

**ANALISIS DESKRIPTIF PERILAKU FOMO DAN
KEPUTUSAN MENGIKUTI OLAHRAGA PILATES DI
STUDIO YOONA BEKASI**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1)
Ilmu Komunikasi Universitas Bakrie
Program Studi Ilmu Komunikasi
Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial**



**DINA KARIMA M RUSWANDI
1211003012**

**UNIVERSITAS BAKRIE
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL
ILMU KOMUNIKASI
JAKARTA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

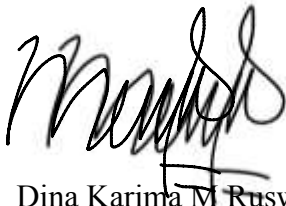
Tugas akhir mewakili usaha individu, dan semua sumber, baik dikutip atau direferensikan, telah diakui secara akurat oleh saya.

Nama : Dina Karima M Ruswandi

NIM : 1211003012

Tanggal : 23 Desember 2025

Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Dina Karima M Ruswandi', written in a cursive style.

Dina Karima M Ruswandi

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Dina Karima M Ruswandi
NIM : 1211003012
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial
Judul Skripsi : **Analisis Deskriptif Perilaku FOMO Dan Keputusan Mengikuti Olahraga Pilates Di Studio Yoona Bekasi**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial Universitas Bakrie.

DEWAN PENGUJI

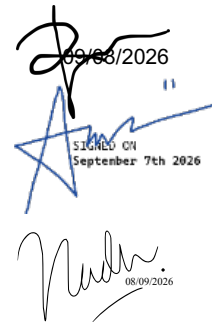
Pembimbing : Alifia Firliani, S.Ikom., M.A. (HCM)

Penguji 1 : Annisa Fitriana Lestari, S.I.K., M.Si.

Penguji 2 : Nadhifa Salsabila, S.I.Kom., M.B.A

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 1 September 2026



09/08/2026
SIGNED ON
September 7th 2026
08/09/2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Analisis Deskriptif Perilaku FOMO Dan Keputusan Mengikuti Olahraga Pilates Di Studio Yoona Bekasi”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial Universitas Bakrie.**

Skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala berkah, kesehatan, dan kesempatan yang diberikan selama proses magang dan penyusunan laporan ini.
2. Keluarga, yang selalu memberikan semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini.
3. Ibu Suharyati, Kepala Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Bakrie, yang telah memberikan izin, dukungan, dan supervisi dalam pelaksanaan program magang.
4. Ibu Alifia, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan berharga selama proses magang hingga penyusunan penulisan ilmiah ini.
5. Teman-teman dan semua pihak, yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan bantuan, motivasi, dan dukungan selama penyusunan penulisan ilmiah ini.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Bakrie, saya yang bertanda tanga di bawah ini:

Nama : Dina Karima M Ruswandi
NIM : 1211003012
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial
Jenis Tugas Akhir : Skripsi

Demi pengembangan pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Bakrie Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

ANALISIS DESKRIPTIF PERILAKU FOMO DAN KEPUTUSAN MENGIKUTI OLAHRAGA PILATES DI STUDIO YOONA BEKASI

Dengan hak ini Universitas Bakrie berhak melakukan penyimpanan, alih media mengelola, merawat dan mempublikasikan tugas karya akhir saya selama mencatumkan nama saya sebagai penulis pada penelitian ini. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 14 Agustus 2026

Yang Menyatakan



Dina Karima M Ruswandi

ANALISIS DESKRIPTIF PERILAKU FOMO DAN KEPUTUSAN MENGIKUTI OLAHRAGA PILATES DI STUDIO YOONA BEKASI

Dina Karima M Ruswandi

ABSTRAK

Perkembangan media sosial membuat individu semakin mudah memperoleh informasi mengenai berbagai aktivitas dan pengalaman yang dilakukan oleh orang lain, termasuk olahraga Pilates. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan munculnya *Fear of Missing Out* (FOMO), yaitu kekhawatiran ketika individu merasa tertinggal dari pengalaman yang sedang dilakukan oleh orang lain. Dalam perspektif perilaku konsumen, informasi, pengalaman sosial, tren, dan gaya hidup dapat menjadi bagian dari lingkungan yang ditemui individu ketika mengenali dan memilih suatu aktivitas. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai perilaku FOMO dan keputusan mengikuti olahraga Pilates pada peserta di Studio Yoona Bekasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan 250 responden yang pernah atau sedang mengikuti olahraga Pilates di Studio Yoona Bekasi. FOMO diukur melalui dimensi *competence*, *autonomy*, dan *relatedness*, sedangkan keputusan mengikuti olahraga Pilates dilihat melalui *intention*, *attitude*, dan *behavior*.

Analisis dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan kecenderungan jawaban responden pada masing-masing dimensi. Selanjutnya, tabulasi silang dan Pearson Chi-Square digunakan sebagai analisis pendukung untuk melihat pola distribusi dan keterkaitan secara statistik antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa FOMO pada responden berada pada kategori tinggi. Keputusan mengikuti olahraga Pilates juga berada pada kategori tinggi, yang terlihat dari adanya niat, sikap positif, dan tindakan dalam mengikuti Pilates. Hasil tabulasi silang menunjukkan adanya pola distribusi antara FOMO dan keputusan mengikuti olahraga Pilates. Pearson Chi-Square menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan secara statistik antara kedua variabel. Temuan tersebut menggambarkan kondisi responden dalam konteks

perilaku konsumen dan tidak digunakan untuk menyatakan hubungan sebab-akibat.

Kata kunci: *Fear of Missing Out*, FOMO, perilaku konsumen, keputusan mengikuti olahraga, Pilates, penelitian deskriptif.

**DESCRIPTIVE ANALYSIS OF FOMO BEHAVIOR AND THE DECISION
TO TAKE PILATES CLASSES AT YOONA STUDIO IN BEKASI**

Dina Karima M Ruswandi

ABSTRACT

The development of social media has made it easier for individuals to obtain information about various activities and experiences shared by others, including Pilates. This condition may be related to the emergence of *Fear of Missing Out* (FOMO), which refers to the concern of feeling left behind from experiences or activities that other people are taking part in. From a consumer behavior perspective, information, social experiences, trends, and lifestyle can become part of the environment individuals encounter when recognizing and choosing an activity. This study aims to provide a description of FOMO behavior and the decision to participate in Pilates among participants at Yoona Pilates Studio Bekasi. This study employed a descriptive quantitative approach involving 250 respondents who had participated or were currently participating in Pilates at Yoona Pilates Studio Bekasi. FOMO was measured through the dimensions of *competence*, *autonomy*, and *relatedness*, while the decision to participate in Pilates was examined through *intention*, *attitude*, and *behavior*.

Descriptive statistics were used to describe the respondents' tendencies across each dimension. Cross-tabulation and the Pearson Chi-Square test were then used as supporting analyses to examine the distribution patterns and statistical association between the two variables. The findings show that FOMO among the respondents was categorized as high. The decision to participate in Pilates was also categorized as high, reflected in the respondents' intention, positive attitude, and actual participation in Pilates. The cross-tabulation results indicate a distribution pattern between FOMO and the decision to participate in Pilates. The Pearson Chi-Square test also indicates a statistically significant association between the two variables. These findings describe the respondents'

conditions within the context of consumer behavior and are not intended to establish a causal relationship.

Keywords: *Fear of Missing Out*, FOMO, consumer behavior, decision to participate in sports, Pilates, descriptive research.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Konsep Yang Relevan	13
2.1.1 Perilaku Konsumen	13
2.1.2 <i>Fear of Missing Out</i> (FOMO)	14
2.1.3 Pilates	19
2.1.4 Keputusan Mengikuti Olahraga Pilates	22
2.2 Penelitian Terdahulu & Kebaruan:	27
2.3 Pernyataan Kebaruan.....	29
2.4 Model Kerangka Konseptual	30

BAB III METODE PENELITIAN.....	36
3.1 Desain dan Pendekatan.....	36
3.2 Objek dan Lokasi Penelitian.....	37
3.2.1 Gambaran Umum Studio Yoona Bekasi	37
3.3 Populasi dan Sampling	38
3.3.1. Populasi	39
3.2.2 Sampling.....	40
3.2.3 Teknik Sampling	42
3.4 Pengumpulan Data dan Pengukuran.....	43
3.4.1 Data Primer.....	43
3.4.2 Data Sekunder	44
3.4.3 Teknik Pengukuran.....	44
3.5 Teknik Analisis Data	45
3.5.1 Analisis Deskriptif.....	45
3.5.2 Tabulasi Silang Cross Tabulation)	46
3.6 Teknik Keabsahan Data.....	47
3.6.1 Validitas.....	47
3.6.2 Reliabilitas.....	48
3.6.3 Ukuran Kecenderungan Terpusat (Central Tendency	49
3.6.4 Interpretasi Data Deskriptif.....	50
3.7 Operasionalisasi Variabel	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
4.1 Gambaran Umum Responden Penelitian.....	53
4.2 Penyajian Data	53
4.2.1 Pengujian Keabsahan Data	53
4.2.2 Statistik Deskriptif.....	57
4.3 Pembahasan	76
4.3.1 Keterkaitan FOMO dengan Perilaku Konsumen.....	78
4.3.2 Keterkaitan Keputusan Mengikuti Pilates dengan Perilaku Konsumen.....	79

4.3.3 Keterkaitan FOMO dan Keputusan Mengikuti Pilates.....	80
BAB V KESIMPULAN.....	83
5.1 Simpulan.....	83
5.2 Kendala dan Keterbatasan	84
5.3 Saran dan Implikasi	85
5.3.1 Saran untuk Peneliti Berikutnya	85
5.3.2 Saran untuk Lembaga	86
LAMPIRAN.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian terdahulu.....	28
Tabel 3.2 Pengukuran Jawaban Responden	45
Tabel 3.3 Tabel Operasional Variabel	51
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel Fear of Missing Out	55
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel Keputusan Mengikuti Olahraga Pilates	56
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas	57
Tabel 4.4 Data Frekuensi Responden Fear of Missing Out	61
Tabel 4.5 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Competence.....	62
Tabel 4.6 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Autonomy	64
Tabel 4.7 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Relatedness.....	65
Tabel 4.8 Data Frekuensi Responden Keputusan Mengikuti Olahraga Pilates	67
Tabel 4.9 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Niat (intention) ...	68
Tabel 4.10 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Sikap	70
Tabel 4.11 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Dimensi Tindakan	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pilates	19
Gambar 2.2 Kerangka Konseptual	32
Gambar 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	59
Gambar 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi Kegiatan Pilates	88
Lampiran 2 Bukti Penyebaran Kuisisioner Penelitian	88