

Nomor: 133/S/PPB.20.01/2021

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT*  
DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA**  
(Studi Korelasional terhadap Peserta Didik Kelas X SMAN 1 Garut  
Tahun Ajaran 2020/2021)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari  
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan



oleh  
**Khoerunisa Mubarrokah Kusumawardhani**  
**NIM 1603977**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2021

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT*  
DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA**

(Studi Korelasional Pada Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut  
Tahun Ajaran 2020/2021)

Oleh

Khoerunisa Mubarrokah Kusumawardhani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan  
Fakultas Ilmu Pendidikan

© Khoerunisa Mubarrokah Kusumawardhani

Universitas Pendidikan Indonesia

Januari 2021

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak  
ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

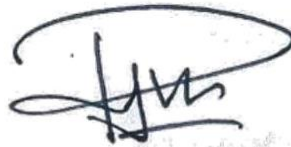
**LEMBAR PENGESAHAN**

**KHOERUNISA MUBARROKAH KUSUMAWARDHANI**  
**NIM 1603977**

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF MISSING OUT***  
**DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA**  
(Studi Korelasional di SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021)

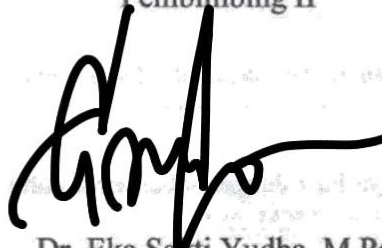
**Disetujui dan disahkan oleh:**

Pembimbing I

20/2 2021  


Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd.  
NIP.196611151991022001

Pembimbing II



Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd.  
NIP.198308292010121004

Mengetahui,  
Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Nandang Budiman, M.Si.  
NIP. 19710219199802100

## ABSTRAK

**Khoerunisa Mubarrokah Kusumawardhani. (2021). “Hubungan Antara *Fear of Missing Out* dengan *Self-Esteem* Remaja” (Studi Korelasional pada Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021). Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.**

Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena *Fear of Missing Out* yang muncul ketika menggunakan media sosial dan menyebabkan perasaan negatif terhadap diri salah satunya *self-esteem* yang rendah. FoMO merupakan ketakutan akan melewatkan peristiwa atau tidak ikut terlibat dalam pengalaman orang lain. *Self-esteem* merupakan penilaian diri pada individu mengenai kelayakan dan kemampuan individu. Penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum FoMO dan *self-esteem* remaja serta menggambarkan hubungan antara FoMO dengan *self-esteem*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik sampel jenuh sebanyak 390 orang peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen FoMO yang diadaptasi dari *fear of missing out scale* dan *self-esteem* yang diadaptasi dari *Coopersmith Self-Esteem Inventory*. Skala yang digunakan yaitu skala likert dan skala guttman dengan data yang dihasilkan yaitu data ordinal sehingga uji korelasi menggunakan *spearman's rho*. Hasil penelitian menunjukkan gambaran umum FoMO dan *self-esteem* remaja berada pada kategori sedang. Hasil pengujian hipotesis dengan analisis korelasi *spearman's rho* yaitu  $r = -0.136$ ,  $\text{Sig.} = 0.004$  yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *fear of missing out* dan *self-esteem*.

**Kata kunci: *Fear of Missing Out*, *Self-Esteem*, Remaja**

## ***ABSTRACT***

**Khoerunisa Mubarrokah Kusumawardhani. (2021). “The Relationship between Fear of Missing Out and Self-Esteem in Adolescents” (A Correlational Study on Grade 10 Students of SMA Negeri 1 Garut from the 2020-2021 Academic Year). Educational Psychology and Guidance Department. Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia.**

This study was motivated by the phenomenon of Fear of Missing Out that happens when using social media and causes negative emotions towards oneself, one of which is low self-esteem. Fear of Missing Out is the fear of missing a moment or not getting involved in other people’s experiences. Self-esteem is the self-assessment of individual’s eligibility and capabilities. This study aims to provide an overview of FoMO and self-esteem in adolescents and to describe the relationship between them. This study employs a quantitative approach with correlational method. The sampling used in this study is the non-probability sampling with a saturated sample technique of 390 Grade 10 students of SMA Negeri 1 Garut from the 2020-2021 Academic Year. The sampling technique used in this study is based on the instruments of fear of missing out adapted from fear of missing out scale and self-esteem adapted from Coopersmith Self-Esteem Inventory. This study uses the likert and guttman scale with the results of ordinal data that lead to the use of spearman's rho as the correlation test. The finding shows that the overview of fear of missing out and self-esteem in adolescents is in the medium category. The hypothesis testing with spearman’s rank correlation is  $r = -0.136$ ,  $\text{Sig.} = 0.004$  which describes a significant negative correlation between fear of missing out and self-esteem.

**Keywords: Fear of Missing Out, Self-Esteem, Adolescents**

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b>	<b>v</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	6
<b>BAB II</b>	<b>7</b>
<b>KAJIAN PUSTAKA <i>FEAR OF MISSING OUT</i>, <i>SELF-ESTEEM</i>, DAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep <i>Fear of Missing Out</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Fear of Missing Out</i>	9
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Fear of Missing Out</i>	10
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Fear of Missing Out</i>	11
2.1.4 Dampak <i>Fear of Missing Out</i> terhadap Remaja	12
2.1.5 Perkembangan <i>Fear of Missing Out</i>	13
2.1.6 Cara mengukur <i>Fear of Missing Out</i>	14
2.1.7 Upaya mereduksi <i>Fear of Missing Out</i>	14
2.2 Konsep <i>Self-Esteem</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Self-Esteem</i>	16
2.2.2 Tingkatan <i>Self-Esteem</i> dan Karakteristiknya	17
2.2.3 Aspek-Aspek <i>Self-Esteem</i>	18

2.2.4	Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Self-Esteem</i> -----	19
2.2.5	Dampak <i>Self-Esteem</i> pada Remaja-----	20
2.3	Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> dengan <i>Self-Esteem</i> -----	21
2.4	Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial untuk Mereduksi <i>Fear of Missing Out</i> dengan Mengembangkan <i>Self-Esteem</i> -----	21
2.4.1	Konsep Bimbingan dan Konseling-----	21
2.4.2	Definisi Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial-----	22
2.4.3	Tujuan Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial -----	23
2.4.4	Penyusunan Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial ---	24
2.5	Penelitian Terdahulu-----	26
2.6	Posisi Teoritis Penelitian-----	28
<b>BAB III-----</b>		<b>30</b>
<b>METODE PENELITIAN -----</b>		<b>30</b>
3.1	Desain Penelitian-----	30
3.2	Partisipan Penelitian -----	30
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian -----	30
3.4	Definisi Operasional Variabel -----	31
3.5	Instrumen Penelitian-----	32
3.5.1	Kisi-Kisi Instrumen -----	33
3.5.2	Uji Coba Alat Pengumpul Data-----	35
3.6	Kisi-kisi Instrumen Setelah <i>Judgement</i> dan Uji Coba -----	38
3.7	Prosedur Penelitian -----	40
3.8	Teknik Analisis Data -----	41
3.8.1	Verifikasi Data-----	41
3.8.2	Kategorisasi Data-----	41
3.8.3	Uji Korelasi-----	44
3.9	Rencana Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial -----	45
<b>BAB IV-----</b>		<b>46</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN -----</b>		<b>46</b>
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian -----	46
4.1.1	Gambaran Umum <i>Fear of Missing Out</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021 -----	46
4.1.2	Gambaran Umum Aspek <i>Fear of Missing Out</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021 -----	47

4.1.3	Gambaran Umum <i>Self-Esteem</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	48
4.1.4	Gambaran Umum Aspek <i>Self-Esteem</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	48
4.1.5	Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> dengan <i>Self-Esteem</i> Remaja Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	49
4.2	Pembahasan	51
4.2.1	Gambaran Umum <i>Fear of Missing Out</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	51
4.2.2	Gambaran Umum <i>Self-Esteem</i> Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	53
4.2.3	Hubungan <i>Fear of Missing Out</i> dengan <i>Self-Esteem</i> Remaja Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021	55
4.3	Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial	58
4.3.1	Rasional	58
4.3.2	Dasar Hukum	59
4.3.3	Visi dan Misi	59
4.3.4	Deskripsi Kebutuhan	60
4.3.5	Tujuan	62
4.3.6	Komponen Program	63
4.3.7	Bidang Layanan	64
4.3.8	Rencana Operasional ( <i>Action Plan</i> )	65
4.3.9	Pengembangan Tema/Topik	67
4.3.10	Rencana Evaluasi, Pelaporan, dan Tindak Lanjut	67
4.3.11	Sarana dan Prasarana	69
4.3.12	Anggaran Biaya	69
4.4	Keterbatasan Penelitian	69
<b>BAB V</b>		<b>71</b>
<b>KESIMPULAN DAN REKOMENDASI</b>		<b>71</b>
5.1	Kesimpulan	71
5.2	Rekomendasi	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		<b>73</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>		<b>79</b>
<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS</b>		<b>136</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> .....	33
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen <i>Self-Esteem</i> .....	34
Tabel 3.4 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> .....	36
Tabel 3.5 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen <i>Self-Esteem</i> .....	36
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> .....	37
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Self-Esteem</i> .....	37
Tabel 3.8 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas .....	37
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen .....	38
Tabel 3.10 Kisi-kisi Instrumen <i>Fear of Missing Out</i> (Setelah Uji Coba) .....	38
Tabel 3.11 Kisi-kisi Instrumen <i>Self-Esteem</i> (Setelah Uji Coba) .....	39
Tabel 3.12 Rata-Rata dan Standar Deviasi FoMO.....	41
Tabel 3.13 Interpretasi Kategori <i>Fear of Missing Out</i> .....	42
Tabel 3.14 Rata-Rata dan Standar Deviasi <i>Self-Esteem</i> .....	43
Tabel 3.15 Interpretasi Kategori <i>Self-Esteem</i> .....	43
Tabel 4.1 Gambaran Umum <i>Fear of Missing Out</i> Peserta Didik.....	46
Tabel 4.2 Gambaran Umum Aspek <i>Fear of Missing Out</i> Peserta Didik .....	47
Tabel 4.3 Gambaran Umum <i>Self-Esteem</i> Peserta Didik .....	48
Tabel 4.4 Gambaran Umum Aspek <i>Self-Esteem</i> Peserta Didik .....	48
Tabel 4.5 Koefisien Korelasi <i>Fear of Missing Out</i> dan <i>Self-Esteem</i> .....	49
Tabel 4.6 Klasifikasi Koefisien Korelasi .....	50
Tabel 4.7 Deskripsi Kebutuhan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021 .....	61
Tabel 4.8 Tujuan Program Bimbingan dan Konseling.....	62
Tabel 4.9 Rencana Operasional Bimbingan dan Konseling Kelas X SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2020/2021 .....	65
Tabel 4.10 Pengembangan Tema/Topik Program Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 1 Garut .....	67
Tabel 4.11 Evaluasi Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran A. Administrasi Penelitian

1. Surat keterangan pengangkatan dosen.....	81
2. Surat keterangan izin mengadakan penelitian.....	82
3. Surat keterangan telah mengadakan penelitian.....	83
4. Lembar bimbingan skripsi.....	84
5. Surat rekomendasi ujian sidang.....	86
6. Surat rekomendasi uji plagiarisme.....	87
7. Surat penerjemah balai bahasa.....	98

### Lampiran B. Instrumen Penelitian

1. Instrumen <i>fear of missing out</i> setelah uji kelayakan.....	90
2. Instrumen <i>self-esteem</i> setelah uji kelayakan.....	92

### Lampiran C. Data Hasil Penelitian

1. Data penelitian.....	95
2. Pengolahan data statistik.....	105
3. Uji validitas.....	106
4. Uji reliabilitas.....	111
5. Uji Korelasi.....	112

### Lampiran D. Program

1. Program.....	114
2. RPLBK.....	126

## DAFTAR PUSTAKA

- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research (JBER)*, 14(1), 33-44.
- Agcihan, E. (2017). Fear of Missing Out at Adolecences and Academic Burn Out and School Drop Outs in Turkey. *Turkish Online Journal of Educational Technology*. TOJET, 16(1).
- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMo) Pada Remaja Kota Samarinda. *Psikostudia J. Psikol*, 7(2), 38.
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in human behavior*, 49, 111-119.
- Alt, D. (2017). Students' social media engagement and fear of missing out (FoMO) in a diverse classroom. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(2), 388-410.
- Alutaybi, A., Al-Thani, D., McAlaney, J., & Ali, R. (2020). Combating Fear of Missing Out (FoMO) on Social Media: The FoMO-R Method. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6128.
- Ambarita, W. N. (2017). *Fear of Missing Out Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert* (Skripsi, Universitas Negeri Semarang).
- Arikunto, S. (2015). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Axis. (2018). *A Parent's Guide to FOMO*. USA: David C. Cook.
- Barry, C. T., & Wong, M. Y. (2020). Fear of missing out (FoMO): A generational phenomenon or an individual difference?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(12), 2952-2966.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8.
- Biro, Frank M., et al. "Self-esteem in adolescent females." *Journal of Adolescent Health* 39.4 (2006): 501-507.
- Bloemen, N., & Coninck, D. D. (2020). Social Media and Fear of Missing Out in Adolescents: The Role of Family Characteristics. *Social Media+ Society*, 6(4), 2056305120965517.
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, 66, 248-255.

- Casale, S., Lecchi, S., & Fioravanti, G. (2015). The association between psychological well-being and problematic use of Internet communicative services among young people. *The Journal of psychology*, 149(5), 480-497.
- Chassiakos, Y. L. R., & Stager, M. (2020). Current trends in digital media: How and why teens use technology. In *Technology and Adolescent Health* (pp. 25-56). Academic Press.
- Cooley, C. H. (1902). Looking-glass self. *The production of reality: Essays and readings on social interaction*, 6, 126-128.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: 9<sup>th</sup> Ed.* Boston: Cengage Learning.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: H Freeman and Company.
- Coskun, S., & Muslu, G. K. (2019). Investigation of problematic mobile phones use and fear of missing out (FoMO) level in adolescents. *Community mental health journal*, 55(6), 1004-1014.
- Daryanto., Farid, M. (2015) *Bimbingan dan Konseling: Panduan Guru BK dan Guru Umum*. Yogyakarta: Gava Media.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Desmita. 2016. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosda.
- Drummond, R. J., & Jones, K. D. (2010). *Assessment Procedures for Counselors and Helping Professionals*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D., & Yang, H. (2020). Depression, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive behaviors*, 105, 106335.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516.
- Elison, N. B., Stenfield, C., & Lampe, C. The benefits of Facebook “friends”: Social capital and college students’ use of social network sites. *Journal of Computer mediated communication*, 12(4).
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106364.
- Farwati, K. (2020). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Fear Of Missing Out Pada Remaja Pengguna Instagram* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang).

- Fathadhika, S. (2018). Social Media Engagement Sebagai Mediator Antara Fear Of Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(3), 208-215.
- Feist, J., Feist G.J. (2008). *Theories of Personality*. USA: McGraw-Hill Companies.
- Ghufron, M. N., Risnawita, R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Globalwebindex. (2018). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2019*.
- Guindon, M. H. (2002). Toward accountability in the use of the self-esteem construct. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 204-214.
- Hidayati, N. W. (2016). Hubungan harga diri dan konformitas teman sebaya dengan kenakalan remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2).
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., & Young, J. (2018). No more FOMO: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751-768.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- İşman, A. (2017). Turkish Online Journal of Educational Technology. *TOJET*, 16(1).
- Jan, M., Soomro, S., & Ahmad, N. (2017). Impact of social media on self-esteem. *European Scientific Journal*, 13(23), 329-341.
- Julianingsih, T. (2019). *Hubungan Antara Locus of Control Dan Fear Of Missing Out Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Penggemar Korean Wave* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- JWT-Intelligence. (2011). *Fear of missing out (FOMO)*. New York: JWTIntelligence.
- JWT-Intelligence. (2012). *Study: The FOMO Gender Gap*. New York: JWTIntelligence
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan konseling sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 17(4), 447-454.
- Lawrence, D. (2006). *Enhancing Self-Esteem in the Classroom 3<sup>rd</sup> ed.* California: SAGE Publications Ltd.
- Liu, C., & Ma, J. L. (2019). Adult Attachment Orientations and Social Networking Site Addiction: The Mediating Effects of Online Social Support and the Fear of Missing Out. *Frontiers in psychology*, 10, 2629.
- Luhtanen, R. K., & Crocker, J. (2005). Alcohol Use in College Students: Effects of Level of Self-Esteem, Narcissism, and Contingencies of Self-Worth. *Psychology of Addictive Behaviors*, 19(1),

- Maharsi, C. M. K. A. (2004). Peran harga diri terhadap asertivitas remaja penyalahguna narkoba (Penelitian pada Remaja Penyalahguna Narkoba di Tempat-tempat Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba). *Jurnal Psikologi Vol, 2*(1), 49.
- McGinnis, P. (2004). *Social Theory at HBS: McGinnis' Two FOs*. <https://harbus.org/2004/social-theory-at-hbs-2749/>. (diakses tanggal 21 Oktober 2020).
- Miller, D. Moran, T. (2012) *Self-esteem: A Guide for Teachers*. California: SAGE Publications Ltd.
- Mruk, C. J. (2013). *Self-esteem and positive psychology: Research, theory, and practice*. Springer Publishing Company.
- Mudrikah, C. (2019). *Hubungan antara sindrom FOMO (fear of missing out) dengan kecenderungan nomophobia pada remaja* (Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Murphy, S. (2013). *Report: 56% of Social Media Users Suffer from FOMO*. <https://mashable.com/2013/07/09/fear-of-missing-out/>. (diakses tanggal 27 Februari 2020).
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence, 55*, 51-60.
- Paxton, S. J., Neumark-Sztainer, D., Hannan, P. J., & Eisenberg, M. E. (2006). Body dissatisfaction prospectively predicts depressive mood and low self-esteem in adolescent girls and boys. *Journal of clinical child and adolescent psychology, 35*(4), 539-549.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*(4), 1841-1848.
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 5*(1), 29-44.
- Rosenberg, Morris (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology, 101*860.
- Salim, F., Rahardjo, W., Tanaya, T., & Qurani, R. (2017). Are self-presentation of instagram users influenced by friendship-contingent self-esteem and fear of missing out. *Makara Hubs Asia, 21*, 70-82.

- Santika, M. G. (2015). *Hubungan antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan kecanduan internet (Internet Addiction) pada remaja di SMAN 4 Bandung* (Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Santrock, J.W. (2012). *Life – Span Development Edisi Ketigabelas Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock. (2007). *Perkembangan Anak. Jilid 1 Edisi kesebelas*. Jakarta: PT Erlangga.
- Satria, S. (2019). *Pengaruh Self-esteem terhadap Fear of Missing Out (FoMO) pada remaja yang menggunakan SNS* (Skripsi, Universitas Andalas).
- Serrano, M. T. (2020). Fear of missing out (FoMO) and Instagram use: Analysis of the relationships between narcissism and self-esteem. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 38(1).
- Sherlyanita, A. K., & Rakhmawati, N. A. (2016). Pengaruh dan pola aktivitas penggunaan internet serta media sosial pada siswa SMPN 52 Surabaya. *Journal of Information Systems Engineering and Business Intelligence*, 2(1), 17-22.
- Sianipar, N. A., & Kaloeti, D. V. S. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan fear of missing out (fomo) pada mahasiswa tahun pertama fakultas psikologi universitas Diponegoro. *Empati*, 8(1), 136-143.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, U. (2015). *Manajemen Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rizqi Press.
- Tazghini, S., & Siedlecki, K. L. (2013). A mixed method approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 827-832.
- Thalib. (2010). *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif*. Jakarta: Kencana
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1990). Self-esteem, self-handicapping, and self-presentation: The strategy of inadequate practice. *Journal of Personality*, 58(2), 443-464.
- Tomczyk, Ł., & Selmanagic-Lizde, E. (2018). Fear of Missing Out (FOMO) among youth in Bosnia and Herzegovina—Scale and selected mechanisms. *Children and Youth Services Review*, 88, 541-549.
- Tresnawati, F. R. (2016). 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.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health,

- criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental psychology*, 42(2), 381.
- Tunc-Aksan, A., & Akbay, S. E. (2019). Smartphone Addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559-566.
- Uram, P., & Skalski, S. (2020). Still Logged in? The Link Between Facebook Addiction, FoMO, Self-Esteem, Life Satisfaction and Loneliness in Social Media Users. *Psychological Reports*, 0033294120980970.
- Wang, P., Xie, X., Wang, X., Wang, X., Zhao, F., Chu, X., ... & Lei, L. (2018). The need to belong and adolescent authentic self-presentation on SNSs: A moderated mediation model involving FoMO and perceived social support. *Personality and Individual Differences*, 128, 133-138.
- Wangge, B. D., & Hartini, N. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 1-6.
- Watie, E. D. S. (2016). Komunikasi dan media sosial (communications and social media). *Jurnal The Messenger*, 3(2), 69-74
- Yusuf, S. (2009). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press.
- Yusuf, S. (2017). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif*. Bandung: Refika Aditama.