholih oleh Allah SWT. Penulis menyadari bahwa laporan yang disusun ini masih jauh dari kata sempurna dan terdapat kekurangan. Karya ini peneliti suguhkan kepada segenap pembaca dengan harapan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan, sehingga dapat meningkatkan kualitas penelitian selanjutnya.

Akhir kata tanpa mengurangi rasa hormat penulis, semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua serta mencapai tujuan yang diinginkan dan mendapat keridhoan dari Allah SWT, Aamiin ya rabbal alamin.

Tulungagung, Juni 2024

Saffana Nur Anisa