PROSIDING

Seminar Nasional & Call Paper
Psikologi Sosial 2019

PSIKOLOGI SOSIAL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: PELUANG & TANTANGAN

Malang, 4 Mei 2019
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MALANG

Cover Halaman Identitas

JUDUL	PENYUSUN
MENINJAU ULANG KAJIAN PSIKOLOGI SOSIAL SI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: TANTANGAN EPISTEMOLOGI	Rahkman Ardi
APLIKASI PSIKOLOGI SOSIAL TERHADAP PERILAKU PENGGUNAAN INTERNET	Fattah Hanurawan
TAHAPAN PEMBUKTIAN KASUS PEMBUNUH PSIKOTIK WISCONSIN "EDWARD GEIN" DALAM PENGAPLIKASIAN DI INDONESIA	Ainun Jaryah Bahrir
PERBEDAAN PERILAKU BULLYING SISWA YANG IKUT BELADIRI DAN TIDAK IKUT BELADIRI	Stepanus Kewaama Ruron
FAKTOR PENYEBAB AGRESIVITAS VERBAL ANAK USIA DINI YANG BERSEKOLAH DI DAERAH PESISIR BANGKALAN	Dewi Mayangsari , Fadilah Yuliandari
STRATEGY MENGATASI PERILAKU DELINKUENSI PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)	Indarto Imam Budoyo, Suryanto
STUDI KASUS PENERIMAAN DIRI PADA PELAKU PELANGGARAN LALU LINTAS YANG MENGAKIBATKAN KORBAN MENINGGAL DUNIA DI LEMBAGA PERMASYARAKATAN LOWOKWARU KOTA MALANG	Intan Dwi Setia Rusiana, Pravissi Shanti
ORIENTASI "POLIGAMI" (POLITIK GENERASI MILLENIAL) DALAM MENGAHADAPI PESTA DEMOKRASI 2019	Deni Zein Tarsidi, Ichsan Sukma Nugraha, Firda Fadhilah, Gita Pertiwi
FAKTOR PEMBENTUK PERILAKU BODY SHAMING DI MEDIA SOSIAL	Eva Nur Rachmah, Fahyuni Baharuddin
PENGARUH PELATIHAN TEAM WORK TERHADAP KINERJA AWAK KAPAL SELAM TNI AL	Jaka Yulana Sani Saputra
HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK PEKERJAAN DENGAN WORK ENGAGEMENT PADA KARYAWAN PT. X	Cevrela Fani Yasintasari, Olievia Prabandini Mulyana
PERAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN KINERJA KARYAWAN	Wahyu Hidayah
HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP REGULASI DIRI DAN FEAR OF MISSING OUT	Danan Satriyo Wibowo, Ratna Nurwindasari
PENGARUH PELAKU CROWDFUNDING TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL	Ni Kadek Ayu Mas Yoca Hapsari, Angga Yuni Mantara
KOMUNIKASI INTERPERSONAL REMAJA YATIM DI PANTI ASUHAN HIDAYATUSH SHIBYAN SURABAYA	Triana Rosalina Noor
MODEL PENGASUHAN KELUARGA DALAM MENGURANGI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA ANAK	Sukianti Ryan Andhika Putra, Suryanto, Adnani Budi Utami
PENERIMAAN DIRI DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA LANSIA DI PANTI WERDHA	Fahrizal Idham Priadana, Dwi Sarwindah
PROBLEMATIKA SOSIAL MAHASISWA DI UNIVERSITAS NEGERI MALANG DITINJAU DARI PERSPEKTIF PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL	Aji Bagus Priyambodo, Hendi Setyawan
KONFORMITAS MAHASISWA ASAL TIMOR LESTE	Arlinda Cornelio Barros De Jesus Silva

EDITORIAL TEAM

EDITOR-IN-CHIEF

mrs tutut chusniyah, Universitas Negeri Malang, Indonesia

EDITORIAL BOARDS

Ahmad M. Diponegoro, SINTA ID : 6194138 | Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia
Mohammad Bisri, SINTA ID: 6029797 | Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang, Indonesia
Ika Andrini Farida, Sinta ID: 6181670 | Universitas Negeri Malang

EDITORIAL OFFICE

Rakhmaditya Dewi Noorrizki, Journal Manager, Universitas Negeri Malang
Yudi Tri Harsono, Proof Reading & Grammatical Read Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang, Indonesia
Mochammad Sa'id, Faculty of Psychology Education, State University of Malang, Indonesia
Gebi Angelina Zahra, Ceria Hati, Indonesia
Bima Arya Kuswirawan, Layout Editor | Ceria Hati, Indonesia

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

Danan Satriyo Wibowo
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember
danansatriyo@unmuhjember.ac.id

Ratna Nurwindasari
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember
deratna.ugra@gmail.com

Abstrak

Perkembangan dunia digital beberapa tahun terakhir ini mengalami pertumbuhan yang sangat pesat. Munculnya berbagai *platform* media sosial semakin memudahkan manusia untuk selalu terhubung dengan teman maupun orang asing di belahan dunia lain. *Platform* media sosial yang saat ini menjadi penggunanya meningkat tajam adalah Instagram, dimana penggunanya mencapai 45 juta orang di seluruh Indonesia. Instagram dengan berbagai fiturnya memudahkan pengguna untuk membagikan tulisan, foto maupun video pendek. Hal inilah yang membuat pengguna Instagram dengan mudah bisa mengikuti setiap aktivitas yang dibagikan oleh teman-temannya. Keinginan untuk selalu terhubung dan melihat aktivitas teman maupun orang lain memunculkan kecemasan dalam diri individu apabila orang lain memiliki pengalaman yang dianggap lebih berharga dibandingkan dengan dirinya *(fear of missing out).* Intensitas membuka Instagram di mana saja dan kapan saja ini seringkali membuat individu kehilangan kontrol pada dirinya sehingga seringkali mengganggu aktivitas-aktivitas lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dengan regulasi diri dan *fear of missing out* pada mahasiswa Psikologi Universitas X. Metodologi menggunakan pendekatan kuantitatif korelasi, dengan penentuan sampel *purposive sampling* terhadap 150 mahasiswa pengguna Instagram. Hasil penelitian tidak terdapat hubungan yang signifikan intensitas penggunaan instagram terhadap regulasi diri (nilai *sig. F change* sebesar 0.226 dan nilai R = 0.099), dan tidak ada hubungan yang signifikan intensitas penggunaan instagram terhadap *fear of missing out* (nilai *sig. F change* sebesar 0.085 dan nilai R = 0.141).
Kata kunci : intensitas, instagram, regulasi diri, *fear of missing out.*

Abstract

The development of the digital world in recent years has experienced very rapid growth. The emergence of various social media platforms makes it easier for humans to always connect with friends and strangers in other parts of the world. The social media platform that is currently becoming a user is increasing sharply, Instagram, where its users reach 45 million people throughout Indonesia. Instagram with various features makes it easy for users to share short posts, photos, and videos. This is what makes Instagram users easily be able to follow every activity shared by their friends. The desire to always be connected and see the activities of friends and other people raises anxiety in the individual if another person has an experience that is considered more valuable than himself (fear of missing out). The intensity of opening Instagram anywhere and anytime often makes individuals lose control of themselves so often interfere with other activities. This study aims to determine the relationship between the intensity of Instagram usage with self-regulation and fear of missing out on Psychology students of University X. The methodology uses a quantitative correlation approach, with purposive sampling of 150 students using Instagram users. The results of the study showed no significant relationship between the intensity of Instagram usage on self-regulation (sig. F change value was 0.226 and R-value = 0.099), and there was no significant relationship between intensity of Instagram use for fear of missing out (sig. F change value of 0.085 and the value of R = 0.141).
Keywords: intensity, Instagram, self-regulation, fear of missing out.

Perkembangan dunia digital beberapa tahun terakhir ini mengalami pertumbuhan yang sangat pesat. Melalui survey yang di rilis di tahun 2018 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) ditahun 2017 pengguna internet di Indonesia mencapai 143,26 juta jiwa atau setara 54,7 persen dari total populasi di Indonesia. Hal ini bisa diartikan lebih dari separuh jumlah penduduk Indonesia sudah tidak asing dengan dunia digital dan secara aktif menggunakan internet dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu konten yang paling diminati dan paling sering diakses adalah konten media sosial. Survey yang dilakukan pada tahun 2018 oleh Ictwatch menunjukkan rata-rata orang mengakses internet hampir 9 jam dalam sehari, dan sebagian besar digunakan untuk mengakses media sosial.

Media sosial menyita perhatian pengguna internet karena memungkinkan penggunanya untuk membagikan foto, video ataupun cerita kepada orang lain secara online. Media sosial juga memudahkan seseorang uuntuk selalu terhubung dengan orang lain di belahan dunia manapun. Data dari We are social Hootsuite yang dikutip oleh katadata.co.id (2019) menunjukkan bahwa jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia pada januari 2019 meningkat tajam dengan jumlah 150 juta yaitu 56 % dari seluruh populasi Indonesia. Data ini meningkat 20% dari data sebelumnya dan pengguna media sosial mobile berjumlah 130 juta jiwa atau sekitar 48% dari jumlah penduduk Indonesia. Instagram adalah media sosial ketujuh yang penggunanya paling banyak di dunia dengan jumlah 800 juta pengguna dan Indonesia adalah negara ketiga pengguna Instagram terbesar di dunia setelah Amerika Serikat dan Brasil.

Pengguna Instagram di Indonesia mencapai jumlah 55 juta orang, dan merupakan media sosial keempat yang paling banyak penggunanya setelah Youtube, Facebook dan Whatsapp. Melalui Instagram, seseorang bisa membagikan foto dan video pendek dengan harapan orang lain yang melihat akan suka, peduli, perhatian, berkomentar dan bahkan memuji postingannya. Fitur lain yang ditawarkan oleh Instagram adalah Instastory dan Instagram Live, membuat pengguna Instagram dengan mudah bisa mengikuti setiap aktivitas yang dibagikan oleh teman-temannya. Hal inilah yang penulis temukan dalam data awal melalui metode wawancara pada 5 orang mahasiswa Psikologi Universitas X yang berusia 19-20 tahun. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ditemukan intensitas tinggi penggunaan media sosial Instagram pada malam hingga menjelang dini hari dan intensitas ini akan semakin meningkat di akhir pekan. Melalui instagram mahasiswa banyak menghabiskan waktu untuk melihat postingan foto, video maupun Instastory yang dibagikan oleh teman maupun public figure ataupun untuk mengetahui hal-hal yang sedang viral di media sosial. Bahkan tidak jarang juga dilakukan pada saat mengerjakan tugas kuliah, diskusi kelompok di dalam kelas maupun saat perkuliahan sedang berlangsung. Del Bario (Laila,2014 dalam Timbung, 2017) menyatakan intensitas penggunaan media sosial meliputi tingkat kualitas dan kuantitas. Aspek-aspek intensitas penggunaan media sosial meliputi perhatian (attention), penghayatan (comprehension), durasi (duration) dan frekuensi (frequency). Dalam penelitian ini, yang diukur adalah durasi dan frekuensi mengakses media sosial Instagram dalam waktu tertentu.

Keinginan untuk selalu terhubung dan melihat aktivitas teman maupun orang lain inilah yang sering kali memunculkan kecemasan dalam diri individu apabila orang lain memiliki pengalaman yang dianggap lebih berharga dibandingkan dengan dirinya atau yang disebut dengan fear of missing out. Fear of Missing Out atau FOMO adalah perasaan tidak nyaman atau merasa kehilangan sebagai akibat dari mengetahui aktivitas yang dilakukan orang lain, dan merasa bahwa aktivitas tersebut lebih menyenangkan, lebih berharga daripada aktivitasnya (Abel, Buff & Burr, 2016). FOMO dikarakteristikan dengan keinginan untuk selalu terhubung dengan aktivitas yang dilakukan oleh orang lain (Przybylski, Murayama, DeHaan & Gladwell, 2013). Dengan kata lain FOMO adalah keinginan untuk selalu ingin mengikuti aktivitas-aktivitas orang lain yang diposting di media sosial, dan kecenderungan untuk selalu membandingkan kehidupan orang lain dengan kehidupannya.

FOMO juga seringkali dihubungkan dengan karakteristik masalah emosional dengan melibatkan media sosial (Przybylski, Murayama, DeHaan & Gladwell, 2013). Individu dengan FOMO juga cenderung mudah cemas, mudah marah dan akan merasa inferior atau superior ketika melihat media sosial (JWT Intelligence, 2012). Hal ini

dikarenakan individu merasa jika orang lain memiliki kehidupan yang lebih berharga dan menyenangkan dengan dirinya sehingga muncul perasaan tidak berharga dan tidak puas dengan kehidupannya sendiri. FOMO juga mengakibatkan seseorang berusaha untuk bisa "sama" dengan yang orang lain posting di media sosial baik itu dalam hal aktivitas, pengalaman maupun barang-barang yang dimiliki. Salah satu contoh semakin kuatnya FOMO yang dirasakan oleh seseorang bisa memberikan tekanan pada dirinya untuk memutuskan membeli barang-barang yang dirasa lebih baik atau lebih mahal dibandingkan dengan barang yang dimiliki temannya karena tidak mau melewatkan kesempatan untuk menunjukkan kemampuannya yang lebih dari orang lain (Abel, Buff & Burr, 2016).

FOMO pada seseorang juga diidentikkan dengan perasaan kesepian dan kebosanan dengan hidup yang sedang dijalaninya dan merupakan indikasi kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi dalam diri seseorang sehingga muncul perasaan tidak bahagia. FOMO merupakan fenomena yang cukup memprihatinkan karena keberadaaanya membuat individu terdistraksi oleh stimulus-stimulus yang dipaparkan oleh penggunaan dunia digital saat ini (Sianipar & Kaloeti, 2019). Stimulus-stimulus dari tingginya intensitas penggunaan media sosial tersebut salah satunya dikarenakan rendahnya regulasi diri yang dimiliki individu. Hal ini diperkuat oleh Wang, Lee & Hua 2014 (Sianipar & Kaloeti, 2019) yang menyebutkan bahwa perasaan yang terganggu dan regulasi diri yang kurang memiliki pengaruh positif ketergantungan dengan media sosial.

Miller dan Brown, 1991 (Soerjoatmodjo, 2019) merumuskan pengertian regulasi diri sebagai kemampuan individu menumbuhkan, menerapkan dan secara fleksibel terus mempertahankan perilaku terencananya guna meraih sasaran. Proses regulasi diri melibatkan 4 proses penting yaitu, membuat rencana, memonitor rencana, melakukan kontrol agar sesuai rencana dengan dan melakukan refleksi (Erickson & Noonan, 2016). Menurut Bandura (Alwisol, 2009) akan terjadi strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Strategi reaktif dipakai untuk mencapai tujuan, namun ketika tujuan hampir tercapai strategi proaktif menentukan tujuan baru yang lebih tinggi. Orang memotivasi dan membimbing tingkah lakunya sendiri melalui strategi proaktif, menciptakan ketidakseimbangan, agar dapat memobilisasi kemampuan dan usahanya berdasarkan antisipasi apa saja yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan (Alwisol, 2009). Data awal yang diperoleh selama proses wawancara ditemukan bahwa mahasiswa seringkali tidak bisa mengontrol keinginan untuk selalu terkoneksi dengan media sosial sehingga seringkali mereka tidak sadar telah menghabiskan waktu selama berjam-jam hanya untuk memperhatikan postingan-postingan di media sosial. Ditemukan pula apabila kadang-kadang, mereka segera ingin menyelesaikan tugas-tugas kuliah agar segera bisa kembali ke media sosialnya dan rupanya hal ini berakibat pada kurang berkualitasnya hasil tugas-tugas kuliahnya. Mereka juga mengungkapkan media sosial merupakan salah satu bentuk hiburan di sela-sela tugas-tugas kuliah, sehingga jika merasa penat dengan berbagai tugas perkuliahan dan media sosial adalah pelarian dari hal tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dengan regulasi diri dan fear of missing out pada mahasiswa Psikologi Universitas X. Penelitian ini melibatkan mahasiswa aktif Psikologi Universitas X sebagai subyek penelitian. Hal ini disesuaikan hasil survey dari JWT Intellegence, 2012 (dalam Sianipar & Kaloeti, 2019) yang mengatakan bahwa usia 18-34 tahun adalah usia yang memiliki level FOMO tertinggi dibandingkan usia 13-17 tahun atau yang disebut millennial remaja (teen millennial), usia 35-47 tahun (generasi X) dan juga usia 48-67 tahun atau yang lebih dikenal dengan generasi baby boomers. Dalam penelitian ini intensitas yang akan diukur adalah penggunaan Instagram sebuah aplikasi media sosial yang digunakan untuk berbagi foto atau video (Timbung dalam Moreau, 2017). Intensitas penggunaan Instagram pada penelitian ini diukur berdasarkan durasi dan frekuensi membuka aplikasi Instagram.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korerasional, yaitu mengkaji tentang hubungan intensitas penggunaan instagram dengan regulasi diri dan fear of missing out yang nantinya akan dianalisa bagaimana hubungan antar variabel, sehingga dapat di jelaskan hubungan yang terjadi antar variabel penelitian dalam hal ini hubungan intensitas penggunaan Instagram dengan regulasi diri dan fear of missing out. Sampel penelitian sebanyak 150 mahasiswa menggunakan teknik penentuan sampling purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala

psikologi intensitas yang diadaptasi dari Tubbs & Moss, skala psikologi regulasi diri yang diadaptasi dari skala regulasi diri dari Gaumer Erickson & Noonan (2016)., dan skala psikologi FOMO yang diadaptasi dari skala Fear of Missing Out dari Przybylski, Murayana, DeHann & Gladwell (2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil olah data dan uji statistik ditemukan bahwa fear of missing out pada mahasiswa Psikologi di Universitas X berada pada kategori sedang sebanyak 56 mahasiswa (37,33%), tinggi sebanyak 46 Mahasiswa (30,67%), dan kategori rendah sebanyak 48 Mahasiswa (32%). Sedangkan pada variabel regulasi diri berada pada kategori sedang sebanyak 62 Mahasiswa (41,33%), kategori tinggi sebanyak 42 Mahasiswa (28%), dan kategori rendah sebanyak 46 Mahasiswa (30,67). Intensitas penggunaan Instagram pada mahasiswa Psikologi di Universitas X berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 60 mahasiswa (40%), kategori tinggi sebanyak 44 mahasiswa (29,33%), dan kategori rendah sebanyak 46 (30,67%). Hasil uji korelasi intensitas penggunaan instagram terhadap regulasi diri dan regulasi diri diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Hubungan intensitas penggunaan instagram dan regulasi diri

Correlations

		Intensitas	Regulasi diri
Intensitas	Pearson Correlation	1	.099
	Sig. (2-tailed)		.226
	N	150	150
Regulasi diri	Pearson Correlation	.099	1
	Sig. (2-tailed)	.226	
	N	150	150

Tabel 1 menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan instagram terhadap regulasi diri, karena nilai sig. F change > dari 0.05, hal ini dapat di lihat dari nilai sig. F change sebesar 0.226 dan nilai R = 0.099 yang berarti derajad hubungannya adalah berada di interval 0.00 – 0.20, yang berarti derajad hubungannya adalah tidak ada korelasi. Sehingga dapat diambil keputusan bahwa intensitas penggunaan instagram tidak memiliki korelasi terhadap regulasi diri, hal ini dikarenakan frekuensi dan durasi dari penggunaan instagram dikalangan mahasiswa Universitas X masih dalam kategori sedang. Dalam hal ini frekuensi membuka instagram hanya dilakukan jika ada waktu senggang dan tersedianya jaringan yang memadai, sedangkan durasi lamanya membuka instagram masih dalam kategori sedang (wajar), yaitu tidak lebih dari 30 menit setiap sekali membuka dan membaca instastory dalam instagram. Kondisi ini menjelaskan bahwa intensitas tidak memberikan kontribusi yang signifikan dalam pembentukan regulasi diri.

Tabel 2. Hubungan Intensitas Terhadap Fear Of Missing Out

Correlations

		Intensitas	Fomo
Intensitas	Pearson Correlation	1	.141
	Sig. (2-tailed)		.085
	N	150	150
Fomo	Pearson Correlation	.141	1
	Sig. (2-tailed)	.085	
	N	150	150

Tabel 2 menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan instagram terhadap fear of missing out, karena nilai sig. F change > dari 0.05, hal ini dapat di lihat dari nilai sig. F change sebesar 0.085 dan nilai R = 0.141 yang berarti derajad hubungannya adalah berada di interval 0.00 – 0.20, yang berarti derajad hubungannya adalah tidak ada korelasi. Sehingga dapat diambil keputusan bahwa intensitas penggunaan instagram tidak memberikan hubungan yang signifikan terhadap fear of missing out, hal ini dikarenakan frekuensi dalam membuka instagram berada dalam kategori yang wajar, sehingga kecemaasan yang di timbulkan oleh frekuensi membuka Instagram untuk melihat postingan orang lain dan melihat instastory tidak terlalu signifikan memberikan pengaruh atas munculnya fear of missing out. Durasi melihat postingan dan melihat Instastory yang masih dalam kategori sedang juga tidak membentuk munculnya fear of missing out bagi mahasiswa, hal ini dikarenakan melihat Instagram hanya sebagai referensi bagi mahasiswa terkait perkembangan informasi yang sedang viral dikalangan remaja. Hal ini tidak sesuai dengan

penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Timbung pada tahun 2017.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat di tarik suatu kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan dari intensitas penggunaan instagram terhadap regulasi diri dan fear of missing out pada mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas X. Hal ini memberikan gambaran bahwa intensitas dalam membuka Instagram untuk melihat postingan orang lain dan membaca instastory tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan regulasi diri dan fear of missing out di kalangan mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas X.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji dan membahas terkait tema fear of missing out dan regulasi diri, dapat lebih mendalami pada faktor-faktor pembentukan regulasi diri dan fear of missing out, sehingga selanjutnya dapat diketahui pengaruh antara regulasi diri dan fear of missing out.Untuk penelitian selanjutnya, sebaiknya skala regulasi diri disesuaikan karakteristik subyek penelitian yang akan dijadikan sampel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Abel, J., Buff, C., Burr, S., (2016). Social Media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assesment. Journal of Business & Economics Research

Alwisol., (2017). Psikologi Kepribadian Edisi Revisi. Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.

Astrid, Esa & Ardi, Rakhman (2018). Pemburu “Like” : Efek Narsisme dan kebutuhan Rekognisi pada pengguna Instagram, Jurnal Ecopsy

Backer, E. 2010. Using Smartphone and Facebook in Major Assesment: The Student Experience. E-Journal. Australia: University of Balla

Gaumer Erickson, A.S. & Noonan, P.M., (2018). Self Regulation formative questionnaire. In The skills that matter : Teaching Interpersonal and intrapersonal competencies in any classroom (pp.177-178). Thousand Oaks, CA: Corwin.

https://databoks.katadata.co.id. (2019). Berapa pengguna media sosial di Indonesia?. Diakses pada 15 Maret 2019

JWT Intelligence. (2012). JWT: Fear of Missing Out (FOMO). Diakses 25 maret 2019

Polling Indonesa. (2016). Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Diakses 23 Maret 2019

Pratiwi, E., (2016). Faktor yang mempengaruhi niat menggunakan Instagram dengan the theory of reasoned action menggunakan Amos 21. Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI.

Przybylski, A.K, Murayama, K., DeHaan, C.R, & Gladwell, V., (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in Human Behaviour, 29, (1841-1848)

Oberst,U.,Wegmann, E., Stodt, B., & Brand, M., (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescent: The mediating role of fear of missing out. Elsevier (51-60)

Salim, F., Rahardjo, W., Tanaya, T., & Qurani, R., (2017). Are Self Presentatation of Instagram User Influenced by Friendship-Contingent Self Esteem and Fear of Missing Out?. Makara Hubs-Asia

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. Jurnal Empati (136-143)

Soerjoatmodjo, G.W.L., (2019). Regulasi Diri dan Persepsi akan dukungan sosial. Buletin Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara.

Timbung, A., & Soetjiningsih, C.H., (2017). Hubungan Antara Fear of Missing Out dengan intensitas penggunaan Media sosial Instagram pada mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana.

Tubbs, S., Sylvia, M. 1983. Human Communication Fourth Edition. United Sates: Random House, Inc.

Watie, E.D.S., (2011). Komunikasi dan Media Sosial. The Messenger Vol III

www.ictwatch.id. (2018). Cerdas paham daring, seri literasi digital. World summit on the information society. Diakses pada 28 Desember 2019.

Sertifikat

Nomor : 2.5.1/UN32.8/KM/2019

Diberikan Kepada

Danan Satriyo Wibowo, S.Sos., M.Si.

Atas Partisipasinya Sebagai

PRESENTER

Dalam Seminar Nasional & Call for Paper dengan tema : "PSIKOLOGI DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 : PELUANG & TANTANGAN" yang diselenggarakan pada tanggal 4 Mei 2019 di Aula gedung C1 Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang

Malang, 4 Mei 2019

Ketua Pelaksana

Angga Yuni Mantara, S.Psi., M.Si.
NITP. 6800201819456

Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi

Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed.
NIP. 196610061988121001