

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Rizki Setiawan, Audry Aulya, Adra Apsari, dan Lisda Sofia. "Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMO) pada Remaja Kota Samarinda." *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 7, no. 2 (Desember 2018): 38–47.
- Astuti, Chatarina Nila. "Hubungan Kepribadian Neurotisme dengan Fear of Missing Out pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 12, no. 2 (2021): 245–258.
- Ayuningtyas, Rizky Fitriannisa, dan Bambang Diby Wiyono. "Studi Mengenai Kecanduan Internet dan Fear of Missing Out (FoMO) pada Siswa di SMK Negeri 1 Driyorejo." *Jurnal BK UNESA* 11, no. 4 (2020) : 413–419.
- Bandura, Albert. "Social Cognitive Theory of Self-Regulation." *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 50, no. 2 (1991): 248–287.
- Cahyadi, Andi. "Gambaran Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) pada Generasi Z di Kalangan Mahasiswa." *Jurnal Widya Warta*, no. 2 (Juli 2021): 146–154.
- Cahyani, Bunga Firstrian Yusnia. *Pengaruh Fear of Missing Out (FoMO) dan Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Skripsi, Universitas Negeri Malang, 2024.
- Creswell, John W. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Ernisal, Fetty. *Hubungan antara Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Pengguna Media Sosial Gen Z di Daerah Khusus Jakarta*. Skripsi, Universitas Mercu Buana Jakarta Barat, 2025.
- Fajri, Zaenol. "Peran Lingkungan Sekolah terhadap Minat Belajar Siswa SD/MI." *Jurnal IKA* 7, no. 2 (Desember 2019): 110–124.
- Fitri, Hidayatul. "Pengaruh Self-Esteem terhadap Fear of Missing Out (FoMO) pada Generasi Z Pengguna Media Sosial." *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 1-21.
- JWT Intelligence. *Fear of Missing Out (FOMO)*. New York: JWT Intelligence, 2012.
- Lantaeda, Sharon Brigitte, Florence Daicy J. Lengkong, dan Joorie M. Ruru. "Peran Badan Perencanaan Pembangunan Daerah dalam Penyusunan RPJMD Kota Tomohon." *Jurnal Administrasi Publik* 4, no. 48 (2017): 1-9.

- Marsya, Thabitha, Brigitta Angie Petrawati, dan Penny Handayani. "Hubungan Fear of Missing Out dengan Subjective Well-Being Pengguna Sosial Media Dewasa Awal." *Jambi Medical Journal* 10, no. 2 (2021): 319–334.
- Mekarisce, Arnild Augina. "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 3 (2020): 145-151.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019.
- Muhlis, Hilda. *Pengaruh Regulasi Diri terhadap FoMO Pengguna Media Sosial pada Mahasiswa IAIN Parepare*. Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Parepare, 2025.
- Mulia, Rizki, Neza Suci Mardia, Difa Rahadatul Aisyie, dan Yuliana Nelisma. "Bidang Layanan Bimbingan dan Konseling." *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research* 4, no. 2 (2024): 5613–5623.
- Muyassaroh, Sitti. *Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) dan Regulasi Diri pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta Angkatan 2020*. Skripsi, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, 2024.
- Przybylski, Andrew K., Kou Murayama, Cody R. DeHaan, dan Valerie Gladwell. "Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out." *Computers in Human Behavior* 29, no. 4 (2013): 1841-1848.
- Qomaruddin, dan Halimah Sa'diyah. "Kajian Teoritis tentang Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman." *Journal of Management, Accounting, and Administration* 1, no. 2 (2024): 77-84.
- Rafif, Salsabila. *Pengaruh Regulasi Diri Akademik terhadap Online Fear of Missing Out (FoMO) Siswa SMK*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, 2024.
- Sinambela, Charly Mario Reonald. *Hubungan antara Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out Media Sosial pada Pengguna Instagram Generasi Z di Kota Medan*. Skripsi, Universitas Medan Area, 2023.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2023.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019.

- Susanti, Mery, Mori Dianto, dan Triyono. "Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 2 (2023): 13341-13346.
- Taswiyah. "Mengantisipasi Gejala Fear of Missing Out (FoMO) terhadap Dampak Social Global 4.0 dan 5.0 melalui Subjective Well-Being dan Joy of Missing Out (JoMO)." *JAWARA: Jurnal Pendidikan Karakter* 8, no. 1 (Juni 2022): 102–119.
- Vikcytyati, Meishe Agatha, dan Yuli Asmi Rozali. "Analisis Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Fear of Missing Out." *Jurnal Psychommunity Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul* (2023): 121–129.
- Wulandari, Asri. *Hubungan Kontrol Diri dengan Fear of Missing Out pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial*. Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2020.
- Yusra, Alfanny Maulany, dan Lisfarika Napitupulu. "Hubungan Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa." *Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 2, no. 2 (Desember 2022): 73–80.
- Zimmerman, Barry J. "A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning." *Journal of Educational Psychology* 81, no. 3 (1989): 329–339.
- . "Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective." Dalam *Handbook of Self-Regulation*, disunting oleh Monique Boekaerts, Paul R. Pintrich, dan Moshe Zeidner. San Diego: Academic Press, 2000.

Website

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). "Laporan Survei Internet Indonesia 2025." Diakses 26 Desember 2025. <https://survei.apjii.or.id/survei/register/48?type=free>.
- DataReportal. "Digital 2025: Indonesia." Diakses 29 Desember 2025. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-indonesia>.
- Google Maps. "MAN 2 Hulu Sungai Utara." Diakses 20 Mei 2026. <https://maps.app.goo.gl/vbuTHxdQzKBn4hWN6>.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. "Tafsir Al-Qur'an Kementerian Agama Republik Indonesia: QS. Ar-Ra'd Ayat 11." Diakses 20 Mei 2026. <https://quran.kemenag.go.id>.
- MAN 2 Hulu Sungai Utara. "Website Resmi MAN 2 Hulu Sungai Utara." Diakses 23 April 2026. <https://man2hsu.sch.id>.