

**LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW**

**LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : *PROSIDING***

Judul Artikel : ANALISIS FEAR OF MISSING OUT DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z
 Nama Pengusul : Sandra Adetya
 Jumlah Penulis : 2 orang
 Status Pengusul : Penulis Ke-2
 Identitas *Prosiding* :
 a. Judul *Prosiding* : Proceeding International E-Conference & Call For Paper KPIN. Human Behaviour In The New Normal Post-Pandemic: Challenges And Opportunities For Psychology In The Archipelago
 b. ISBN/ISSN : 978-602-294-454-6
 c. Thn. Terbit, Tempat: 2020, Udayana Press
 d. Web *Prosiding* : <https://k-pin.org/proceeding-e-conference-kpin-2021/>
 e. Terindex di :

Kategori Publikasi *Prosiding* (beri pada kategori yang tepat) :
 Prosiding Internasional
 Prosiding Nasional
 Prosiding Terindex Scopus

I. Hasil Penilaian Validasi :

No	Aspek	Uraian/Komentar Penilaian
1	Indikasi Plagiasi	Berdasarkan uji plagiasi didapatkan hasil > 15%
2	Linieritas	Jurnal linier dan sesuai kompetensi

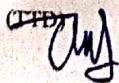
Komponen Yang Dinilai	Nilai Maksimal <i>Prosiding</i> (isi kolom yang sesuai)			Nilai Akhir Yang Diperoleh
	<i>Prosiding</i> Internasional	<i>Prosiding</i> Nasional	<i>Prosiding</i> Terindex	
Kelengkapan dan kesesuaian unsur isi <i>prosiding</i> (10%)	1,5			1
Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	9,5			9
Kecukupan dan kemitakhiran data/informasi dan metodologi (30%)	9,5			9
Kelengkapan unsur dan kualitas Penerbit (30%)	9,5			9
Total = (100%)	15			13
Kontribusi pengusul: (contoh: nilai akhir peer X Penulis kedua : dibagi 2 penulis = (nilai akhir yang diperoleh pengusul)				
Komentar/ Ulasan <i>Peer Review</i> :				
			13 x 60% = 7,8	7,8 : 2 = 3,9

Kelengkapan kesesuaian unsur	Unsur komprehensif & penyajian menarik
Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan	Kedalaman pembahasan baik
Kecukupan dan kemutakhiran data/informasi dan metodologi	Kemutakhiran data baik didukung metodologi penelitian yang kuat.
Kelengkapan unsur dan kualitas Penerbit	Jurnal masuk ke dalam prosiding internasional.

II. Hasil Penilaian Peer Review:

Tanggal Review,

Penilai I



NIDN : 0316024901
 Unit kerja : FAKULTAS PSIKOLOGI
 Bidang Ilmu : ILMU PSIKOLOGI
 Jabatan Akademik (KUM) : Lektor 200
 Pendidikan Terakhir : S2

**LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : PROSIDING**

Judul Artikel : ANALISIS FEAR OF MISSING OUT DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z
 Nama Pengusul : Sandra Adetya
 Jumlah Penulis : 2 orang
 Status Pengusul : Penulis Ke-2
 Identitas *Prosiding* :
 a. Judul *Prosiding* : Proceeding International E-Conference & Call For Paper KPIN. Human Behaviour In The New Normal Post-Pandemic: Challenges And Opportunities For Psychology In The Archipelago
 b. ISBN/ISSN : 978-602-294-454-6
 c. Thn. Terbit, Tempat: 2020, Udayana Press
 d. Web *Prosiding* : <https://k-pin.org/proceeding-e-conference-kpin-2021/>
 e. Terindex di :

Kategori Publikasi *Prosiding* (beri \checkmark pada kategori yang tepat) :
 Prosiding Internasional
 Prosiding Nasional
 Prosiding Terindex Scopus

I. Hasil Penilaian Validasi :

No	Aspek	Uraian/Komentar Penilaian
1	Indikasi Plagiasi	Hasil Plagiasi didapatkan > 15%
2	Linieritas	Sesuai kompetensi dan mendapatkan hasil linier

Komponen Yang Dinilai	Nilai Maksimal <i>Prosiding</i> (isi kolom yang sesuai)			Nilai Akhir Yang Diperoleh
	<i>Prosiding</i> Internasional	<i>Prosiding</i> Nasional	<i>Prosiding</i> Terindex	
Kelengkapan dan kesesuaian unsur isi <i>prosiding</i> (10%)	1,5			1
Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	4,5			9
Kecukupan dan kemutakhiran data/informasi dan metodologi (30%)	4,5			9
Kelengkapan unsur dan kualitas Penerbit (30%)	4,5			9
Total = (100%)	15			13
Kontribusi pengusul: (contoh: nilai akhir peer X Penulis kedua : dibagi 2 penulis = (nilai akhir yang diperoleh pengusul) $13 \times 60\% = 7,8$				$7,8 : 2 = 3,9$
Komentar/ Ulasan Peer Review :				

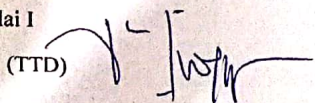
Kelengkapan kesesuaian unsur	Jurnal sesuai keilmuan dosen dan pembahasan materi yang disajikan mendalam
Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan	Analisa pembahasan mendalam
Kecukupan dan kemitakhiran data/informasi dan metodologi	Data diolah menggunakan metode yang tepat
Kelengkapan unsur dan kualitas Penerbit	Jurnal masuk ke dalam prosiding internasional

II. Hasil Penilaian Peer Review:

Tanggal Review,

Penilai I

(TTD)



NIDN

Unit kerja

Bidang Ilmu

Jabatan Akademik (KUM):

Pendidikan Terakhir

: 031729504.

:

:

:

ANALISIS FEAR OF MISSING OUT DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z

by Sandra Adetya

Submission date: 13-Sep-2022 11:32AM (UTC-0400)

Submission ID: 1898885239

File name: Proceeding_-_KPIN_Conference_2020-2-13.pdf (319.57K)

Word count: 5506

Character count: 34301

ANALISIS *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z

Sandra Adetya , Ramadhan Siregar

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya)

¹Sandra.adetya@dsn.uharajaya.ac.id, ²Ramadhan.siregar28@gmail.com

Abstrak

11

Generasi Z atau yang disebut dengan generasi Net adalah generasi yang tumbuh dengan teknologi, internet, dan media sosial. Lahir dan berkembang di era teknologi digital menjadikan generasi Z sebagai pecandu teknologi. Perilaku ini memunculkan adanya dampak negative bagi generasi Z yang cenderung menunjukkan gejala kecanduan atau *addict*. Perilaku kecanduan yang ditampilkan adalah seringnya berinteraksi dengan menggunakan media sosial sebagai akses keterhubungan dengan kerabat maupun orang yang tidak di kenal di dunia maya. Interaksi yang di tampilkan berupa mengobservasi idola sebagai role model sehingga bisa menghabiskan waktu yang cukup lama dalam sehari, membuat konten-konten fenomenal yang melanggar *attitude*, menyampaikan pendapat sebagai netizen tanpa memperhatikan aturan-aturan yang berlaku. Perilaku *Addict* tersebut dapat memicu generasi Z untuk tetap terus terhubung dan ada perasaan takut akan kehilangan momen-momen update di media sosial yang biasa disebut *fear of missing out*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z. Metode penelitian ini menggunakan uji korelasi dengan didahului uji reliabilitas dan uji validitas. Hasil dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran dan hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z

Kata Kunci: *Fear of missing out* ; Generasi Z; Kecanduan Media Sosial;

17

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi melahirkan fenomena menarik dalam kehidupan masyarakat dewasa ini, yaitu maraknya budaya global dan gaya hidup serba instan. Salah satu fenomena yang terjadi akibat dampak dari arus globalisasi adalah telah melahirkan generasi internet atau biasa yang kita sebut sebagai Generasi Z. Generasi Z adalah kelompok muda yang lahir dari rentang tahun 1996 hingga 2010. Saat ini (pada tahun 2020) adalah mereka yang berusia 10 hingga 24 tahun atau dikenal dengan *native digital*. Sebagai *native digital* (generasi yang lahir pada saat era digital sudah berlangsung dan berkembang pesat) mereka menerima media sosial sebagai sesuatu yang *taken for granted* (sesuatu yang sudah biasa). Generasi yang hidup pada era ini memiliki kecenderungan selalu melibatkan media baru dalam setiap kegiatan di kehidupan mereka. Bahkan bisa dikatakan, generasi ini tidak dapat dipisahkan dengan media baru internet. (Pratikto & Kristanty, 2018)

Salah satu media internet adalah media sosial atau jejaring sosial yang banyak di gemari oleh Generasi Z. Media sosial adalah sebuah *web* berbasis pelayanan yang memungkinkan penggunaanya untuk membuat profil, melihat list pengguna yang tersedia, serta mengundang teman atau menerima teman untuk bergabung dalam media sosial tersebut. Media sosial yang banyak digunakan diantaranya adalah Instagram, *facebook*, *whatsapp*, twitter dan sosial media lainnya. Media sosial berfungsi sebagai media yang dapat digunakan sebagai sarana komunikasi dengan teman-teman yang sudah lama tidak dapat ditemui sehingga membantu seseorang untuk tetap dapat menjalin komunikasi tanpa harus bertatap muka (Marjosy et al., 2013). Di antara aktivitas lain yang umumnya dilakukan pengguna ponsel pintar, mengambil gambar dan video, mendengarkan musik, dan berselancar di Internet. Selain itu, persentase penggunaan internet adalah 73% pada kelompok umur 16-24 tahun. (Ozkan & Solmaz, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan Asosiasi Jasa Internet Indonesia (APJI) bekerjasama dengan Teknopreneur Indonesia pada tahun 2017 menunjukkan pertumbuhan penggunaan

internet di Indonesia meningkat. Pengguna internet di Indonesia mencapai 171,17 juta jiwa atau setara 64,8% dari total penduduk populasi Indonesia 264,16 juta jiwa. Untuk wilayah provinsi DKI Jakarta 80,4% pengguna internet. Lebih lanjut, hasil riset menunjukkan jenis layanan yang paling banyak diakses adalah aplikasi obrol (89,35%), media sosial (87,13%), mesin pencari (74,84%), lihat gambar atau foto (72,79%), dan unduh video (70,23%). Untuk pemanfaatan bidang edukasi, sebanyak 55,30% pengguna internet membaca artikel, 49,87% melihat video tutorial, dan 21,73% membagikan artikel atau video edukas (APJII, 2019). Generasi Z merupakan generasi yang aktif dalam penggunaan internet. Survey data dari Nielsen (2016) pengguna internet di Indonesia didominasi oleh generasi Z (usia 10 -19 tahun) dan generasi millennial (usia 20-34 tahun) dengan masing-masing sebesar 34% dan 48%. Ini artinya para pengakses internet baik yang menggunakannya untuk mengakses media daring maupun media sosial kebanyakan adalah pelajar dengan rentang usia 10 sampai 19 tahun.

Tingginya angka pengguna media sosial tentu mengarah pada seberapa pentingnya penggunaan yang menarik untuk diperhatikan. Kegiatan bermedia sosial sekarang ini tidak ubahnya sudah seperti kehidupan kedua oleh para penggunanya setelah kehidupan nyata, yang tentu saja hal-hal yang terjadi di kehidupan nyata akan ditemui juga di dalam media sosial, seseorang bisa membagikan foto dan video pendek dengan harapan orang lain yang melihat akan suka, peduli, perhatian, berkomentar dan bahkan memuji postingannya (Wibowo, Satriyo & Nurwindasari, 2019). Interaksi yang terjadi didalam media sosial memberikan banyak kesempatan positif bagi para penggunanya, termasuk kesempatan untuk menjalin persahabatan, kesempatan untuk mendapatkan informasi sampai kesempatan untuk membagikan momen dalam media sosial. Akan tetapi, media sosial instagram juga memberikan pengalaman dan potensi negatif seperti individu banyak menghabiskan waktu untuk melihat postingan foto, video maupun status media sosial yang dibagikan oleh teman maupun *public figure* ataupun untuk mengetahui hal-hal yang sedang viral di media sosial. Tidak jarang juga dilakukan pada saat mengerjakan tugas kuliah, diskusi kelompok di dalam kelas maupun saat perkuliahan sedang berlangsung (Wibowo, Satriyo & Nurwindasari, 2019).

Kemudahan-kemudahan yang diberikan oleh internet atau media sosial secara tidak langsung menyebabkan individu memiliki tingkat kecanduan terhadap internet yang tinggi dan cenderung menunjukkan gejala kecanduan atau *addict* (Young & Abreu, 2011). Pengguna internet dapat memanfaatkan berbagai aplikasi dan beberapa *website* untuk mengakses beraneka ragam informasi. Keragaman informasi inilah yang menyebabkan seseorang tahan berlama-lama menghadap komputer ataupun *smartphone*-nya. Dengan berkembangnya teknologi ini, menyebabkan seseorang tidak bisa lepas dari berbagai aplikasi yang telah disuguhkan. Penggunaan internet yang mengalami peningkatan dalam intensitas waktu penggunaan yang cukup lama akan menimbulkan berbagai permasalahan yang ada di kalangan para ahli psikologi dikenal sebagai kecanduan internet (*internet addiction*).

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengakibatkan potensi negatif bagi penggunanya. Menurut sebuah artikel *tirto.id* (2018) yang di ungkapkan oleh Kendall Jenner pengguna media sosial di acara *Ellen DeGeneres Show* pada tahun 2016 Kendall Jenner bangun di pagi hari dan hal pertama yang dilakukan adalah melihat media sosial. Ketika malam hendak tidur, media sosial adalah hal terakhir yang dilihat kemudian hal tersebut dapat mengakibatkan kecanduan untuk melakukan hal tersebut. Selain Jenner, kebiasaan mengecek Instagram selepas bangun di pagi hari dilakukan pula oleh Helen Kirwan Taylor. Helen Kirwan Taylor dulu biasa melihat berita di televisi ketika bangun. Saat ini Helen membuka media sosial untuk melihat seberapa baik aktivitas yang dilakukan dalam waktu satu malam. Helen menceritakan bahwa ada banyak pertanyaan yang memenuhi pikiran saat mengecek Instagram usai bangun pagi. Kegiatan tersebut seperti berapa *like* yang didapat dari foto terakhir yang diunggah, Ada berapa komentar di foto, Siapa saja yang melihat Instagram Story, mengirim pesan langsung, me-repost, atau menandai helen (Khalika, 2018).

Individu yang sangat ketergantungan menggunakan gadget dan media sosial, terutama dengan intensitas waktu dan kegiatan yang tinggi, juga sangat mungkin membuat kecanduan. Ciri-ciri individu yang mengalami kecanduan media sosial antara lain yaitu mulai menghabiskan hampir sebagian besar waktunya untuk menggunakan media sosial, merasa cemas ketika tidak menggunakan media sosial, dan bahkan sampai mengganggu aspek kehidupan²³ lainnya. Kuss dan Griffiths (2011) berpendapat bahwa dari sudut pandang seorang psikolog klinis, kriteria kecanduan, seperti mengabaikan kehidupan pribadi, keasyikan mental, pelarian, *moodmodifying*, toleransi, dan penyembunyian perilaku adiktif, tampak hadir pada beberapa orang yang menggunakan jejaring sosial media berlebihan. Di era dulu apresiasi mungkin diberikan lewat penghargaan dalam sebuah kompetisi, di masa modern ini orang berlomba untuk mendapat banyak likes di media sosial. Seseorang tinggal posting, mendapatkan *like*, yang kemudian membuat individu merasa disukai. Kondisi ini menyebabkan orang menjadi mudah merasa kecewa, kondisi emosional terganggu karena³ tergantung pada respons positif lingkungan yang diindikasikan dengan *likes* (Putri, 2018).

Ketergantungan media sosial pada remaja dapat mengacu perilaku kompulsif yang mengarah ke efek negatif. Subathra, Nimisha, & Hakeem (2013) menyatakan ketergantungan atau kecanduan akan membuat seseorang merasa terdorong untuk melakukan kegiatan tertentu berulang kali dan menjadi kegiatan yang berbahaya yang kemudian akan mengganggu kegiatan penting lainnya seperti bekerja atau sekolah. Xu & Tan (2012) juga berpendapat bahwa individu yang sering terlibat dalam media sosial justru miskin dalam bersosialisasi dalam kehidupan nyata. Bagi individu yang sudah kecanduan media sosial, media sosial digunakan terus-menerus dan akhirnya menyebabkan banyak¹³ salah seperti mengabaikan hubungan kehidupan nyata.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Akin (2012) berpendapat bahwa kecanduan media sosial secara positif berhubungan dengan penurunan interaksi sosial, depresi, kesepian, dan harga diri rendah sehingga kurang memiliki vitalitas subjektif karena individu yang kecanduan Instagram¹⁸ cenderung menghabiskan waktu mengakses Instagram terus-menerus. Menurut Griffiths (2007) menyatakan bahwa kecanduan merupakan aspek perilaku yang kompulsif, cemas, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol.

Pada umumnya, kecanduan mengacu pada perilaku kompulsif¹⁶ yang mengarah pada efek negatif. Tetapi, dalam sejumlah kasus, orang dengan kecanduan merasa terdorong untuk melakukan kegiatan tertentu dengan frekuensi tinggi. Akhirnya, aktivitas tersebut menjadi kebiasaan yang dianggap berbahaya. Dengan frekuensi yang dilakukan terlalu sering, maka dapat dimungkinkan kecanduan berdampak mengganggu kegiatan penting lainnya, seperti pekerjaan di kantor atau kegiatan di sekolah. Dalam konteks kecanduan media sosial dapat dianggap sebagai seseorang dengan paksaan untuk menggunakan media sosial secara berlebihan atau secara terus-menerus memeriksa pembaruan status di media sosial, misalnya Facebook. Tak hanya itu, aktivitas menelusuri akun orang di media sosial selama berjam-jam juga termasuk dalam perilaku kecanduan jejaring sosial (Dewi, 2019).

Permasalahan dalam penelitian ini terfokus pada Generasi Z yang mengalami kecanduan media sosial yang mengalami ketakutan akan hilang momen-momen yang dianggap penting untuk diabadikan dalam fitur online. *Fear of Missing Out* pada dasarnya merupakan kecemasan sosial tetapi dengan perkembangan teknologi dan internet saat ini menyebabkan *Fear of Missing Out* menjadi lebih meningkat (JWTIntelligence, 2012). *Fear of Missing Out* (FoMO) ini disebut sebagai suatu *social anxiety* (kecemasan sosial) yang lahir dari kemajuan teknologi, informasi dan keberadaan media sosial yang kian meningkat. menurut kedy (2019) terdapat beberapa ciri-ciri umum seseorang mengalami *fear of missing out* (FoMO) : sering membuka media sosial hampir disetiap waktu, terlalu lama berelasi di dunia maya sampai lupa akan dunia sosial sekitar, melupakan dan menganggap dunia nyata kurang bermanfaat karena mengurus waktu dan tenaga, banyak berkorban demi jadi individu yang *update* di media sosial, memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap berbagai hal yang ada di

link-link dalam media sosial dan penasaran terhadap pemberitahuan atau notifikasi yang muncul di akun media sosial, sekalipun tidak ada hubungan sama sekali dengan pribadi individu tersebut. Mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi akan kronologi atau *timeline* seseorang di media sosial serta percakapan orang lain di media sosial, mempunyai perasaan khawatir yang berlebihan, bahkan merasa bersalah karena lama tidak membuka media sosial, merasa gelisah hampir setiap saat jika tidak membuka media sosial, tidak konsentrasi ketika dalam pembicaraan dengan orang lain di dunia nyata.

FOMO masih dikatakan sebagai fenomena saat internet menjadi kebutuhan utama. Kecanggihan teknologi saat ini membuat remaja beralih ke internet untuk membentuk identitas diri. Lebih mempermudah untuk menampilkan citra positif atau negatif. Dari apa yang diunggah, akan ada komentar atau *likes* di akun mereka dan menjadi *reward*. Hormon dopamin pun muncul. *Reward* berulang, membuat perilaku juga diulang. Dalam kadar tidak normal, kegelisahan itu muncul. Pada jangka waktu tertentu, seseorang terus mengecek media sosial. FoMO juga bisa mengarah pada hal-hal serius seperti depresi. Kecenderungan untuk selalu mengecek respons yang didapat dari unggahan, membuat seseorang memiliki ekspektasi lebih. Ketika respons tak sesuai harapan, depresi rentan terjadi. Itu sering tidak disadari. Seseorang menganggap, semua akan menyukai dirinya. Ketika tidak siap menghadapi hujatan atau cacian. Dari depresi, percobaan bunuh diri rentan dilakukan (Ayunda, 2019).

Hasil penelitian Koc (2011) menunjukkan beberapa kasus bahwa siswa yang menggunakan Instagram lebih dari enam jam per hari umumnya mengungkapkan keluhan psikis dibanding siswa yang menggunakan Instagram kurang dari tiga jam. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ketika siswa menggunakan Instagram dengan intensitas tinggi, maka terdapat gejala kejiwaan, seperti depresi, obsesif kompulsif, permusuhan, fobia kecemasan, paranoid, dan psychotism tinggi. Menurut Abel, Cheryl, & Sarah A (2016) adanya aplikasi media sosial di internet yang saat ini tersedia dalam berbagai macam bentuk, sehingga dapat memenuhi individu agar tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya dan melakukan komunikasi tanpa harus bertatap muka. Griffiths (2007) menyatakan bahwa kecanduan merupakan aspek perilaku yang kompulsif, cemas, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol. kecanduan media sosial dapat mempengaruhi dari beberapa faktor yaitu kurangnya kontrol, kondisi sosial, kondisi psikologis dan faktor perkembangan (Kuss, Griffiths, & Binder, 2013).

Berdasarkan penjabaran mengenai fenomena, fakta, permasalahan, penelitian sebelumnya, serta teori yang telah dijabarkan, maka peneliti tertarik untuk menganalisis *Fear of Missing Out* dengan perilaku kecanduan media sosial pada Generasi Z.

METODE

Tipe penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah tipe penelitian kuantitatif dengan metode korelasional Bivariate. Menurut Azwar (2015) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Lebih lanjut, Azwar (2015) menyatakan bahwa penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi sehingga peneliti dapat memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh generasi Z dari rentang tahun kelahiran 1995 – 2010. Lalu peneliti menentukan sampel pada penelitian ini menggunakan metode non-probability sampling dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* menurut Periantalo (2016) adalah teknik dimana peneliti membuat kriteria khusus terhadap subjek penelitian. Adapun kriteria yang peneliti tetapkan untuk sampel penelitian ini adalah:

1. Generasi Z rentang usia 11 hingga 25 tahun.



2. Pengguna media sosial Aktif
3. Aktivitas menelusuri akun orang di media sosial selama berjam-jam (3 jam non stop)
4. Aktif di medsos dan menganggap medsos sebagai sumber kesenangan

Pengumpulan data pada penelitian ini akan menggunakan instrument penelitian berupa skala psikologi.. Skala psikologi merupakan instrumen untuk mengungkap kontrak psikologi yang bersifat afektif melalui aitem yang tersirat (Periantalo, 2016). Instrumen penelitian untuk pengumpulan data pada penelitian ini disusun menggunakan model skala Likert. Azwar (2015) menjelaskan bahwa skala sikap model Likert disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Skala Likert yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 5 pilihan jawaban untuk menggambarkan frekuensi perilaku. Pada skala pertama (skala Kecanduan media sosial), pilihan jawaban yang digunakan yaitu: Hampir Selalu (HSL), Sangat Sering (SS), Kadang-Kadang (KD), Sangat Jarang (SJ) dan Hampir Tidak Pernah (HTP). Pemberian skor terhadap jawaban akan disesuaikan dengan jenis aitem pada skala ini, yaitu aitem favorable dan unfavorable. Azwar (2015) menjelaskan pemberian skor pada jawaban subjek, sebagai berikut:

Tabel 1
Skor pada Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Hampir Selalu (HSL)	5	1
Sangat Sering (SS)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Sangat Jarang (SJ)	2	4
Hampir Tidak Pernah (HTP)	1	5

Kemudian, pada skala kedua (*Fear Of Missing Out*), pilihan jawaban yang digunakan, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skor terhadap jawaban akan disesuaikan dengan jenis aitem pada skala ini, yaitu aitem favorable dan unfavorable. Azwar (2015) menjelaskan pemberian skor pada jawaban subjek, sebagai berikut:

Tabel 2
Skor pada Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Hampir Selalu (HSL)	5	1
Sangat Sering (SS)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Sangat Jarang (SJ)	2	4
Hampir Tidak Pernah (HTP)	1	5

Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan membagikan kuisioner kepada responden yang berisi pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan aspek-aspek yang diteliti oleh peneliti secara terstruktur. Pengumpulan data diawali dengan menentukan populasi penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh generasi Z di Indonesia. Lalu peneliti menentukan sampel yang akan diteliti dengan menggunakan teknik purposive sampling. Berdasarkan kriteria yang ditentukan peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas kepada 100 subjek. Namun yang kembali hanya 40 subjek. Uji coba alat ukur dan analisis data dilakukan untuk mengetahui sejauh mana validitas dan reliabilitas skala yang telah disusun, sehingga layak untuk menjadi alat ukur pada



penelitian ini. Pengambilan keputusan dilakukan dengan meneliti daya beda item untuk masing-masing indikator yang apabila daya beda item kurang dari batas 0.30, maka dapat dikatakan indikator tidak valid (periantolo, 2012). Berdasarkan hasil analisis data pada skala uji coba tiga kali putaran, diketahui bahwa dari 18 aitem pada skala *fear of missing out*, didapatkan 16 aitem valid dan 2 aitem tidak valid. Sementara dari 36 aitem pada skala kecanduan media sosial, didapatkan 27 aitem valid dan 9 aitem tidak valid. Persiapan selanjutnya adalah menyusun ulang aitem-aitem valid yang menjadi alat ukur pada penelitian ini. Jumlah subjek penelitian ini adalah 427 subjek.

Teknik analisis data yang digunakan adalah Analisis Korelasi untuk melihat ada tidaknya hubungan antara *Fear of missing out* dengan Kecanduan sosial pada generasi Z. Penelitian ini menggunakan metode analisis data dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS Statistics versi 20 for windows*.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Fear of missing Out* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z. Sebelum dilakukan analisis dengan uji Product moment, dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu yaitu uji validitas dan reliabilitas untuk mengetahui aitem layak digunakan atau tidak.

Hasil uji validitas pada skala uji coba kecanduan media sosial yang terdiri dari 36 aitem, didapatkan hasil bahwa 9 aitem dinyatakan tidak valid atau gugur ($\leq 0,300$) dan hasil uji validitas pada skala uji coba *fear of missing out* yang terdiri dari 18 aitem, diketahui bahwa sebanyak 2 aitem dinyatakan tidak valid atau gugur ($\leq 0,300$). Sedangkan hasil uji reliabilitas pada skala uji coba kecendrungan kecanduan media sosial pada kolom *Cronbach's Alpha* didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,892 dan uji coba *Fear of missing out* didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,837. Berdasarkan klasifikasi skor menurut Periantalo (2015), maka skala uji coba kecanduan media sosial berada pada klasifikasi Bagus. Sehingga dapat dikatakan kedua variabel tersebut valid dan reliabilitas.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data yang didistribusikan hal ini dapat dilihat apabila $p > 0.05$ maka distribusi data dapat dikatakan normal, seangkan $p < 0.05$ maka distribusi datanya dikatakan tidak normal. Sedangkan Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linear dalam sebuah penelitian apabila $p > 0.05$ maka kedua variabel dinyatakan bersifat linear. Sebaliknya, apabila $p < 0.05$ maka kedua variabel dinyatakan bersifat tidak linear.

Tabel 3
Test of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a		Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecanduan medsos	,079	427	,000	,984	427	,000
Fomo	,144	427	,000	,679	427	,000

a. Lilliefors Significance Correction

9 Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi untuk skala kecendrungan kecanduan media sosial sebesar 0.000, sehingga untuk skala *Fear of Missing Out* sebesar 0.000. Sehingga dari kedua variabel memiliki nilai signifikansi < 0.05 maka dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal.

Tabel 4
Hasil Uji Linear

	F	Sig.		
FOMO * kecanduan media sosial	Between Groups	(Combined) Linearity	,694	,810
		Linearity	,206	,650
		Deviation from Linearity	,724	,770
Within Groups				
	Total			

6 Berdasarkan tabel di atas, untuk uji linieritas, menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0.770 > 0.05 sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan antar kedua variabel linier.

Tabel 5
Kategorisasi *Fear of missing out*

Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
Tinggi	> 49,8	1	0,2 %
Sedang	43,8 – 49,8	426	99,8 %
Rendah	< 43,8	0	0 %
Total		427	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor *Fear of missing out* yang table diatas dapat dilihat bahwa, 0 % subjek memiliki *Fear of missing out* yang rendah sedangkan sebesar 99,8 % subjek memiliki *Fear of missing out* dalam kategori sedang dan 0,2 % memiliki *Fear of missing out* tinggi.

Tabel 6
Kategorisasi kecanduan media sosial

Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
Tinggi	> 99	15	3,5 %
Sedang	63–99	412	96,5 %
Rendah	< 63	0	0 %
Total		427	100 %

7 Berdasarkan table 4 kategorisasi kecanduan media sosial di atas, dapat dilihat bahwa 0 % subjek memiliki kecanduan media sosial yang rendah sedangkan sebesar 96,5 % subjek memiliki kecanduan media sosial dalam kategori sedang dan 3,5 % memiliki kecanduan media sosial yang tinggi.

6 a. Uji Korelasi

Uji korelasi dimaksudkan untuk menunjukkan kekuatan hubungan, apakah berkekuatan kuat, sedang maupun rendah. Dibawah ini adalah tabel hasil uji korelasi antara variabel *fear of missing out* dengan kecendrungan kecanduan media sosial

Tabel 7
Hasil Uji Korelasi

Correlations			
	Kecanduan Medsos	Fomo	
Kecanduan Medsos	Pearson Correlation	1	,022
	Sig. (2-tailed)		,648
	N	427	427
Fomo	Pearson Correlation	,022	1
	Sig. (2-tailed)	,648	
	N	427	427

Pedoman yang digunakan untuk uji korelasi ini menggunakan klasifikasi kekuatan korelasi menurut Periantalo (2016) skor yang bergerak dari 0 s.d 1 yang disebut koefisien korelasi yang sudah peneliti sampaikan pada bab sebelumnya. Berdasarkan tabel di atas, hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,022 dengan taraf signifikansi (p) 0,648 ($p \leq 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel *fear of missing out* dengan kecendrungan kecanduan media sosial pada generasi Z.

9 DISKUSI

Sebelum dilakukan analisis dengan uji Product moment, dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu yaitu uji validitas dan reliabilitas untuk mengetahui aitem layak digunakan atau tidak.

Hasil uji validitas pada skala uji coba kecanduan media sosial yang terdiri dari 36 aitem, didapatkan hasil bahwa 9 aitem dinyatakan tidak valid atau gugur ($\leq 0,300$) dan hasil uji validitas pada skala uji coba *fear of missing out* yang terdiri dari 18 aitem, diketahui bahwa sebanyak 2 aitem dinyatakan tidak valid atau gugur ($\leq 0,300$). Sedangkan hasil uji reliabilitas pada skala uji coba kecendrungan kecanduan media sosial pada kolom *Cronbach's Alpha* didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,892 dan uji coba *Fear of missing out* didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,837. Berdasarkan klasifikasi skor menurut Periantalo (2015), maka skala uji coba kecanduan media sosial berada pada klasifikasi Bagus. Sehingga dapat dikatakan kedua variabel tersebut valid dan reliabilitas.

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi untuk skala kecendrungan kecanduan media sosial sebesar 0.000, sehingga untuk skala *Fear of Missing Out* sebesar 0.000. Sehingga dari kedua variabel memiliki nilai signifikansi < 0.05 maka dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal. Sedangkan untuk uji linieritas, menunjukkan taraf signifikansi sebesar $0.770 > 0.05$ sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan antar kedua variabel linier.

Berdasarkan kategorisasi skor *Fear of missing out* dapat dilihat bahwa, 0 % subjek memiliki *Fear of missing out* yang rendah sedangkan sebesar 99,8 % subjek memiliki *Fear of missing out* dalam kategori sedang dan 0,2 % memiliki *Fear of missing out* tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa

mayoritas *fear of missing out* yang dilakukan oleh generasi Z termasuk kategori sedang, yang artinya *fear of missing out* bukan faktor utama yang mempengaruhi kecanduan media sosial. Hal tersebut bisa terjadi karena kemungkinan ada faktor lain yang belum peneliti teliti. Young (2010) mengemukakan bahwa seseorang suka bermain permainan internet (media sosial) dikarenakan sudah terbiasa bermain melebihi waktu dan beberapa faktor seperti gender, kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet/media sosial.

Sedangkan untuk kecanduan media sosial dapat dilihat bahwa 0 % subjek memiliki kecanduan media sosial yang rendah sedangkan sebesar 96,5 % subjek memiliki kecanduan media sosial dalam kategori sedang dan 3,5 % memiliki kecanduan media sosial yang tinggi. Mayoritas subjek memiliki kecanduan media sosial dalam kategori sedang yang artinya Pada kecanduan media sosial sedang, walaupun setiap hari generasi Z mengakses media sosial tetapi mereka masih dapat mengontrolnya, sehingga media sosial tidak mendominasi pikiran, perasaan dan juga tingkah laku serta tidak mengganggu kegiatan-kegiatan lain dalam kehidupannya (Young, 2004). Penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Azizan (2016) justru menunjukkan hasil yang berbeda yaitu tingkat kecanduan media sosial pada siswa di SMKN 1 Bantul berada pada kategori sedang (84%). Hal tersebut dikarenakan rendahnya kepercayaan diri siswa untuk mengekspresikan dirinya di kehidupan nyata, sehingga membuat siswa lebih mengekspresikan dirinya di media sosial. Penelitian Nurhusni (2017) juga menunjukkan bahwa kecanduan media sosial pada 66,0% remaja mengalami kecanduan media sosial sedang. Pada penelitian ini ditemukan bahwa mulai ditemukan masalah pada siswa apabila tidak mengakses media sosial, seperti perasaan gelisah dan cemas.

Berdasarkan hasil uji korelasi dengan menggunakan Product Moment, hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,022 dengan taraf signifikansi (p) 0,648 ($p > 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z. Hal ini diakibatkan faktor-faktor lain dari kecanduan media sosial yang bisa dijadikan variabel bebas untuk di teliti lebih lanjut.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, diketahui bahwa kategorisasi variabel kecanduan media sosial berada pada kategori sedang. Sedangkan, kategorisasi variabel *fear of missing out* berada pada kategori sedang. Artinya, rata-rata subjek pada penelitian ini memiliki *fear of missing out* cukup baik, namun tidak menutup kemungkinan subjek melakukan perilaku kecanduan media sosial.

Berdasarkan hasil uji korelasi dengan menggunakan Product Moment, diperoleh hasil tidak terdapat hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai perilaku kecanduan media sosial disarankan untuk menambahkan variabel lain atau menggunakan variabel lain selain *fear of missing out* seperti kurangnya kontrol, kondisi sosial, dan biologis yang diindikasikan dapat menjadi penyebab terjadinya perilaku kecanduan media sosial, karena kemungkinan ada faktor tersebut dapat memengaruhi perilaku kecanduan media sosial pada generasi Z.

REFERENSI

- Abel, J. P., Cheryl, L. B., & Sarah A, B. (2016). Scale Development and Assessment, *14*(1), 33–44.
- Akin, A. (2012). The relationships between internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *15*(8), 404–410. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0609>
- Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018). Parent–Adolescent Communication and Problematic Internet Use: The Mediating Role of Fear of Missing Out (FoMO). *Journal of Family Issues*, *39*(13), 3391–3409. <https://doi.org/10.1177/0192513X18783493>

- Andreassen, C. S. (2015). Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Arnett, J. J. (2013). The Evidence for Generation We and Against Generation Me. *Emerging Adulthood*, 1(1), 5–10. <https://doi.org/10.1177/2167696812466842>
- Ayunda. (2019). Kenali Fear of Missing Out, Gelisah Berujung Depresi jika Tak Akses Media Sosial. Dipetik Maret 21, 2020, dari www.kaltim.portal.com:https://kaltim.prokal.co/read/news/359670-kenali-fear-of-missing-out-gelisah-berujung-depresi-jika-tak-akses-media-sosial.html
- Azizan, H. (2016). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketergantungan media sosial pada siswa di SMK Negeri 1 Bantul. *Journal Student UNY*, 1–10. Retrieved from <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/3295>.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). Edisi 2: *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beranuy, M., Carbonell, X., & Griffiths, M. D. (2013). A qualitative analysis of online gaming addicts in treatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 149-161.
- Dewi, K., Reita. (2019) Kecanduan Media Sosial, Saat Waktu Habis untuk Main Facebook, Instagram, dan Twitter. Dipetik Mei 16, 2020, dari www.kompas.com:https://www.kompas.com/tren/read/2019/10/13/210146965/kecanduan-media-sosial-saat-waktu-habis-untuk-main-facebook-instagram-dan?page=all.
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69–73. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2013.12.008>
- Empati, J., Sianipar, N. A., Veronika, D., & Kaloeti, S. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan *Fear Of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Dipogoro, 8, 136–143.
- Eril. (2019). 7 Manfaat Internet Untuk Kehidupan Yang Perlu Anda Tahu. Dipetik Februari 02, 2020, dari [www.qwords.co.id: https://qwords.com/blog/manfaat-internet/](http://www.qwords.co.id:https://qwords.com/blog/manfaat-internet/)
- Fuster, H., Chamorro, A., & Oberst, U. (2017). Fear of Missing Out , online social networking and mobile phone addiction : A latent profile approach, 35(1), 23–30.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Chapter - Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>
- Hadijah, Siti. (2020) TikTok bikin Candu? Lakukan 7 Hal Ini Bisa Kurangi Ketagihan Main TikTok. Dipetik Mei 16, 2020, dari [www.cermati.com: https://www.cermati.com/artikel/tiktok-bikin-candu-lakukan-7-hal-ini-bisa-kurangi-ketagihan-main-tiktok](http://www.cermati.com:https://www.cermati.com/artikel/tiktok-bikin-candu-lakukan-7-hal-ini-bisa-kurangi-ketagihan-main-tiktok)
- Hariadi, A. F. (2018). Hubungan Antara Fear of Miss-ing Out (FOMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan: Universitas Islam Negeri Sunan Am-pel*.
- Hasan, M. A. (2017) Candu Medsos Mengacaukan Kesehatan Mental. Dipetik November 12, 2019, dari [www.tirto.id: https://tirto.id/candu-medsos-mengacaukan-kesehatan-mental-ckhE](http://www.tirto.id:https://tirto.id/candu-medsos-mengacaukan-kesehatan-mental-ckhE).
- Hootsuite. (2018). Berapa Pengguna Instagram dari Indonesia?. Dipetik Oktober 27, 2019, dari [www.databoks.katadata.co.id: https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/02/09/berapa-penggunainstagram-dari-indonesia](http://www.databoks.katadata.co.id:https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/02/09/berapa-penggunainstagram-dari-indonesia).
- Jayani, H. D. (2019). Indonesia Peringkat Kelima Dunia dalam Jumlah Pengguna Internet. Dipetik Oktober 23, 2019, dari [www.databoks.katadata.co.id: https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/09/11/indonesia-peringkat-kelima-dunia-dalam-jumlah-pengguna-internet](http://www.databoks.katadata.co.id:https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/09/11/indonesia-peringkat-kelima-dunia-dalam-jumlah-pengguna-internet).



- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Koç, M. (2011). Internet addiction and psychopathology. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(1), 143–148.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959–966. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.024>
- Lisnawati, Y. (2014). 5 Cerita Korban Kecanduan Sosial Media. Dipetik November 12, 2019, dari www.liputan6.com: <https://www.liputan6.com/citizen6/read/2033558/5-cerita-korban-kecanduan-sosial-media>.
- Marjosy, U., Kinasih, A. D., Andriani, I., & Lisa, W. (2013). Hubungan antara Keterampilan Sosial dan Kecanduan Situs Jejaring Sosial pada Masa Dewasa Awal. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*, 5, 78–84. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/172566-ID-hubungan-antara-keterampilan-sosial-dan.pdf>
- Miswara, E. D. (2017). Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FoMO) Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Emerging Adulthood. *Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(1), 20–25. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/25264/>
- Mudrikah, C. (2019). Hubungan Antara Sindrom Fomo (*Fear Of Missing Out*) Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja. *Skripsi fakultas psikologi Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya*.
- Nurhusni, P.A. (2017). Profil penyesuaian sosial remaja yang mengalami kecanduan facebook. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2), 129–144. Retrieved from <http://ojs.ejournal.id/index.php/ijec>.
- Ozkan, M., & Solmaz, B. (2015). Mobile addiction of generation z and its effects on their social lifes:(An application among university students in the 18-23 age group). *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 92-98.
- Periantalo, Jelpa. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Pratiwi, A., & Fazriani, A. (2020). Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FOMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 119-130.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Computers in Human Behavior Motivational , emotional , and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Psikologi, J. I. (2017). Hubungan Antara the Big Five Personality Traits Dengan Fear of Missing Out About Social Media Pada Mahasiswa. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(3), 179–185.
- Putra, A. D. (2018). Hubungan Antara *Fear of Missing Out* Dengan Kesejahteraan Psikologis Pengguna Instagram Pada Masa Transisi Menuju Dewasa. *Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan: Universitas Islam Negri Sunan Am-pel*.
- Reeve, J., & Sickenius, B. (1994). Development and Validation of a Brief Measure of the Three Psychological Needs Underlying Intrinsic Motivation: The Afs Scales. *Educational and Psychological Measurement*, 54(2), 506–515. <https://doi.org/10.1177/0013164494054002025>
- Rizal, A. (2019). Populasi Pengguna Internet di Indonesia Terbanyak Ke-5 di Dunia. Dipetik Oktober 23, 2019, dari www.infokomputer.grid.id:<https://infokomputer.grid.id/read/121708811/populasi-pengguna-internet-di-indonesia-terbanyak-ke-5-di-dunia>.



- Santika, M. G. (2015). Hubungan antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan kecanduan internet (Internet Addiction) pada remaja di SMAN 4 Bandung (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial, *4*(1), 1– 10. <https://doi.org/10.14710/interaksi,4,1,1-10>
- Sianipar, N. A., Veronika, D., & Kaloeti, S. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, *8*, 136–143.
- Subathra, Nimisha, & Hakeem., L. (2013). A Study on the Level of Social Network Addiction Among College Students. *Indian Journal of Applied Research*, *3*(3), 355–357. <https://doi.org/10.15373/2249555x/mar2013/121>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Swar, B., & Hameed, T. (2017). Fear of Missing out, Social Media Engagement, Smartphone Addiction and Distraction: Moderating Role of Self-Help Mobile Apps-based Interventions in the Youth. In *HEALTHINF* (pp. 139-146).
- Tekeng, N. Y., & Alsa, A. (2016). Peranan Kepuasan Kebutuhan Dasar Psikologis dan Orientasi Tujuan Mastery Approach terhadap Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi*, *43*(2), 85-106.
- Wibowo, Satriyo, D., & Nurwindasari, R. (2019). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Regulasi Diri Dan Fear Of Missing Out Suatu Studi Tentang Intensitas Penggunaan Instagram Dengan Regulasi Diri Dan — Fear Of Missing Out | Pada Mahasiswa Psikologi Universitas X, 323–327.
- Xu, H., & Tan, B. C. Y. (2012). Why do I keep checking Facebook: Effects of message characteristics on the formation of Social Network Services addiction. *International Conference on Information Systems, ICIS 2012*, *1*, 812–823.
- Young, K. S., & Abreu, C. N. de. (2011). *Technology Addiction | Internet Addiction*. Retrieved from <https://www.addiction.com/addiction-a-to-z/technology-addiction/>

ANALISIS FEAR OF MISSING OUT DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA GENERASI Z

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

4%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.iainpare.ac.id Internet Source	1 %
2	jurnal.akbiduk.ac.id Internet Source	1 %
3	journal.student.uny.ac.id Internet Source	1 %
4	www.brilio.net Internet Source	1 %
5	repository.stienobel-indonesia.ac.id Internet Source	1 %
6	Zeth Rodo Landa, Tarsicius Sunaryo, Hotner Tampubolon. "Pengaruh Literasi Digital Guru dan Manajemen Pembelajaran Terhadap Minat Belajar Peserta Didik di SMA Pelita Rantepao", Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika, 2021 Publication	1 %
7	publikasi.mercubuana.ac.id Internet Source	1 %

8	scholar.unand.ac.id Internet Source	1 %
9	www.politeknikmbp.ac.id Internet Source	1 %
10	cdn.repository.uisi.ac.id Internet Source	1 %
11	kumparan.com Internet Source	1 %
12	aqmalderrystanzah.blogspot.com Internet Source	1 %
13	annisanaylaputri4.blogspot.com Internet Source	1 %
14	ciptamedia.org Internet Source	1 %
15	repo.poltekkesbandung.ac.id Internet Source	1 %
16	hellosehat.com Internet Source	1 %
17	journal.uin-alauddin.ac.id Internet Source	1 %
18	dimasmekarjaya.blogspot.com Internet Source	1 %
19	jurnal.dharmawangsa.ac.id Internet Source	1 %

20	www.quireta.com Internet Source	1 %
21	journal.unj.ac.id Internet Source	1 %
22	www.jptam.org Internet Source	1 %
23	www.kursksalvage.com Internet Source	1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On