

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 & Economic Research*, Vol 14, No. 1
- Ananda, Rusydi dan Fadhli, Muhammad. 2018. *Statistik Pendidikan*. Medan: Cv. Widya 30 Puspita
- Aprilia, R, Sriati, A., & Hendrawati, S. 2020. Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *JNC*, Vol 3, No. 1
- Azmi, Neli. 2019. *Skripsi: Hubungan Antara Fear Of Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa*. Riau: UIN SUSKA
- Badri, Muhammad, dkk. 2015. Adopsi Inovasi Media Sosial Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi FDK UIN Suska Riau. *Jurnal RISALAH*, Vol 26 No. 4.
- Berkowski, George. 2016. *How to Build a Billion Dollar App: Temukan Rahasia dari para Pengusaha aplikasi paling sukses di dunia*. Tangerang: Gemilang
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Terjemah E. Koswara. Bandung: Refika Aditama.
- Fatoni, Abdurrahmat. 2011. *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Griffiths, M. 2015. A Component Model Of Addiction Within A Biopsychosocial Framework. *Jurnal Of Subtance Use*. Vol. 10, No. 4.
- Hariadi, Aisyah Firdaus. 2018. “*Skripsi: Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FoMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja*”. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Haryanto. 2015. “Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Komunikasi Komunitas Pustakawan Homogen Dalam Rangka Pemanfaatan Bersama Koleksi Antar Perguruan Tinggi”. *Journal EduLib*, Vol. , No.1
- Hendroyon, Handoko. 2012. *Brand Gardener*. Tangerang: Literati
- Istiqomah. 2017. “Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Agresivitas Remaja”. *Jurnal Pemikiran dan Penellitian Psikologi*, Vol 13 No.
- J.R., Raco. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: PT. Grasindo

- Jannah, Siti Nuriya Fatkhul. 2021. "*Skripsi: Fear Of Missing Out Sebagai Bentuk Adiksi Media Sosial Remaja (Studi Kasus Pada Aktivitas Bermedia Sosial Remaja Di Kelurahan Cireudeu)*". Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kementrian Agama Republik Indonesia. 2022. *Q.S. Al-Ashr: 1-3. Al-Quran dan terjemahan tafsir.*
- Kircaburun, K. 2016. "Self-esteem, daily internet use and social media addiction as predictors of depression among Turkish adolescents," *Journal of Education and Practice*, Vol. 7, No. 24
- Kuss, D. J., & Griffith, M. D. 2011. "Online social networking and addiction: A review of the psychological literature." *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 8
- Magdalena, Merry. 2010. *Public Relations Ala Wimar*. Jakarta: Grasindo
- Moleong, Lexy J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Permata, Ariestya Ayu. 2017. "Pemanfaatan Media Sosial untuk Jual Beli Online di Kalangan Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya melalui Instagram". *Jurnal Unair*, Vol 6, No.
- Prayitno & Erman Amti. 2009. *Dasar.Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Przybylski, A., K., Murayama, K., Haan, C. R., & Gladwell, V. 2013. "Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out". *Computer in Human Behavior*, Vol 29
- Putra, Nusa. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Raden, Aditya. 2015. "Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Minat Fotografi Pada Komunitas Fotografi Pekanbaru". *Jurnal FISIP* , Vol 2, No. 2
- Rizqy. A & Irwansyah. 2019. "Dari Foto dan Video: Perkembangan Insatgaram dalam Konstruk Sosial". *Jurnal Komunikasi dan Kajian Media*, Vol 3, No.1
- Rulli, Nasrullah. 2015. *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media
- Sahin. 2018. "Social media addiction scale-student form: The reliability and validity study". *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*. Vol. 17 No. 1

- Sarentya, Fatandhika dan Afriani. 2018. "Social Media Engagement Sebagai Mediator Antara Fear Of Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja". *JPSP: Jurnal Psikologi Saains dan Profesi*. Vol. 2 No. 3
- Sari, Meutia Puspita. 2017. "Fenomena Penggunaan Media Sosial Intagram sebagai Komunikasi Pembelajaran Agama Islam oleh Mahasiswa FISIP UNRI". *JOM FISIP*, Vol. 4, No. 2
- Sianipar, Nicho. 2019. Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan *Fear Of Missing Out* Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi. *Jurnal Empati*, Vol 8, No. 1
- Sidiq, Umar. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV. Nata Karya.
- Siswanto, Tito. 2013. "Optimalisasi Sosial Media sebagai Meda Pemasaran Usaha Kecil Menengah". *Jurnal Liquidity*, Vol. 2, No.1
- Sudjana, Nana. 1989. *Penelitian dan Penilaian*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi. 2005. *Metode Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sutirna. 2013. *Bimbingan dan Konseling Pendidikan formal, non formal dan Informal*. Yogyakarta: Andi Offset
- Tarmizi. 2018. *Profesionalisasi Profesi Konselor Berwawasan Islami*. Medan: Perdana Publishing
- Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islam*. Medan: Perdana Publishing
- Tohirin. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Pancasila.
- Walgito, Bimo. 1995. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset
- Wiyono. 2017. Pengembangan Konseling Online Untuk Siswa di SMA Gresik. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol 07 No. 3
- Young, K. S. 1996. "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder". *Cyber Psychology and behavior* , Vol. 1, No. 3

LAMPIRAN

Lampiran.1

Catatan Lapangan (*Fields Notes*)

Tema Observasi : Observasi Awal

Lokasi : MAN Pematangsiantar

Tanggal : 24 Januari 2022

Observer : Peneliti

Catatan:

Pada hari Senin tepatnya tanggal 24 Januari 2022, peneliti dan dua orang teman peneliti datang berkunjung sekaligus meminta izin observasi ke MAN Pematangsiantar. Sebelumnya, peneliti sudah berkomunikasi dengan salah satu pegawai di MAN Pematangsiantar melalui media *online* yaitu WhatsApp untuk meminta izin. Kemudian peneliti datang langsung dengan membawa surat izin observasi untuk diberikan kepada kepala madrasah melalui kepala tata usaha, kemudian kepala tata usaha menganjurkan kepada peneliti untuk meminta izin untuk melaporkan kegiatan peneliti kepada staf yang berwenang. Saat itu peneliti ditanya tujuan ke MAN Pematangsiantar dan ada beberapa percakapan lainnya dan akhirnya peneliti diizinkan untuk melakukan observasi di madrasah itu.

Sebelum melaksanakan observasi ke siswa, peneliti terlebih dahulu mengamati situasi para siswa di MAN Pematangsiantar, kemudian peneliti langsung mendatangi guru BK untuk menanyakan keadaan dan permasalahan siswa di madrasah tersebut. Dengan senang hati guru BK tersebut memberitahu permasalahan yang ada dan juga menjelaskan secara panjang lebar agar peneliti paham. Observasi di hari pertama tidak cukup disitu saja, peneliti bertanya singkat kepada siswa/i. observasi peneliti memakan waktu selama tiga hari dikarenakan

kendala tertentu dan ada satu hari MAN Pematangsiantar berduka sehingga peneliti melanjutkan di lain hari.

Pada tanggal 26 Januari 2022, peneliti melakukan wawancara kepada siswa/i dengan berpegang pada pedoman wawancara yang ada. Guru BK membantu peneliti untuk mencari siswa/i yang sangat aktif dan gemar bermain sosial media. Dan ada kurang lebih lima siswa/i. Disitulah peneliti memulai wawancara panjang dan akhirnya menemukan permasalahan pada siswa/i tersebut. Permasalahan yang dialami mengacu pada perilaku *fear of missing out* (fomo) dimana para siswa/i tak bisa ketinggalan suatu trend dan berita yang setiap kali muncul di media sosial. Setelah peneliti cukup informasi dan wawancarapun selesai. Kemudian pada tanggal 14 hingga 22 juni 2022 peneliti melakukan penelitian yaitu wawancara kepada guru BK dan siswa tentang topik penelitian.



Lampiran.2

Kisi-Kisi Instrumen Wawancara

**Harap isi kuesioner di bawah ini dengan jawaban yang sejujur-jujurnya!
Semua jawaban bersifat netral, tidak ada jawaban yang benar maupun salah.**

	Kualifikasi	Pernyataan	√
1.	Frekuensi mengakses media sosial dalam 1 hari	Setiap saat	
		3-4 kali selama sehari	
		1-2 kali selama sehari	
		Tidak mengakses media sosial setiap hari	
2.	Durasi mengakses media sosial dalam sekali membuka media sosial	Lebih dari 5 jam	
		3-5 jam	
		2-3 jam	
		1-2 jam	
		Kurang dari 1 jam	

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya akan merasa tidak nyaman jika secara terus menerus tidak dapat mengakses informasi melalui <i>smartphone</i> .		
2.	Saya akan merasa terganggu jika tidak dapat mencari informasi di <i>smartphone</i> ketika saya membutuhkannya.		
3.	Tidak dapat mengikuti berita (misal: berita terkini, cuaca, dll) di <i>smartphone</i> akan membuat saya merasa gugup.		
4.	Saya akan merasa terganggu ketika tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> dan/atau fasilitasnya ketika saya membutuhkannya.		
5.	Saya takut ketika kehabisan baterai <i>smartphone</i> .		
6.	Saya akan panik ketika kehabisan atau telah mencapai batas paket data bulanan.		
7.	Jika saya tidak ada sinyal paket data, atau tidak dapat terkoneksi dengan Wi-fi, maka saya akan mengecek terus menerus untuk		

	melihat jika ada sinyal atau dapat menemukan koneksi.		
8.	Jika saya tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> , saya akan takut akan tersesat di suatu tempat yang tidak saya ketahui.		
9.	Jika saya tidak dapat mengecek <i>smartphone</i> untuk sementara waktu, maka akan timbul keinginan untuk mengeceknya.		
Jika saya tidak ada <i>smartphone</i>...			
1.	Saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat berkomunikasi secara instan dengan keluarga dan/atau teman		
2.	Saya akan merasa khawatir karena keluarga dan/atau teman tidak dapat menjangkau saya.		
3.	Saya akan merasa gugup karena saya tidak dapat menerima SMS, telepon, dan <i>chat</i> .		
4.	Saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat terhubung/ <i>keep in touch</i> dengan keluarga, dan/atau teman.		
5.	Saya akan merasa gugup karena saya tidak dapat mengetahui jika ada seseorang yang mencoba menghubungi saya.		
6.	Saya akan merasa cemas karena koneksi saya dengan keluarga dan/atau teman selama ini akan putus.		
7.	Saya akan cemas karena saya tidak akan dapat terhubung dengan akun online/ media sosial saya.		
8.	Saya akan merasa tidak nyaman karena saya tidak dapat <i>up-to-date</i> dengan media sosial dan jaringan online lainnya.		
9.	Saya akan merasa aneh karena saya tidak dapat mengecek pemberitahuan (<i>notification</i>) terbaru dari media sosial saya atau jaringan online lainnya.		
10.	Saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat mengecek pesan di email saya.		
11.	Saya akan merasa aneh karena saya tidak tahu harus berbuat apa.		

Beri centang pada setiap pernyataan di bawah ini!

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat berkomunikasi secara langsung dengan keluarga dan/atau teman.		
2.	Saya takut ketika kehabisan baterai <i>smartphone</i> .		
3.	Saya akan merasa terganggu jika tidak dapat mencari informasi di <i>smartphone</i> ketika saya membutuhkannya.		
4.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa aneh karena saya tidak dapat mengecek pemberitahuan (<i>notifications</i>) terbaru dari teman saya dan jaringan online lainnya.		
5.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa gugup karena saya tidak dapat mengetahui jika ada seseorang yang mencoba menghubungi saya.		
6.	Jika saya tidak dapat mengecek <i>smartphone</i> untuk sementara waktu, maka akan timbul keinginan untuk mengeceknya.		
7.	Saya merasa cemas jika tidak dapat menemukan informasi yang saya butuhkan melalui <i>smartphone</i> .		
8.	Jika saya kehilangan <i>smartphone</i> , saya akan merasa cemas karena data-data penting di jejaring sosial saya juga hilang.		
9.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa khawatir karena keluarga dan/ atau teman tidak dapat menjangkau saya.		
10.	Saya akan panik ketika kehabisan atau telah mencapai batas paket data bulanan.		
11.	Tidak dapat mengikuti berita (misal: berita terkini, cuaca, dll) melalui <i>smartphone</i>		

	akan membuat saya merasa gugup.		
12.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat mengecek pesan di <i>e-mail</i> saya.		
13.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa gugup karena saya tidak dapat menerima pesan singkat (SMS) dan telepon.		
14.	Saya akan panik ketika tidak ada atau tidak bisa terkoneksi dengan wi-fi di tempat umum (misal: di restoran, cafe sekolah).		
15.	Saya merasa terganggu ketika tidak diperbolehkan menggunakan <i>smartphone</i> dan/ atau fasilitasnya ketika saya membutuhkannya (misal: ketika <i>smartphone</i> disita, tidak boleh membawa atau menggunakan <i>smartphone</i> dalam acara tertentu).		
16.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa aneh karena saya tidak tahu harus berbuat apa.		
17.	Saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat terhubung (keep in touch) dengan keluarga dan/atau teman.		
18.	Jika saya tidak ada sinyal paket data, atau tidak dapat terkoneksi dengan wi-fi, maka saya akan mengecek terus menerus untuk melihat jika ada sinyal atau dapat menemukan koneksi.		
19.	Saya akan merasa terganggu ketika tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> dan/ atau fasilitasnya ketika saya membutuhkannya.		
20.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan cemas karena saya tidak akan dapat terhubung dengan akun online saya.		
21.	Ketika saya tidak membawa <i>smartphone</i> , saya akan merasa cemas karena koneksi rutin saya dengan keluarga dan/ atau teman selama ini akan terputus.		
22.	Jika saya tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> , saya akan takut akan tersesat di suatu tempat yang tidak saya ketahui		
23.	Saya merasa tidak nyaman ketika ketinggalan informasi yang disampaikan		

	oleh teman di jejaring sosial.		
24.	Ketika saya tidak membawa smartphone, saya akan merasa tidak nyaman karena saya tidak dapat tetap up-to-date dengan media sosial dan jaringan online lainnya.		
25.	Jika smartphone saya hilang, saya khawatir karena tidak dapat mengirim pesan dan panggilan ke teman dan/ atau keluarga.		
26.	Saya akan merasa cemas jika tidak mengetahui kata sandi (password) wi-fi di tempat umum (misal: restoran, kampus).		
27.	Saya akan merasa tidak nyaman jika secara terus menerus tidak dapat mengakses informasi melalui smartphone.		
28.	Saya merasa cemas ketika lupa kata sandi (password) akun online saya (misal: jejaring sosial, e-mail).		
29.	Jika smartphone saya hilang, saya khawatir karena data kontak teman dan/atau keluarga saya juga hilang.		
30.	Ketika smartphone saya kehabisan baterai, saya akan merasa cemas karena saya tidak dapat menyelesaikan chat atau panggilan yang sedang berlangsung melalui jejaring sosial.		

Petunjuk pengisian :

1. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti.
2. Pada pernyataan-pernyataan di bawah ini, Anda diminta untuk memilih opsi yang paling sesuai dengan diri Anda yang sebenarnya.
3. Jawablah setiap pernyataan dengan sejujur-jujurnya dengan memberi tanda centang (√) di tiap pernyataan yang dipilih.

No.	Pernyataan	Setuju	Tidak Setuju
1	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya.		
2	Saya takut teman-teman yang saya kenal memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya.		
3	Saya khawatir ketika mengetahui teman-teman saya sedang bersenang-senang tanpa saya.		
4	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya.		
5	Penting bagi saya untuk mengetahui teman-		

Pedoman Wawancara Untuk Memperoleh Informasi Dalam Penelitian Skripsi

I. Intrumen Wawancara dengan Guru BK

1. Apakah ibu mengetahui tentang perilaku *fear of missing out* atau fomo?
2. Adakah siswa yang mengalami *fear of missing out* atau fomo di sekolah ini?
3. Bagaimana bentuk dari perilaku tersebut?
4. Bagaimana ciri-ciri yang terdapat jika siswa mengalami *fear of missing out* atau fomo?
5. Kapan waktu siswa banyak menggunakan *handphone*?
6. Dalam hal ini, biasanya faktor apa sajakah yang membuat siswa candu terhadap media sosial hingga mengakibatkan fomo?
7. Bagaimana dampak yang ditimbulkan perilaku *fear of missing out* atau fomo dari penggunaan media sosial?
8. Apakah perilaku *fear of missing out* atau fomo dari bermain sosial media berbahaya?
9. Bagaimana solusi guru BK dalam mengatasi perilaku *fear of missing out* atau fomo akibat terlalu sering menggunakan media sosial?

II. Instrumen Wawancara dengan Peserta Didik

1. Apakah adik punya sosial media? Jika ada, berapa dan apa sajakah itu?
2. Jenis sosial media apa yang paling sering adik buka atau gunakan?
3. Di jam-jam adik aktif menggunakan sosial media?
4. Berapa lama kira-kira waktu yang adik gunakan untuk mengakses media sosial?
5. Menurut adik, apakah hal yang paling menarik dari sosial media sehingga adik ingin terus mengaksesnya?

6. Sejauh yang adik ketahui, sosial media apa yang saat ini paling diminati atau jadi trend di kalangan remaja?
 7. Jika adik melihat teman-teman main sosial media (sebutkan) itu, adik bakal main itu juga gak?
 8. Seberapa lama adik bisa tahan jika tidak membuka sosial media?
 9. Apa yang membuat adik ingin selalu membuka sosial media?
-
10. Jika ada trend baru di sosial media, apakah adik termasuk orang yang harus mengetahui dan mengikutinya? Jika iya, sebutkan alasannya.
 11. Apakah adik pernah berkeinginan agar dikenal banyak orang?
 12. Apakah kamu sering update di media sosial?
 13. Apakah adik merasa khawatir jika teman adik memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada adik?
 14. Apakah kamu takut teman-teman yang kamu kenal memiliki pengalaman berharga daripada kamu?
 15. Apakah kamu khawatir ketika mengetahui teman-teman kamu bersenang-senang tanpa kamu?
 16. Apakah kamu merasa ketika kamu tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman kamu di media sosial?

Lampiran. 3.

Lembar Hasil Wawancara (Key Informan)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 17 Juni 2022

Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Teknik Pengumpulan Data : Wawancara

Sumber Informasi : Siswa

Tempat : Masjid

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian saya pergi ke ruang kelas untuk melihat para siswa, kemudian saya mengajak para siswa ke masjid sekolah untuk siap diwawancarai.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah kamu memiliki media sosial? Apa sajakah itu?

Siswa : Punya, *WhatsApp, Instagram, Tiktok, Youtube, Facebook*

Peneliti : Jenis media sosial apa yang paling sering digunakan?

Siswa : Kalau media sosial yang paling sering aku buka sekarang ini *WhatsApp* karena memang mudah dan siapa aja punya, terus sekarang lagi musim ulangan jadi kaya butuh gitu, terus media sosial yang paling gak bisa aku tinggalkan *Instagram* dan *Tiktok*

Peneliti : Di jam-jam berapa biasanya kamu aktif menggunakan media sosial?

Siswa : Biasanya yang benar-benar khusus buka media sosial itu di jam-jam pulang sekolah dan malam, kaya habis *Maghrib* gitu yang waktunya *me time* buat akses media sosial.

- Peneliti : Berapa lama kira-kira waktu yang kamu gunakan untuk mengakses media sosial?
- Siswa : Aku kayaknya gak bisa lepas dari media sosial, jadi kalau akses itu bisa lama kali kayak sekali bisa 3-4 jam
- Peneliti : Menurut kamu, apakah hal yang paling menarik dari media sosial sehingga kamu ingin terus mengaksesnya?
- Siswa : Konten sih paling utama, itu hiburan buat aku. Terus diselingi sama status orang yang dari situ aku bisa tahu mereka lagi ngapain walaupun gak pernah ketemu. Sosial media itu juga media bagi aku untuk mencari informasi, apalagi di waktu pandemi kemaren, tugas sekolah semakin banyak dan aneh-aneh, jadi kalau bingung aku cari referensi dari media sosial. Kalau yang paling menarik di media sosial bagi aku ya media sosial yang punya unsur hiburan, biar bikin aku ketawa.
- Peneliti : Sejauh yang kamu ketahui, sosial media apa yang saat ini paling diminati atau jadi tren di kalangan remaja?
- Siswa : Kayaknya kalau sekarang tiktok. Karena infonya lebih *update*
- Peneliti : Terus, kalau kamu lagi bosan apa yang kamu lakuin buat ngilangin kebosanan kamu itu?
- Siswa : Maen HP pastinya ya, lebih sering nyitain waktu untuk buka media sosial sih.
- Peneliti : Apa sih sebenarnya tujuan kamu buka media sosial?
- Siswa : Pengen tahu aja sih sebenarnya, misalnyakalau *Instagram* lebih ke teman-teman, mereka lagi ngapain. Aku tahu lewat *story ig* dia, terus kalo *youtube* biasanya aku nonton vlog artis.
- Peneliti : Jika ada tren terbaru di media sosial, apakah kamu termasuk orang yang harus mengetahui atau mengikutinya?
- Siswa : Pasti sih kalau ini, aku tuh orangnya senang post di media sosial. Tapi gak semua juga ku ikutin, kalau menurut aku menarik aja baru. Kalau aku gak bikin, ya pasti Cuma aku liatin aja buat tontonan. Soalnya kalau tren biasanya bikin orang terkenal, nah

aku kadang suka ada keinginan buat terkenal itu kak Cuma lewat media sosial aja dengan konten yang aku bikin. Aku kadang kalau pengen posting sesuatu suka sengaja gitu main di suatu tempat yang bagus buat bikin story, misalnya yang estetik gitu, ya tujuannya bukan buat pamer sih tapi kaya orang pas tahu, eh dia lagi di tempat yang bagus, karena story kita bagus kan jadi banyak yang follow.

- Peneliti : Apakah kamu pernah memiliki keinginan agar dikenal banyak orang di media sosial?
- Siswa : Pernah pengen terkenal, malah akhir-akhir ini jadi pengen banget. Karena kalau orang terkenal pasti banyak banget temen-temennya, dimana-mana ada orang yang nyapa.
- Peneliti : Apakah kamu merasa khawatir jika teman-teman kamu memiliki pengalaman yang lebih asik dibandingkan kamu?
- Siswa : Sering sih kak, apalagi kalau gak diajak nongki. Kayak kitanya gak dianggap gitu, padahal kan pengen ikut terus kan.
- Peneliti : Apakah kamu khawatir jika teman kamu memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada kamu?
- Siswa : Haha, mungkin lebih ke agak *jealous* ya kak. Jadi aku merasa aku bisa juga kok kayak kau.
- Peneliti : Apakah kamu khawatir ketika mengetahui teman-teman kamu bersenang-senang tanpa kamu?
- Siswa : Wiih, palaknya bukan maen kak. Jadi kita yang liat merasa gelisah sendiri gitu kalo orang itu gak ngajak-ngjak aku.
- Peneliti : Apakah kamu merasa khawatir jika tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-temanmu di media sosial?
- Siswa : Khawatir juga kak, aku juga harus tau dong teman-teman aku kemana aja, biasanya kalau lagi nongki gitu mereka pada update story.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Lampiran 4.

Lembar Hasil Wawancara (Key Informan)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 17 Juni 2022
Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Teknik Pengumpulan Data : Wawancara
Sumber Informasi : Siswa
Tempat : Masjid

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian saya pergi ke ruang kelas untuk melihat para siswa, kemudian saya mengajak para siswa ke masjid sekolah untuk siap diwawancarai.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah kamu memiliki media sosial?

Siswa : Punya dong kak, kayaknya semua orang wajib punya deh

Peneliti : Media sosial apa aja yang sering kamu pakai?

Siswa : Whatsaap. Instagram, facebook, tik tok paling wajib, youtube

Peneliti : Jenis media sosial apa yang paling sering kamu buka?

Siswa : hamper semua aku buka setiap hari kak, Cuma kalau yang paling sering aku buka whatsapp sama tiktok, kalau kaya youtube paling liat vlog aja. Kalau whatsapp kan buat chatan setiap harimua, tugas sekolah kadang di share lewat whatsapp. Selain itu bisa bikin status

Peneliti : biasanya di jam-jam berapa kamu aktif menggunakan media sosial?

- Siswa : Ini gak nentu kak, random aja. Kalau ga ada yang aku kerjain aku buka media sosial, paling kalo yang paling sering aktif itu pas malam kak.
- Peneliti : Berapa lama waktu yang kamu gunakan untuk mengakses media sosial?
- Siswa : Mungkin kalau seharian dihitung bida lebih dari 10 jam kak, sekali aksesnya kayak 2-3 jam
- Peneliti : menurut kamu, apakah hal yang paling menarik dari sosial media sehingga kamu ingin terus mengaksesnya?
- Siswa : Isi konten yang pasti. Terus aku suka ngikutin artis atau selebgram gitu, jadi yang bikin menarik sih karena aktivitas mereka yang dijadiin konten. Terus kadang ada story teman-teman yang menghibur.
- Peneliti : Sejauh yang kamu ketahui, media sosial apa yang saat ini paling diminati atau jadi tren di kalangan remaja?
- Siswa : Kayaknya tik tok kak, kalau anak sekarang kebanyakan liat tiktok sih. Kita juga sering bikin konten di tik tok bareng temen.
- Peneliti : Jika kamu melihat teman-temanmu main tiktok, kamu ada keinginan juga gak?
- Siswa : Kadang sih kak, sesuai mood aja kalau aku. Akhir-akhir ini sering juga bikin tiktok sama sekelas, seru banget main tiktok itu. Apalagi sekarang ada tren bintang-bintang gitu.
- Peneliti : Seberapa lama kamu bisa tahan tidak membuka media sosial?
- Siswa : Gak tahu kak, aku gak buka media sosial kalau waktu belajar aja. Tapi kalau lagi kumpul sama teman ya pasti selalu buka, mereka juga pada sibuk sama HP sendiri sih.
- Peneliti : Apa yang membuat kamu ingin selalu membuka media sosial?
- Siswa : Isinya sih. Walaupun kadang gaka da perlu tapi tetep dibuka, nyari hiburan, lihat story temen, kalau gak ya ikut bikin story, liat berita terbaru, liat artis atau influencer yang lagi naik daun, paling gitu sih kak. Biasanya aku liat konten yang menarik langsung aku

- buka, kalau bikin aku kepo aku follow. Misalnya aku suka berbau korea, ya aku ikutin semua yang dari korea, aku pengen tau aja. Terus nyari-nyari drama, talkshow atau video di sosmed
- Peneliti : Jika ada tren baru di media sosial, apakah kamu termasuk orang yang harus mengetahui atau mengikutinya?
- Siswa : Iya, itu aku kali kak. Mungkin uda jadi suatu kebiasaan gitu ya, terus teman-teman juga gitu, kayak lingkungan ngedukung banget, banyak temen yang ngajak bikin konten., misalnya bikin tiktok bareng atau sekedar bikin story. Yang paling kalau kita upload konten yang like banyak haha.
- Peneliti : Apakah kamu pernah memiliki keinginan agar dikenal banyak orang di media sosial?
- Siswa : Sebenarnya iya kak, tapi aku juga bingung mau bikin konten apa biar bisa bikin terkenal dan menarik banyak orang gitu.
- Peneliti : Apakah kamu sering update di media sosial?
- Siswa : Sering kak, apalagi update tentang artis korea, kadang aku bikin story gitu
- Peneliti : Apakah kamu khawatir jika teman kamu memiliki pengalaman yang lebih daripada kamu?
- Siswa : Kadang kak, kalau mereka kek update atau upload foto liburan atau jalan sama teman-temannya aku kadang suka agak minder
- Peneliti : Apakah kamu khawatir jika teman-temanmu bersenang-senang tanpa kamu?
- Siswa : IH, jengkel la kak, apalagi kalau teman deket. Terus dia update story, ya kita namanya teman dekat pasti merasa khawatir dong, kok aku gak diajak ya, gitu
- Peneliti : Apakah kamu merasa khawatir ketika kamu tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman kamu di media sosial?
- Siswa : Kadang suka ngerasa gitu, apa aku di hide sama dia ya, kok aku gak tau dia upload apa lagi



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Lampiran 5.

Lembar Hasil Wawancara (Key Informan)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 18 Juni 2022

Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Teknik Pengumpulan Data : Wawancara

Sumber Informasi : Siswa

Tempat : Masjid

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian saya pergi ke ruang kelas untuk melihat para siswa, kemudian saya mengajak para siswa ke masjid sekolah untuk siap diwawancarai.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah kamu memiliki media sosial? Apa sajakah itu?

Siswa : Iya, aku punya media sosial. Aku punya whatsapp, Instagram, tiktok, dan telegram

Peneliti : Jenis media sosial apa yang paling sering dibuka?

Siswa : Yang sering aku buka tuh Whatsapp, Instagram, Tik tok, dan telegram sih kak

Peneliti : Di jam berapa biasanya kamu aktif menggunakan media sosial?

Siswa : Biasanya sering baget di ja, 10, pas waktu istirahat sekolah. kan kadang kalau ngerjain tugas ada jenuhnya juga, jadi biasanya aku buka media sosial buat ngilangin jenuh. Terus selain itu jam

malam, kadang amu tidur, terus kalo aku gak bisa tidur aku buka sosmed sih

Peneliti : Berapa lama kira-kira waktu yang kamu gunakan untuk mengakses media sosial?

Siswa : Sehari mungkin lebih dari 8 jam yakak, buat sekali akses aja aku bisa 3 jam, tapi tergantung keadaan juga kak, kalau lagi banyak tugas kuliah gak sampe 8 jam

Peneliti : Menurut kamu apa hal menarik dari media sosial sehingga kamu terus mengaksesnya?

Siswa : Video sih. Soalnya aku suka nyari informasi-informasi yang update ya, misalnya ku ngefans sama Alwi Assegaf jadinya walaupun lagi banyak tugas atau ujian misalnya, aku harus tetep buka media sosial, karena uda jadi kebiasaan aja kalau sehari gak buka rasanya ada yang kurang gitu kak.

Peneliti : Sejauh apa kamu tahu, media sosial yang paling diminati remaja sekarang?

Siswa : Tik tok kayaknya ya kak, semua orang sekarang main tiktok kak, anak kecil sampe orang tua aja sekarang main tik tok. Contohnya aja ibu aku, semenjak tahu aku punya aplikasi tiktok ikutan download dan malah sekarang sering banget buka.

Peneliti : Jika kamu melihat temanmu main tiktok atau yang lain, apakah kamu ikut main itu juga?

Siswa : Kalau sekarang aku masih suka nonton aja, mainnya atau buat konten sendiri belum, pernah bikin bareng temen, tapi kalau sendiri gak pernah

Peneliti : Seberapa lama kamu bisa tahan jika tidak membuka media sosial?

- Siswa : Gak tau kak, soalnya setiap hari aku buka media sosial, kalau gak buka media sosial rasanya gak tahan. Kalau kehabisan kuota kau langsung cepat beli
- Peneliti : Apa yang membuat kamu ingin selalu membuka media sosial?
- Siswa : Informasi update tentang berita terkini, dan juga biar tahu info tentang Alwi Assegaf atau filmnya. Aku kan juga ikut follow komunitas penggemar Alwi di grup media sosial, disitu kita saling tukar informasi.
- Peneliti : Jika ada tren baru di media sosial, apakah kamu termasuk orang yang harus mengikutinya?
- Siswa : Kadang sih kak, tergantung trennya apa, terus orangnya gimana. Kalau lagi booming tapi aku gak tertarik aku gak ikutin. Tapi kalau trennya menarik pasti aku ikutin, kayak filter Instagram itu aku ikutin.
- Peneliti : Apakah kamu pernah memiliki keinginan agar dikenal banyak orang?
- Siswa : Kadang sih kak, kaya selebgram gitu, banyak uangnya haha
- Peneliti : Apakah kamu sering *update* media sosial?
- Siswa : Iya kak, aku sering update media sosial, kayak bikin status, kalau gak ngikutin informasi yang lagi viral
- Peneliti : Terus, kalau sama teman kamu, apakah kamu merasa khawatir kalau teman kamu punya pengalaman yang lebih dari kamu?
- Siswa : Kadang aku suka minder kak, enak banget dia kesini gitu
- Peneliti : Apakah kamu merasa khawatir ketika mengetahui teman-teman kamu bersenang-senang tanpa kamu?

Siswa : Sebagai manusia, ya khawatir dong kak, masa gak ngajak aku kalau nongki, terus nanti update story akunya jadi kecil hati karena liat aku gak ada disitu



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Lampiran 6

Lembar Hasil Wawancara (*Key Informan*)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 20 Juni 2022
Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Teknik Pengumpulan Data : Wawancara
Sumber Informasi : Siswa
Tempat : Masjid

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian saya pergi ke ruang kelas untuk melihat para siswa, kemudian saya mengajak para siswa ke masjid sekolah untuk siap diwawancarai.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah kamu punya sosial media? Jika ada berapa dan apa saja?

Siswa : Punya lah kak, aku punya Tiktok, whatsapp, Instagram, telegram, webtoon, youtube

Peneliti : Jenis media sosial apa yang paling sering kamu buka atau gunakan?

Siswa : Tiktok, Instagram, dan Whatsapp kak

Peneliti : Di jam nerapa kamu aktif menggunakan media sosial?

Siswa : Kadang jam kosong sekolah, paling sering ya di rumah waktu malam

Peneliti : Berapa lama kira-kira waktu yang kamu gunakan untuk membuka media sosial?

- Siswa : paling sekali akses kayak 2-3jam la kak, itu untuk sekali buka aja ya kak
- Peneliti : Menurut kamu, apakah hal yang menarik dari media sosial sehingga kamu ingin membuka medsos selalu?
- Siswa : Paling menarik itu konten tiktok kak, sama foto-foto estetik di Instagram
- Peneliti : Sejauh yang kamu ketahui, media sosial apa yang paling diminati kalangan remaja?
- Siswa : Paling banyak sekarang tiktok ya kak, terus Instagram, kalau facebook itu untuk orangtua kak haha, kayaknya anak sekarang udah jarang pakai facebook
- Peneliti : Jika kamu melihat teman-teman main media sosial yang lagi tren kayak tiktok, kamu bakal ikutan main juga gak?
- Siswa : Kalau aku tertarik aku ikuti kak, lihat situasi dan kondisi juga sih. Tapi kalau bareng teman aku ikut
- Peneliti : Seberapa lama kamu tidak membuka media sosial?
- Siswa : Sebenarnya gak tahan kak, tapi kalau aku lagi fokus belajar aku gak buka media sosial
- Peneliti : Apa yang membuat kamu ingin terus membuka media sosial?
- Siswa : Kadang aku bosan kak, jadi untuk dapat hiburan aku buka media sosial yang bisa bikin aku ngilangin bosan itu kak
- Peneliti : Jika ada tren baru di media sosial, apakah kamu ikut juga?
- Siswa : Kadang ikutan kak, tergantung trennya
- Peneliti : Apakah kamu merasa ingin dikenal oleh banyak orang di media sosial?

Siswa : Pengen dong kak, kalau aku terkenal terus banyak yang endors aku dapet uang

Peneliti : Apakah kamu sering update di media sosial?

Siswa : Sering kak, kadang kalau ada yang estetik sedikit menurut aku, itu aku bikin story

Peneliti : Apakah kamu pernah merasa khawatir jika teman kamu memiliki pengalaman yang lebih dibandingkan kamu?

Siswa : Pastinya dong kak, apalagi kayak prestasi dia lebih daripada aku. Aku khawatir itu, kok aku gak bisa kayak dia ya gitu

Peneliti : Apakah kamu pernah merasa khawatir jika temanmu bersenang-senang tanpa kamu?

Siswa : Gak khawatir sih kak, agak palak aja. Masak iya kawannya sendiri gak diajak. Uda gitu nanti update story pulak itu

Peneliti : Apakah kamu merasa khawatir jika kamu tidak dapat mengetahui informasi tentang orang lain di media sosial?

Siswa : Aku kan kepo kak. Kalau aku gak tau informasinya pasti cepat-cepat aku cari tahu. Contohnya informasi idola aku, itu cepat banget aku cari



Lampiran 7

Lembar Hasil Wawancara (*Key Informan*)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 20 Juni 2022
Waktu : 09.00 – 12.00 WIB
Teknik Pengumpulan Data : Wawancara

Sumber Informasi : Siswa
Tempat : Masjid

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian saya pergi ke ruang kelas untuk melihat para siswa, kemudian saya mengajak para siswa ke masjid sekolah untuk siap diwawancarai.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah kamu memiliki media sosial? Jika iya, berapa dana pa saja?

Siswa : Iya, ada empat, Instagram, whatsapp, tiktok, dan telegram. Itu semua aku gunain dan pakai setiap harinya.

Peneliti : Jenis media sosial apa yang sering kamu gunakan?

Siswa : Whatsapp dan tik tok paling sering. Alasannya kalau whatsapp kan buat chattingan sama temen, guru atau saudara, kadang buat kirim tugas sekolah juga, buat nanya orang-orang aja. Kalau tik tok buat lihat konten

Peneliti : Di jam-jam berapa biasanya kamu aktif menggunakan media sosial?

Siswa : Mulainya pagi jam 8. Memang waktu sekolah, tapi itu buat selingan aja kok. Kadang kalau gurunya ngebosenin aku buka juga. Terus paling aktif itu malam abis isya gitu sampai mau tidur kalau gak ada tugas sekolah.

Peneliti : Berapa lama kira-kira waktu yang kamu gunakan untuk mengakses media sosial?

Siswa : Lebih dari 5 jam kak. Alhamdulillah kuota ada terus. Kebetulan di rumah juga pakai wifi. Larangan dari orang tua juga gak aneh-aneh. Mungkin yang orang tua aku lihat aku ngerjain tugas sekolah, padahal kadang buka yang lain juga

Peneliti : Menurut kamu hal apa yang paling menarik dari media sosial sehingga kamu ingin terus mengaksesnya?

Siswa : Semua yang ada di media sosial menurut aku menarik, gak ada yang gak menarik jadi pengennya buka terus. Apapun yang aku lihat di sosial media kayak nyata san kelihatan gampang ditiru padahal enggak semudah itu kan. Misal konten keluarga Rafathar itu kaya mulus aja hidupnya, enak banget hidupnya gak punya masalah. Sultan banget lagi. Terus media sosial kan pilihannya banyak, kalau buka Instagram paling lihat artis, lihat toko baju. Dan lain sebagainya.

Peneliti : Sejauh yang kamu ketahui, media sosial apa yang saat ini paling diminati di kalangan remaja?

Siswa : Instagram sama tiktok mungkin kak. Dua-duanya kayak nyambung gitu, hamper sama. Misalnya buka bio Instagram orang, nanti dia cantumkan akun tiktoknya, dan sebaliknya kalau buka bio tiktok orang disitu dia cantumkan akun Instagramnya, karena mungkin orang pengen terkenal di semua media sosial ya

- Peneliti : Jika kamu melihat teman-temanmu main media sosial, apakah ada keinginan kamu main itu juga gak>\?
- Siswa : Tergantung juga kak. Tergantung mood juga. Kalau pengen aku ikutan
- Peneliti : Seberapa lama kamu bisa tahan jika tidak membuka media sosial?
-
- Siswa : Gak tau kak, tapi kalau gak buka rasanya ada yang ganjel gitu. Takut ada yang ketinggalan.
- Peneliti : Apa yang membuat kamu ingin selalu membuka media sosial?
- Siswa : Aku butuh mungkin ya, kaya aku buka walaupun sebentar. Kadang iseng aja pengen lihat status teman-teman, mereka apda lagi ngapain, atau gak aku posting sesuatu, kalau tiktok ya paling bikin konten. Kalau sekarang paling posting tugas di media sosial, tapi kadang kebablasan buka yang lain. Ya maksudnya biar media sosialnya hidup aja, ada yang aku posting. Setidaknya aku tahu temenku lagi ngapain walau hanya lihat postingan mereka, mereka juga harus tahu aktivitasku lewat apa aja yang aku bagikan di media sosial
- Peneliti : Jika ada tren baru di media sosial, apakah kamu termasuk orang yang harus mengetahui atau mengikutinya?
- Siswa : Sebenarnya gak ada kepentingan juga, Cuma hobi aja buka media sosial. Aku kan suka hal-hal yang lagi viral gitu aku ikutin. Biasanya aku upload video di tiktok atau Instagram buat seru-seruan aja, kalau banyak yang lihat dan like itu aku senang. Selain itu kadang aku upload yang versiku sendiri, maksudnya gak niru siapa-siapa. Kadang ada yang nanggepin juga, eh bagus, menarik.
- Peneliti : Apakah kamu pernah memiliki keinginan untuk dikenal banyak orang di media sosial?

Siswa : Kalau keinginan terkenal pernah kak, namanya kena efek media sosial. Kayaknya orang-orang gampang viral aja gitu kak di media sosial, jadi pengen aja kaya mereka tapi dalam hal positif



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Lampiran 8.

Lembar Hasil Wawancara (Key Informan)

I. Identitas

Hari/Tanggal : 20 Juni 2022

Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Teknik Pengumpulan Data : Wawancara

Sumber Informasi : Guru BK

Tempat : Ruang Guru

II. Deskripsi Situasi (Konteks)

Pagi yang begitu sejuk, peneliti datang dengan senyuman dan para guru mempersilahkan saya masuk untuk berbincang-bincang dengan para guru yang ada di ruangan tersebut. Kemudian peneliti dipersilahkan untuk memulai wawancara.

III. Klasifikasi pertanyaan peneliti seputar bentuk-bentuk perilaku fomo, faktor yang mempengaruhi perilaku fomo, serta dampak yang ditimbulkan.

Peneliti : Apakah ibu mengenal perilaku *fear of missing out* atau fomo?

Guru BK : Saya pernah dengar perilaku tersebut saat saya kuliah Psikologi. Perilaku tersebut termasuk ke dalam gangguan mental seseorang dalam kondisi sosial. Biasanya perilaku ini mengarah kepada hal yang membuat seseorang merasa gelisah, khawatir, kemungkinan dapat menyebabkan stress. Kalau zaman sekarang perilaku ini muncul kemungkinan karena penggunaan media sosial ya. Banyak orang lain yang mengupload kehidupannya disana, kemungkinan orang lain juga ingin bahagia seperti dia.

Peneliti : Menurut ibu, bagaimana mengetahui ciri-ciri atau bentuk perilaku tersebut?

Guru BK : Sejauh yang saya ketahui, seseorang yang mengalami perilaku fomo ini cenderung anti sosial, karena ia terlalu lama berselancar di dunia maya, bahkan ia sudah kurang peduli dengan lingkungan sekitar. Apalagi yang diakses media sosial. Kebanyakan seseorang cenderung mengalami ini jika ia sudah terlalu lama mengakses media sosial, kemungkinan diatas 3 jam lah. Pasti kalau sudah menggunakan media sosial dengan durasi lama, ketika disuruh orang tua atau orang lain, ia tidak respon dengan hal itu lagi, karena sudah terlalu asik

Peneliti : Biasanya faktor-faktor apa saja sih buk yang menyebabkan seseorang mengalami perilaku fomo ini?

Guru BK : Faktornya banyak ya, apalagi ini disebabkan karena media sosial ya, faktornya bisa jadi psikogis atau stimulus dari orang-orang sekitar. Faktor psikologisnya biasanya tentang *relatedness* ya, itu seperti suatu kebutuhan untuk keinginan tertentu. Biasanya orang yang mengalami fomo ini terjadi karena tidak adanya dukungan sekitar, makannya dia mencari dukungan dari media lain seperti media sosial, ia ingin mencari pengakuan dari dunia lain. Contohnya ya dikit-dikit update tentang kehidupan, kalau ada masalah update, kalau ada yang menarik di update, jadi ia tidak dapat mengekspresikan dirinya di lingkungannya. Kalau faktor stimulus ini karena adanya dorongan dari diri sendiri dan juga lingkungan yang mendukung, kemungkinan lingkungannya terlalu anak zaman sekali, maka ia bisa terikut dengan hal itu.

Peneliti : Bagaimana dampak yang ditimbulkan dari perilaku tersebut buk?

Guru BK : Dampak yang ditimbulkan sangat besar ya, jika tidak ada pengawasan dalam penggunaan media sosial ini, maka ini akan berdampak besar pada diri seseorang, contohnya ia tidak akan pernah pede karena dia selalu terikut dengan orang lain, ia tidak

akan merasa teguh pendirian, sehingga ia dapat merasa depresi hingga stress. Maka hal ini sebagai guru BK kita selalu mengawasi anak didik agar tidak berlebihan dalam penggunaan media sosial sehingga tidak mengakibatkan munculnya perilaku ini.

Peneliti : Bagaimana solusi ibu sebagai guru BK dalam mengatasi perilaku tersebut?

Siswa : Saya selaku guru BK selalu mengawasi perilaku siswa tersebut. Sekolah selalu membatasi penggunaan HP secara berlebih, dan kita sebagai guru BK juga turut memberi contoh serta memberikan pengarahan terhadap anak didik, kita juga memberikan layanan informasi tentang bahaya penggunaan media sosial berlebih dan dampaknya terhadap kehidupan. Dan kami juga mengajak para orang tua untuk mengawasi anaknya ketika bermain HP. Apakah yang diakses konten yang bermanfaat tau yang tidak bermanfaat.

Lampiran 9

**STUDI DOKUMENTASI UNTUK MEMPEROLEH INFORMASI
DALAM PENELITIAN SKRIPSI**

A. Pelaksanaan Kegiatan

Hari/tanggal : Rabu/ 22 Juni 2022

Waktu : 09.00 – 12.00

Tempat : MAN Pematangsiantar

B. Cara Pengisian

1. Berilah simbol *checklist* (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan kejadian di lapangan.
2. Tuliskanlah keterangan yang dirasa perlu pada kolom yang tersedia

No.	Domentasi	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Foto bersama WKM Kurikulum	√	-	Izin riset kepada wakil kurikulum
2.	Foto bersama Guru BK	√	-	Narasumber peneliti
3.	Foto bersama Guru BK	√	-	Narasumber peneliti
4.	Foto bersama siswa	√	-	Informan peneliti
5.	Peraturan	√	-	Ada
6.	Data Guru	√	-	Ada
7.	Profil Sekolah	√	-	Ada
8.	Foto lainnya	√	-	Ada

Lampiran 10.

Dokumentasi



Foto bersama dengan Wakil Kurikulum MAN Pematangsiantar



Foto bersama dengan Guru BK MAN Pematangsiantar





Foto Guru BK melakukan konseling individu



Foto bersama dengan peserta didik



Foto siswa bermain gadget saat jam istirahat



Foto siswa bermain gadget saat jam istirahat



Foto Struktur Organisasi MAN Pematangsiantar



Ruang BK MAN Pematangsiantar

Lampiran 11.

Surat Persetujuan Menjadi Informan



LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh saudari Putri Fadhilah Fauzyah yang berjudul "Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku *Fear Of Missing Out* Pada Siswa Kecanduan Media Sosial di MAN Pematangsiantar".

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap diri saya dan akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu saya bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pematangsiantar, Juni 2022

Tertanda



(Anggriani)

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh saudara Purni Fadilah Fauziah yang berjudul "Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku *Fear Of Missing Out* Pada Siswa Kecemasan Media Sosial di MAN Pematangsiantar".

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap diri saya dan akan di jaga kerahasiaannya oleh peneliti serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu saya bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pematangsiantar, 4 Juni 2022

Tertanda

()
EKA PUTRI LIANA WIDAHINI

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh saudara Purni Fadilah Fauziah yang berjudul "Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku *Fear Of Missing Out* Pada Siswa Kecemasan Media Sosial di MAN Pematangsiantar".

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap diri saya dan akan di jaga kerahasiaannya oleh peneliti serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu saya bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pematangsiantar, 4 Juni 2022

Tertanda

()
Purni M. Fauziah

Lampiran 13.

Surat Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Wilhelm Iskandar Pasar V Medan Estate 20371
Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B-6896/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/05/2022 27 Mei 2022
Lampiran : -
Hal : Izin Riset

Yth. Bapak/Ibu Kepala MAN Pematangsiantar

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama : Putri Fadhilah Fauzyah
NIM : 0303183196
Tempat/Tanggal Lahir : Bah Birong Ulu, 24 November 1999
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Semester : VIII (Delapan)
Alamat : BAH BIRONG ULU, KECAMATAN SIDAMANIK Kelurahan BIRONG ULU MANRIAH Kecamatan SIDAMANIK

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Jl. Singosari No.85, Bantan, kec. Siantar Barat, Kota Pematangsiantar, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi (Karya Ilmiah) yang berjudul:

Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Siswa Kecanduan Media Sosial di MAN Pematangsiantar

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 27 Mei 2022
a.n. DEKAN
Ketua Program Studi Bimbingan
Konseling Pendidikan Islam



Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi
NIP. 198212092009122002

Tembusan:

- Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan

Lampiran 14.

Surat Keterangan Telah Melaksanakan Riset

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEMATANGSIANTAR
MADRASAH ALIYAH NEGERI PEMATANGSIANTAR
Komplek Syah H. Abd. Jabbar Nasution Jalan Singaperbangsa No. 80 Pematangsiantar - 21111
Telepon : 0822-25846; Email : manpematangsiantar@gmail.com

Nomor : B-202/Ms.02.03/PP.006/06/2022 Pematangsiantar, 25 Juni 2022
Lampiran : -
Perihal : Ijin Riset

Kepada Yth.
Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Di
Medan

Dengan Hormat,
Sesuai dengan surat dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan Nomor : B-6896/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/05/2022 Tanggal 27 Mei 2022 tentang Ijin Riset, maka dengan ini menerangkan bahwa :

No	Nama	NIM	Prodi
1.	Putri Fadhliah Fauzyah	0303183196	Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Adalah benar telah melaksanakan Riset di MAN Pematangsiantar Pada Tanggal 14 s.d 25 Juni 2022 di kelas XI IPS-4 dan XI IPK. Adapun Riset ini dilaksanakan untuk menyusun Skripsi yang berjudul **"Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Siswa Kecanduan Media Sosial di MAN Pematangsiantar"**.

Demikian surat ini disampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Nasiruddin Nasibuan, M.Si
NIP.197411122006041005



RIWAYAT HIDUP

Putri Fadhilah Fauzyah, lahir di Bah Birung Ulu kec. Sidamanik kab. Simalungun, Sumatera Utara pada tanggal 24 November 1999, anak dari pasangan Ibu Suarase Nasution dan Bapak Kasriono. Peneliti memulai pendidikan di TK Tunas Harapan Emplasmen Bah Birung Ulu pada tahun 2004 dan berhasil menyelesaikan pendidikan kanak-kanak pada tahun 2006. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikannya di SD Negeri 095176 Bukit Rejo dan berhasil lulus pada tahun 2012. Setelah menyelesaikan pendidikannya di SD peneliti melanjutkan pendidikannya di MTs Al-Fajar Bukit Rejo dan berhasil lulus pada tahun 2015. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikannya di SMA Negeri 6 Pematangsiantar dan berhasil menyelesaikan pendidikannya pada tahun 2018 dan peneliti melanjutkan kembali pendidikannya di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan. Kemudian peneliti pernah memiliki pengalaman menjadi anggota LSI (Lembaga Survei Indonesia) pada tahun 2014 dan Operator PKPTPS Pilkada Simalungun pada tahun 2020. Dan diakhir studi, peneliti menyusun skripsi yang berjudul “ Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Perilaku *Fear Of Missing Out (FOMO)* Pada Siswa Kecanduan Media Sosial di MAN Pematangsiantar.