

Konstruksi Skala K13 FoMO

**Jhoni Wijaya^{a*}, Putri Wulandari^b, Ahmad Arfandi^c, Nadillah Aprilyani^d,
Tri Septiana^e**

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang,

*Corresponding author

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Jl. Pangeran Ratu No.2, 5 Ulu, Kecamatan Seberang Ulu I, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30267
Indonesia

nadillah0403@gmail.com

Naskah masuk: 31 Agustus 2023

Naskah terima: 17 Oktober 2023

Naskah diterbitkan: 31 Desember 2023

Abstrak

Penggunaan media sosial TikTok secara berlebihan berisiko memberikan dampak negatif terhadap mahasiswa seperti kecanduan dan mengalami Fear of Missing Out (FoMO). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mengkonstruksi alat ukur tingkat distraksi akibat media sosial TikTok pada mahasiswa pengguna TikTok di Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah. Acuan konseptual dalam penyusunan alat ukur ini adalah skala FoMO dengan 4 dimensi. Metode penelitian menggunakan mixed method exploratory sequential. Sampel penelitian adalah 200 mahasiswa pengguna TikTok. Hasil penelitian menunjukkan 19 item valid dan reliabel untuk mengukur FoMO pada mahasiswa pengguna TikTok. Alat ukur ini diharapkan dapat mendeteksi tingkat gangguan TikTok terhadap proses belajar mahasiswa.

Kata Kunci

Pengukuran; fear of missing out; TikTok; mahasiswa

Abstract

Excessive use of TikTok social media poses negative impacts on students, such as addiction and fear of missing out (FOMO). Therefore, this study aims to explore and construct a measurement tool for the level of distraction due to TikTok social media on TikTok user students at the Faculty of Psychology, UIN Raden Fatah. The conceptual reference in preparing this measurement tool is the 4-dimensional FoMO scale. The research method uses exploratory sequential mixed methods. The research sample consisted of 200 TikTok user students. The results showed 19 valid and reliable items to measure FoMO in TikTok user students. This measurement tool is expected to detect the level of TikTok disruption of student learning processes.

Keywords

Fear of Missing Out; Measurement; TikTok; University Students

Pendahuluan

Beberapa kajian empiris mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan, khususnya TikTok, memberikan dampak negatif pada mahasiswa. Hal ini ditunjukkan melalui temuan Nursatri (2023), Husna (2023), Aisafitri dan Yusriyah (2021), serta Nursodiq (2019) yang mengidentifikasi hal serupa. Di Indonesia saat ini tersedia beragam platform media sosial yang digunakan masyarakat. Intensitas penggunaan media sosial ditentukan preferensi individu masing-masing, karena pengguna memiliki otonomi penuh untuk membuat atau bergabung dengan lebih dari satu akun media sosial serta menjalin relasi virtual tanpa batasan apa pun.

Menurut Aurelya (2021), platform media sosial yang tengah populer, berkembang pesat, dan mengalami peningkatan pengguna signifikan di Indonesia pada tahun 2020 adalah TikTok. Ketika individu terlalu intens mengakses media sosial, mereka berisiko mengalami kecanduan, perasaan membandingkan diri, kecemasan, dan ketakutan ketinggalan informasi (*Fear of Missing Out/FoMO*). FoMO didefinisikan oleh Przybylski et al. (2013) sebagai kekhawatiran seseorang bahwa orang lain tengah mengalami pengalaman menyenangkan tanpa kehadirannya, yang mendorong individu tersebut untuk senantiasa terhubung guna mengetahui aktivitas orang lain.

Di era digital saat ini, individu tentunya akan menemui kesulitan untuk melepaskan diri dari teknologi sebagai sarana komunikasi dan akses informasi, termasuk media sosial. Penggunaan teknologi ini biasanya telah dimulai sejak masa remaja. Individu yang telah memasuki masa dewasa awal diharapkan mampu beradaptasi dengan tuntutan tugas perkembangan baru, termasuk ketika memasuki perguruan tinggi dan menjadi mahasiswa. Namun, ketergantungan berlebih pada gadget dan media sosial terkadang mengganggu proses adaptasi tersebut.

Survei pendahuluan pada 8 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah mengindikasikan bahwa mereka mengalami kesulitan melepaskan diri dari gadget karena perasaan takut ketinggalan informasi dan trend baru di media sosial. Mereka juga merasa orang lain tengah mengakses konten menarik yang tidak mereka akses. Hal ini sejalan dengan dimensi FoMO menurut Sette et al. (2020), yaitu *need to belong*, *need for popularity*, *anxiety*, dan *addiction*.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mengkonstruksi alat ukur baru guna mengukur tingkat distraksi akibat media sosial terhadap proses pembelajaran pada mahasiswa pengguna TikTok di Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah. Alat ukur ini diharapkan dapat menunjukkan seberapa tinggi tingkat gangguan media sosial bagi proses belajar mahasiswa. Acuan konseptual dalam penyusunan alat ukur ini adalah skala Fear of Missing Out (FoMO) yang dikembangkan oleh Sette et al. (2020) dengan 4 dimensi, yaitu *need to belong*, *need for popularity*, *anxiety*, dan *addiction*.

Metode

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Islam negeri Raden Fatah Palembang yang berjumlah 200 subjek diambil berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan yaitu, mahasiswa yang memiliki aplikasi Tik-Tok. Dalam penelitian ini metode yang digunakan menggunakan rancangan exploratory sequential mix method (Creswell, 2014). Pada rancangan ini, penelitian kualitatif dan kuantitatif dilakukan secara bertahap. Penelitian kualitatif dilakukan terlebih dahulu, lalu hasil analisis datanya digunakan pada penelitian kuantitatif sebagai tahap selanjutnya.

Tahap penelitian kualitatif ditujukan untuk mengevaluasi Item-item yang telah disusun. Pada tahap kuantitatif, dilakukan *expert judgement* dan uji keterbacaan terhadap item yang telah disusun berdasarkan empat dimensi yang telah dibuat. Rater dalam *expert judgement* dan uji keterbacaan adalah Dosen Universitas Islam Raden Fatah Palembang yakni Siti Dini Fakhriya, S.Psi., M.A. dan Sarah Afifah, S.Psi.,M.A, rater ini dipilih karena orang yang profesional dalam ranah psikologi sosial, dan juga selain dosen ada juga subjek mahasiswa fakultas psikologi, dalam hal ini mahasiswa kami berikan melalui google formulir yang kami berikan, sedangkan dosen melalui kertas yang telah kami sediakan.

Hasil dari *expert judgement* dan uji keterbacaan peneliti menjadi acuan untuk olah data dan skoring dalam penyusunan skala item yang akan kami buat nantinya, dan pernyataan dari rater akan kami susun untuk penyesuaian 4 dimensi yang telah kami adopsi yakni Skala Fear of Missing Out (ON-FoMO) yang telah dikembangkan oleh Sette et al. (2020). Tahap kedua dari penelitian ini adalah tahap kuantitatif, pada tahap ini dilakukan uji reliabilitas dan validitas, Teknik pengujian realibilitas pada Skala K13 menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dan dibantu dengan program Jamovi for windows. Besarnya koefisien Cronbach's alpha merupakan tolak ukur dari tingkat reliabilitasnya yang berada pada rentang angka 0 sampai 1 dimana semakin mendekati angka 1 maka reliabilitasnya semakin bagus. Menurut George dan Mallery (dalam Mawardi, 2019), dan untuk teknik validitas yang digunakan ialah validitas konstruk yangmana proses pembuktian skor hasil pengukuran dapat diterapkan dengan mengkonfirmasi keberadaan konstruk instrumen dan menguji hasil pengukuran secara empiris.

Pendekatan ini didukung oleh Kumaidi (2014), yang menekankan pembuktian konstruk yang dihipotesiskan. Analisis yang umumnya digunakan mencakup analisis faktor eksploratori (EFA) ketika instrumen masih dalam pencarian atau eksplorasi, dan analisis faktor konfirmatori (CFA) ketika instrumen sudah memiliki model pengukuran yang diujikan. Dalam CFA, validitas konstruk dibuktikan melalui model pengukuran. Kumaidi (2014) menyarankan penggunaan first order CFA, dan jika hasilnya belum konklusif, dapat dilakukan analisis second order analysis. Untuk teknik analisis item menggunakan teknik uji daya beda item dan norma yang dipakai dalam penyusunan skala ini adalah norma hipotetik.

Hasil

Selama tahap konstruksi, peneliti membuat 80 item. Jumlah target akhir item adalah 2 hingga 3 item per dimensi. Item yang dibuat oleh peneliti diberikan kepada dua ahli untuk ditinjau. Peninjau ahli melakukan penilaian kualitatif terhadap setiap item. Selanjutnya, hasil berupa komentar dari ahli kemudian dirangkum dan didiskusikan oleh tim peneliti. Pada akhir proses ini, jumlah item dikurangi menjadi 21. Ke-21 item tersebut kemudian diujikan pada 200 subjek penelitian. Analisis dilakukan dengan menggunakan CFA untuk menghitung validitas item (item analisis), item harus sesuai dengan kriteria (factor loading diatas 0,32 dan t-value diatas 1,96). Uji coba berikutnya dilakukan dan 19 item yang validitasnya memadai. Selanjutnya, rata-rata dan standar deviasi skor empat dimensi K13 disajikan pada tabel 1 dan 2. Pada tabel 1 menyajikan skor sebelum validasi K13 dilakukan sedangkan rata-rata skor dan standar deviasi setelah proses validasi dilaporkan pada tabel 2.

Tabel 1.
Rata-rata dan standar deviasi K13 sebelum validasi

Karakteristik	Rata-Rata	Std. Deviasi
<i>Need to Belong</i>	2.70	.586
<i>Need for Popularity</i>	2.63	.647
<i>Anxiety</i>	2.51	.523
<i>Addiction</i>	2.43	.603

Tabel 2.
Rata-rata dan standar deviasi K13 setelah validasi

Karakteristik	Rata-Rata	Std. Deviasi
<i>Need to Belong</i>	2.99	.444
<i>Need for Popularity</i>	2.88	.591
<i>Anxiety</i>	2.85	.433
<i>Addiction</i>	2.79	.441

Sebagaimana yang terlihat pada tabel 1 dan tabel 2, skor rata-rata dan standar deviasi menunjukkan hasil yang berbeda. Jadi, setelah validasi, semua skor rata-rata dan standar deviasi menjadi lebih tinggi. Selanjutnya, tabel 3 menyajikan factor loading masing-masing item dan Cronbach's α secara keseluruhan dan per dimensi setelah validasi (berisi 19 item). Sedangkan tabel 4 menyajikan factor loading masing-masing item dan Cronbach's α secara keseluruhan dan per dimensi sebelum validasi, berisi 21 item sebagai versi aslinya. Setelah proses validasi, diidentifikasi model indeks fit K13. Indikator dari kesesuaian model fit berdasarkan kriteria menurut Hu & Bentler (1999), yaitu $CFI > 0.95$, $RMSEA < 0.06$, $SRMR < 0.08$, $TLI \geq 0.95$. Lalu, *factor loading (estimate)* harus memenuhi kriteria, yaitu $p \geq 0.32$ (Tabachnick & Fidell, 2007) dan *t-value (Est./SE)* dengan kriteria $p \geq 1.96$ (Brown & Moore, 2012).

Tabel 3.
Standarisasi *Factor Loading* K13 Sebelum Validasi

Item/Dimensi	<i>Factor Loading</i>	<i>Cronbach's α</i>
<i>Need to Belong</i>		.710
NB1	.613	
NB2	.540	
NB3	.474	
NB4	.651	
NB5	.651	
NB6	.308	
<i>Need for Popularity</i>		.328
NP1	1.057	
NP2	.113	
NP3	-.008	
<i>Anxiety</i>		.713
AN1	.529	
AN2	.274	
AN3	.642	
AN4	.596	
AN5	.420	
AN6	.640	
AN7	.623	
AN8	.345	
AN9	.081	
<i>Addiction</i>		.450
AD1	.279	
AD2	1.155	

AD3

.231

Tabel 4.
Standarisasi *Factor Loading* K13 Setelah Validasi

Item/Dimensi	<i>Factor Loading</i>	<i>Cronbach's a</i>
<i>Need to Belong</i>		.780
NB1	1.461	
NB2	.534	
NB3	.353	
NB4	.701	
NB5	.706	
NB6	.728	
<i>Need for Popularity</i>		.601
NP2	1.457	
NP3	.295	
<i>Anxiety</i>		.822
AN1	1.721	
AN2	.468	
AN3	.731	
AN4	.598	
AN5	.532	
AN6	.703	
AN7	.628	
AN8	.478	
<i>Addiction</i>		.681
AD1	1.784	
AD2	.278	
AD3	.225	

Kriteria reliabilitas menurut Kaplan (2018) bahwa nilai yang lebih besar dari 0.75 menunjukkan item yang sangat baik, nilai antara 0.40 dan 0.75 menunjukkan item cukup baik atau memuaskan, dan nilai kurang dari 0.40 menunjukkan item yang buruk. Pada tabel 3 sebelum validasi, reliabilitas dimensi *need to belong* adalah 0.710, dimensi *need for popularity* adalah 0.328, dimensi *anxiety* 0.713, dan dimensi *addiction* adalah 0.450. Sedangkan, pada tabel 4 setelah validasi memiliki reliabilitas dimensi *need to belong* adalah 0.780, dimensi *need for popularity* adalah 0.601, dimensi *anxiety* 0.822, dan dimensi *addiction* adalah 0.681.

Sebelum dilakukan validasi, terdapat tiga item yang koefisien factor loading berindikasi rendah, yaitu 0.113, -0.008 dan 0.081 yang masing-masing item NP2, NP3 dan AN9. Setelah dilakukan validasi, item NP2 memiliki koefisien *factor loading* yaitu $p = 1.457 \geq 0.32$ dan koefisien *t-value*, yaitu $p = 19.999 \geq 1.96$, sedangkan NP3 memiliki koefisien *factor loading* $p = 0.295 \leq 0.32$ dan koefisien *t-value* $= 6.387 \geq 1.96$.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa item NP2 memiliki nilai *estimate* atau *factor loading* memiliki nilai < 0.32 , tetapi untuk daya diskriminasinya memuaskan dan *t-valuenya* cukup baik karena memiliki nilai > 1.96 . Untuk standarisasi STDYX pada dimensi NP dengan persebaran item menunjukkan nilai *estimate* yang non-negatif pada NP2 (1.457) dengan *Est/SE* (19.999), NP3 (0.295) dengan *Est/SE* (6.387), melebihi batas 1.96, menunjukkan signifikansi statistik yang kuat. *P-value* untuk NP2 dan NP3 sangat rendah (0.000), mengindikasikan hasil yang sangat signifikan secara statistik. Lalu, item AN9 memiliki koefisien factor loading $p < 0,32$ dan koefisien *t-value* item AN9 $p = 1,015 < 1,96$. Secara keseluruhan, berbagai indeks pengukuran

model menunjukkan bahwa model ini memiliki kesesuaian yang baik dengan data observasi, mendukung interpretasi dan pemahaman struktur model dalam analisis ini. Berdasarkan hasil tersebut, maka peneliti memutuskan untuk melakukan eliminasi item NP1 dan AN9 karena item tersebut tidak memenuhi kriteria reliabilitas dan validitas.

Pembahasan

Hasil uji validitas dan reliabilitas di atas dapat dikatakan bahwa alat ukur K13 FoMO yang disusun dalam penelitian ini valid dan reliabel untuk digunakan dengan aitem akhir 19 aitem dengan NP1 dan AN9 dieliminasi karena hasilnya tidak sesuai kriteria pengukuran. Oleh karena itu, alat ukur ini dapat menjadi alternatif yang digunakan untuk mengukur *fear of missing out* (FoMO) yang merujuk pada pengguna TikTok. Terdapat 4 dimensi dalam penelitian ini, yaitu pada dimensi *need to belong* (NB) mewakili pengalaman takut ditinggalkan dan dorongan untuk menjadi bagian dari sebuah kelompok. Dimensi *need to popularity* yang mengindikasikan ketergantungan pada penerimaan online dari teman sebaya. Dimensi *anxiety* yang menunjukkan kecenderungan ke arah gelisah, pantangan, pikiran negatif secara berulang (terus-menerus) dan pengaruh negatif ketika individu kehilangan koneksi internet. Dimensi terakhir dengan *addiction* yang menangkap kurangnya kontrol diri setelah memulai penggunaan media sosial.

Selanjutnya, penelitian Sette et al. (2019) mengenai *The Online Fear of Missing Out Inventory (ON-FoMO): Development and Validation Of a New Tool* sebagai rujukan adaptasi penelitian peneliti. Hasil penelitiannya menunjukkan pengembangan dan validasi skala ON-FoMO, instrumen yang mengukur kecemasan akan ketinggalan informasi (FoMO) dalam konteks penggunaan media sosial online. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala ON-FoMO dapat mengukur empat dimensi inti FoMO yaitu *need to belong*, *need to popularity*, *anxiety* dan *addiction*. Selain itu, skala ON-FoMO juga memiliki validitas konvergen yang baik dengan alat pengukuran FoMO lainnya dan dengan ketergantungan pada ponsel pintar dan media sosial. Item dalam penelitian ini terdiri dari 20 item (5 untuk setiap dimensi). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa FoMO yang tinggi dikaitkan dengan kepuasan hidup yang lebih rendah, depresi, dan upaya bunuh diri. Selain itu, penelitian ini menyoroti upaya yang dilakukan untuk mengurangi respons yang diinginkan secara sosial ketika mengembangkan skala FoMO, yang menunjukkan bahwa upaya telah dilakukan untuk meminimalkan bias dalam pengukuran FoMO.

Sebagaimana yang dihipotesiskan, skala yang peneliti gunakan menunjukkan reliabilitas dan validitas yang cukup tinggi, serta korelasi positif yang signifikan dengan tingkat FoMO. Estimasi konsistensi internal menunjukkan skor yang memadai untuk masing-masing dari empat dimensi tersebut, serta untuk total skor skala. Masing-masing dimensi dalam skala K13 FoMO menunjukkan korelasi positif dengan kecanduan ponsel dan penggunaan sosial media yang tidak sehat. Keterbatasan dalam penelitian ini bahwa pertama, sampel yang peneliti ambil relatif kecil. Peneliti hanya berfokus pada mahasiswa angkatan 2022 pada Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. Kedua, peneliti tidak mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi jawaban subjek, seperti kondisi fisik dan mental. Ketiga, peneliti hanya berfokus pada satu sosial media, pengguna ataupun subjek yang bermain TikTok. Meskipun

demikian, penelitian ini menguraikan pengembangan skala singkat reliabel dan valid yang dirancang untuk penilaian FoMO di era digital sekarang.

Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variasi media sosial yang ada dengan dapat berfokus pada salah satu sosial media yang banyak pengguna aktifnya seperti instagram, youtube, facebook, threads dan twitter untuk fokus pembuatan skala. Peneliti juga dapat mengembangkan aitem-aitem dimensi need to popularity dan addiction, dimana pada penelitian peneliti hanya memuat sedikit aitem. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi berbagai penelitian FoMO sebelumnya sebagai rujukan dalam adaptasi dan pengembangan skala.

Kesimpulan

Dari penelitian skala fear of missing out (FoMo) yang terdiri dari 21 item, didapatkan hasil secara Realibilitas dan validitas, secara realibilitas dimensi NB (*need to belong*) menunjukkan hasil nilai Cronbach's α 0.710 yang dimana dimensi NB berisi 6 item. Semua item pada dimensi NB dapat dikatakan reliabel karena signifikansi koefisien reliabilitasnya dapat diterima yaitu $\geq 0,4$. Pada dimensi NP (*need for popularity*) menunjukkan hasil nilai Cronbach's α 0.328 yang di mana dimensi NP berisi 3 item. Pada dimensi NP, hanya NP1 yang dapat dikatakan reliabel karena signifikansi koefisien reliabilitasnya $\geq 0,4$. Sedangkan NP2 dan NP3 dikatakan tidak reliabel karena signifikansi koefisien reliabilitasnya tidak mencapai nilai $\geq 0,4$ sehingga tidak dapat diterima. Pada dimensi AN (*anxiety*) menunjukkan hasil nilai Cronbach's α 0.713 yang dimana dimensi AN berisi 9 item. Semua item pada dimensi AN dapat dikatakan reliabel karena signifikansi koefisien reliabilitasnya dapat diterima yaitu $\geq 0,4$. dimensi AD (*addiction*) menunjukkan hasil nilai Cronbach's α 0.450 yang dimana dimensi AD berisi 3 item. Pada dimensi AD terdapat 2 item yang dapat dikatakan reliabel yaitu item AD1 dan AD 3 karena kedua item tersebut signifikansi koefisien reliabilitasnya mencapai nilai $\geq 0,4$. Sedangkan item AD2 dikatakan tidak reliabel karena signifikansi koefisien reliabilitasnya tidak mencapai nilai $\geq 0,4$ (Kaplan, 2018) sehingga tidak dapat diterima.

Pada pengujian Validitas diperoleh melalui analisis aitem menggunakan aplikasi Mplus, seperti pada tabel hasil uji validitas yang telah dilampirkan dan juga setelah dilakukannya pengujian ulang, maka terlihat pada item NP1 dan AN9 akan dihapus atau dihilangkan karena nilai Keofisien < 1.96 dan dapat dinyatakan tidak valid. Adapun Norma yang digunakan ialah normal Hipotetik yang mana Subjek akan dikategorikan ke dalam tiga kelompok, yakni rendah, sedang, dan tinggi. Dalam hasil normal Hipotetik pada tabel pembahasan bahwa dari total target 200 responden, ada 81 subjek memiliki tingkat FoMO yang sedang dan 119 subjek memiliki tingkat FoMO yang tinggi. Adapun subjek yang memiliki tingkat FoMO yang sedang yaitu 38, dan subjek yang memiliki tingkat FoMO yang tinggi yaitu 75. Sehingga setelah di lakukan berbagai proses pengujian pada skala k13 yang di buat oleh peneliti pada tahap akhirnya skala ini terdiri atas 19 aitem yang mewakili setiap dimensi yang ada.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, M.Si selaku Dosen Pembimbing Mata Kuliah Penyusunan Skala Psikologi. Terima kasih juga peneliti sampaikan pada Siti Dini Fakhriya, S.Psi., M.A dan Sarah Afifah, M.A yang telah bersedia menjadi penelaah ahli dalam proses penyusunan alat ukur. Peneliti juga berterima kasih atas partisipasi dari para partisipan dalam membantu pengisian skala.

Referensi

- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan media sosial (fomo) pada generasi milenial. *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(01), 86-106.
- Aurelya, C. H. (2021). *Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap munculnya sindrom fear of missing out (fomo) (studi kasus media sosial tiktok di kalangan generasi z)*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Brown, T. A., & Moore, M. T. (2012). Confirmatory factor analysis. In R. H. Hoyle (Ed.), *Handbook of structural equation modeling* (pp. 361–379). The Guilford Press.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (ed. 4)*. SAGE Publications.
- Hu, L. T. & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6 (1), 1-55.
- Husna, S. (2023). Peran fear of missing out (FOMO) dan penggunaan media sosial terhadap artikulasi identitas keislaman pada kalangan milenial muslim yang mengikuti tren hijrah di Instagram. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(1), 1-11.
- Kaplan, R. M. & Dennis P. S. (2018). *Psychological testing*. Cengage Learning.
- Kumaidi. (2014). *Validitas dan pemvalidasian instrumen penilaian karakter*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mawardi, M. (2019). Rambu-rambu Penyusunan skala sikap model likert untuk mengukur sikap siswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 9(3), 292–304. <https://doi.org/10.24246/j.js.2019.v9.i3.p292-304>
- Nursatri, H. (2023). *Hubungan antara fear of missing out (fomo) dengan psychological well-being pengguna media sosial tiktok pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi uin raden fatah Palembang*. UIN Raden Fatah Palembang.
- Nursodiq, F. (2019). *Konseptualisasi fear of missing out pada mahasiswa pengguna smartphone*. Universitas Sebelas Maret (UNS).
- 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.
- Sette, C. P., Lima, N. R. S., Queluz, F. N. F. R., Ferrari, B., & Filho, N. H. (2019). The online fear of missing out inventory (on-fomo): development and validation of a new tool. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(1), 20–29. <https://doi.org/10.1007/s41347-019-00110-0>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Allyn & Bacon/Pearson Education.

Lampiran A. Skala K13 FoMO

No	Item/Dimensi
	<i>Need to Belong</i>
1	Saya merasa cemas ketika video TikTok saya tidak mendapatkan banyak like atau komentar.
2	Saya kadang-kadang mencoba untuk mengikuti tren dan hashtag populer agar tidak terlalu ditinggalkan di TikTok.
3	Saya merasa lebih percaya diri ketika mendapatkan pengikut baru atau feedback positif di TikTok.
4	Saya merasa lebih terhubung dengan teman-teman saya ketika menggunakan TikTok.
5	Menggunakan TikTok membuat saya merasa bagian dari sebuah komunitas.
6	Saya merasa senang ketika melihat teman-teman saya berbagi konten di TikTok.
	<i>Need for Popularity</i>
7	Saya sering memeriksa berapa banyak followers dan likes yang saya dapatkan setiap hari di TikTok.
8	Saya sering merasa tertekan karena perbandingan dengan konten populer di TikTok.
	<i>Anxiety</i>
9	Ketika saya melihat teman-teman saya mengupload video yang luar biasa di TikTok, saya merasa termotivasi untuk menciptakan konten serupa.
10	Saya merasa gelisah jika tidak mendapatkan cukup 'likes' atau komentar di video TikTok saya.
11	Saya merasa terbebani oleh kebutuhan untuk selalu terhubung dengan TikTok, dan rasa cemas tentang ketinggalan bisa mengganggu keseharian saya.
12	Saya merasa termotivasi untuk menciptakan konten yang berkualitas tinggi di TikTok agar tidak ketinggalan tren terbaru.
13	Saya merasa senang ketika bisa terlibat dalam tren dan tantangan TikTok terbaru, karena itu membantu saya merasa terhubung dengan komunitas.
14	Saya merasa cemas ketika tidak bisa mengikuti semua tren TikTok.
15	Saya merasa tertekan karena sering membandingkan diri dengan pengguna TikTok lainnya.
16	Terkadang, saya membandingkan diri saya dengan pengguna TikTok lain yang memiliki lebih banyak pengikut, dan itu membuat saya merasa tidak cukup.
	<i>Addiction</i>
17	Saya merasa cemas ketika tidak dapat membuka TikTok untuk beberapa waktu.
18	Saya merasa kesulitan untuk menghentikan penggunaan TikTok meskipun ada tugas yang harus diselesaikan.
19	Saya merasa cemas jika tidak aktif di TikTok dalam jangka waktu yang lama.