HUBUNGAN SELF-ESTEEM DENGAN FOMO (FEAR OF MISSING OUT) PADA SISWA SMP

Mardatilah[1], Nurfarhanah[2]

[1,2]*Universitas Negeri Padang*
E-mail : [1]mardatilah213@gmail.com, [2]nurfarhanah@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

Self-esteem is an individual's assessment of themselves, while FoMO (Fear of Missing Out) is the feeling of anxiety about missing out on information, experiences, or activities that others are engaging in, particularly through social media. This study aims to describe self-esteem and FoMO and to examine the relationship between self-esteem and FoMO among junior high school students. This study employed a quantitative method with a descriptive-correlational approach involving 224 eighth- and ninth-grade students at SMP Negeri 34 Padang. Data were collected using a self-esteem scale consisting of 26 statements and a FoMO scale consisting of 16 statements. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's product-moment correlation test with the aid of SPSS 20 software. The results showed that the majority of students had high self-esteem, totaling 127 students (57%), while the majority of students had moderate levels of FoMO, totaling 121 students (54%). The correlation test results showed a correlation coefficient of -0.212 with a significance level of 0.001 ($p < 0.05$). These results indicate that there is a significant negative relationship between self-esteem and FoMO among junior high school students. This means that the higher a student's self-esteem, the lower their FoMO, and vice versa.

Keywords : *Self-esteem, FoMO, Junior High School Students*

ABSTRAK

Self-esteem merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, sedangkan FoMO (Fear of Missing Out) merupakan perasaan khawatir tertinggalnya informasi, pengalaman, atau aktivitas yang dilakukan orang lain, khususnya melalui media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan self-esteem dan FoMO serta menguji hubungan antara self-esteem dengan FoMO pada siswa SMP. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional yang melibatkan 224 siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 34 Padang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala self-esteem yang terdiri atas 26 item pernyataan dan Skala FoMO yang terdiri atas 16 item pernyataan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program SPSS 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki self-esteem pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 127 siswa (57%), sedangkan tingkat FoMO sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 121 siswa (54%). Hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,212 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara self-esteem dengan FoMO pada siswa SMP. Artinya, semakin tinggi self-esteem yang dimiliki siswa, maka semakin rendah FoMO yang dialami, dan sebaliknya.

Kata Kunci : *Self-esteem, FoMO, Siswa SMP*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan individu yang berada pada fase transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Remaja umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, kecenderungan untuk mencoba hal-hal baru, serta mulai membangun identitas diri (Kusumaningsih et al., 2025). Masa remaja ditandai oleh perubahan psikoseksual serta transformasi hubungan dengan orang tua, termasuk pembentukan cita-cita sebagai bagian dari orientasi masa depan. Erikson juga menjelaskan bahwa remaja berada pada tahap perkembangan *identity versus role confusion*, yaitu fase pencarian identitas diri yang sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial dan lingkungan sekitar (Badariah, 2020). Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengelompokkan kaum muda pada rentang usia 15-24 tahun. Sementara itu, *The Health Resources and Services Administration Guidelines* Amerika Serikat menetapkan periode remaja pada usia 11-21 tahun yang dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun) (Isroani, 2023). Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) umumnya berada pada tahap remaja awal hingga pertengahan, dengan rentang usia sekitar 12-15 tahun. Sebagian besar waktu remaja dihabiskan untuk berinteraksi dengan kelompok sebaya, sehingga umpan balik dari teman sebaya memainkan peran penting dalam membentuk persepsi diri dan identitas sosial mereka (Gafar & Syahrum, 2022).

Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sosial mendorong remaja mengikuti norma dan tren yang berkembang di lingkungannya (González-Delgado et al., 2024). Salah satu tren yang mengalami peningkatan signifikan adalah penggunaan *smartphone* dan media sosial (Xu et al., 2023). Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2022 menunjukkan bahwa 99,16% remaja usia 13-18 tahun mengakses internet, dengan mayoritas aktif menggunakan media sosial. Remaja berusia 13 tahun diketahui memeriksa media sosial setidaknya enam kali sehari (57%), meskipun tidak selalu memposting konten (Christina et al., 2019). Penggunaan media sosial yang intensif berpotensi memunculkan fenomena FoMO, yaitu perasaan takut tertinggal informasi, pengalaman, atau aktivitas sosial yang dilakukan orang lain (Przybylski et al., 2013). FoMO dapat mendorong individu untuk terus memantau media sosial agar tetap mengetahui perkembangan lingkungan sosialnya.

Salah satu faktor internal yang berkaitan dalam munculnya FoMO adalah *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri. *Self-esteem* menjadi aspek penting dalam kesehatan mental karena memengaruhi cara individu memandang diri sendiri dan merespons lingkungan sosial (Coopersmith, 1967). Individu dengan *self-esteem* yang tinggi umumnya memiliki kepercayaan diri yang lebih baik serta ketahanan emosional yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan sosial. Jika *self esteem* seseorang rendah maka hal tersebut akan menghambat perkembangannya, baik itu bagi kehidupan pribadi maupun kehidupannya dalam bersosialisasi (Ngadiman, Yendi, Nurfarhanah & Putriani, 2023). Seseorang dengan harga diri yang sehat memiliki pandangan positif dan percaya pada dirinya sendiri (Susanto, 2018). Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara *self esteem* dan FoMO. Hafizoh & Tama (2024) melibatkan 167 siswa SMP, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan FoMO,

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2026) melibatkan 287 siswa SMP Institut Indonesia Semarang dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala harga diri dan skala *Fear of Missing Out* (FoMO). Hasil penelitian

menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan FoMO pada siswa SMP pengguna media sosial, di mana siswa dengan harga diri yang lebih rendah cenderung memiliki tingkat FoMO yang lebih tinggi. Temuan tersebut memperkuat bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang berperan dalam munculnya FoMO pada remaja pengguna media sosial. Fenomena FoMO juga ditemukan pada siswa SMP Negeri 34 Padang. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan terhadap siswa kelas VIII dan IX, Sebagian besar siswa mengaku menggunakan media sosial selama lebih dari lima jam dalam sehari. Beberapa siswa juga mengaku sering memeriksa media sosial secara berulang meskipun tidak ada notifikasi, serta mengalami kesulitan menghentikan penggunaan media sosial sehingga tugas sekolah atau kegiatan lainnya sering terabaikan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan *self-esteem* pada siswa SMP, mendeskripsikan FoMO pada siswa, serta menguji hubungan antara *self-esteem* dengan FoMO pada siswa SMP. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya mengenai hubungan *self-esteem* dengan FoMO. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan yang berfokus pada pengembangan *self-esteem* siswa, terutama bagi siswa yang memiliki *self-esteem* rendah.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 34 Padang yang berjumlah 507 siswa. Sampel penelitian berjumlah 224 siswa yang ditentukan menggunakan rumus *Slovin* dan dipilih melalui teknik *proportional random sampling*, yaitu teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan bersrata secara proporsional.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner dengan skala *Likert*. Instrumen *self-esteem* terdiri atas 26 pernyataan yang mengacu pada aspek Coopersmith (1967), yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi). Sementara itu, instrumen FoMO terdiri atas 16 itam pernyataan yang mengacu pada aspek Przybylski et al. (2013), yaitu *relatedness* (keterhubungan) dan *self* (diri sendiri). Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan masing-masing variabel serta uji korela *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan FoMO. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS 20.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

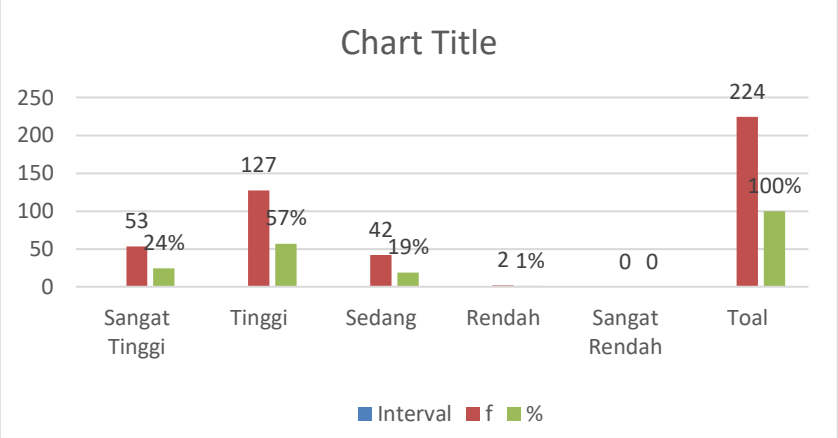
Penelitian ini melibatkan 224 kelas VIII dan IX SMP N 34 Padang siswa sebagai responden. Variabel yang dikaji terdiri atas self-esteem sebagai variable bebas dan FoMO sebagai variable terikat. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh deskripsi sebagai berikut.

Tabel 1. Skor dan Kategorin *Self-esteem* (X) dan FoMO (Y) (N=224)

Variabel	Min	Max	Mean	SD	Kategori
Self-Esteem	26	130	100,7	12,593	Tinggi

FoMO	16	80	45,71	8,178	Sedang

Berdasarkan table 1. Menunjukan bahwa tingkat self-esteem siswa SMP N 34 Padang berada pada kategori tinggi (57%). Tingkat FoMO siswa SMP berada pada kategori sedang (54%). Hal ini menunjukan bahwa mayoritas siswa SMP N 34 Padang memiliki tingkat penilaian diri yang baik, meskipun masih terdapat siswa yang merasa khawatir tertinggal informasi atau pengalaman orang lain dimedia sosial.



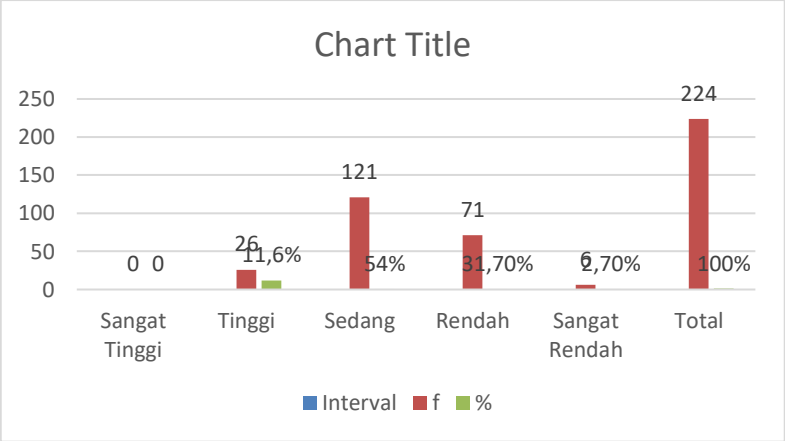
Gambar 1. Grafik Distriusi Frekuensi dan Persentase *Self-esteem*

Berdasarkan gambar 1. dapat diketahui bahwa mayoritas siswa berada pada kategori *self-esteem* tinggi, dengan jumlah 127 siswa (57%). Selain itu, terdapat 53 siswa (24%) berada pada kategori sangat tinggi, 42 siswa (19%) berada pada kategori sedang, dan 2 siswa (1%) berada pada kategori rendah.

Tabel 2. Deskripsi *Self-esteem* Berdasarkan Aspek-aspek

Aspek	**Skor**							
	Ideal	**Max**	**Min**	**Tot al**	**Mean**	**SD**	**%**	**Kategori**
Power	35	35	7	6219	27,76	4,145	79,32	Tinggi
Significance	35	35	7	5766	25,74	4,146	73,55	Sedang
Virtue	30	30	6	5435	24,26	3,950	80,88	Tinggi
Competence	30	30	6	5141	22,95	3,644	76,50	Tinggi

Berdasarkan tabel 2. mendeskripsikan skor capaian aspek-aspek *self-esteem* menunjukkan tiga aspek berada dalam kategori tinggi yaitu *power* dengan presentase 79,32%, *virtue* sebesar 80,88% dan *competence* sebesar 76,5%. Sementara itu, aspek *significance* berada dalam kategori sedang dengan presentase 73,55%.



Gambar 2. Grafik Distriusi Frekuensi dan Persentase *Self-esteem*

Berdasarkan gambar 2. dari 224 siswa SMP, sebagian besar memiliki tingkat FoMO (*Fear of Missing Out*) pada kategori sedang, yaitu 121 siswa (54%), Selanjutnya , sebanyak 71 siswa (31,7%) berada pada kategori rendah, 26 murid (11,6%) berada pada kategori tinggi, dan 6 murid (2,7%) berada pada kategori sangat rendah.

Tabel 3. Deskripsi FoMO Berdasarkan Aspek-aspek

FoMO	Skor							
	Ideal	Max	Min	Total	Mean	SD	%	Kategori
Relatedness	40	40	8	5295	23,64	4,170	59,1	Sedang
Self	40	40	8	4945	22,08	4,945	55,19	Sedang

Berdasarkan tabel 3. deskripsi skor capaian aspek FoMO menunjukkan bahwa aspek *relatedness* berada dalam kategori sedang dengan presentase 59,1%, sedangkan aspek *self* juga berada dalam kategori sedang dengan presentase 55,19%.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Self-esteem dengan FoMO

Variabel X	Variabel Y	r (Pearson Correlation)	Sig. (2-tailed)	Interpretasi
Self-esteem	FoMO	-0,212	0,001	Signifikan

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi *Product Moment Pearson*, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,212 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 dan jumlah responden sebanyak 224 siswa. Artinya, tingginya *self-esteem* yang dimiliki siswa, maka FoMO rendah. Sebaliknya, rendahnya *self-esteem* yang dimiliki siswa, maka FoMO tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dapat terbukti dari hasil penelitian ini.

Pembahasan

Deskripsi *Self-Esteem* Pada Siswa SMP

Berdasarkan hasil penelitian tentang *self-esteem* siswa SMP secara keseluruhan berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri, baik dalam hal kemampuan, Hasil tersebut sejalan dengan teori Coopersmith (1967) yang menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang menunjukkan sejauh mana individu memandang dirinya sebagai pribadi yang mampu, berarti, berhasil, dan berharga. Kondisi ini menggambarkan bahwa siswa berhak

mendapatkan penghargaan terhadap dirinya sendiri dan memandang dirinya sebagai individu yang bernilai.

Aspek *power* berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengendalikan diri sendiri. Individu yang memiliki *power* yang baik cenderung mempunyai keyakinan terhadap dirinya sendiri dan mampu bertindak sesuai dengan keputusan yang dianggap tepat (Lusiana et al., 2023). *Significance* atau keberartian merupakan kepedulian, penilaian, dan kasih sayang yang diterima individu dari orang lain (Indrianie et al., 2026), aspek *significance* berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki penilaian yang cukup baik terhadap keberhasilan dirinya. Aspek *virtue* berada pada kategori tinggi, yang menggambarkan bahwa sebagian besar siswa telah menunjukkan penilaian diri yang positif dalam hal kepatuhan terhadap nilai moral, aturan, dan norma yang berlaku (Amalia & Vina, 2022). Kompetensi yang optimal dapat membantu individu mencapai prestasi atau memenuhi kebutuhan prestasinya (Hasani et al., 2025),aspek *competence* berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki keyakinan yang cukup baik terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas dan menghadapi berbagai tuntutan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan untuk melibatkan seluruh aspek self-esteem dalam berbagai aktivitas yang mereka tekuni, baik dalam lingkungan akademik maupun *non*-akademik.

Deskripsi FoMO Pada Siswa SMP

Hasil penelitian menggambarkan bahwa tingkat, para siswa SMP tahun secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan untuk merasakan khawatir tertinggal informasi, pengalaman, maupun aktivitas yang dilakukan oleh orang lain, khususnya melalui media sosial.. Hasil tersebut sejalan dengan teori Przybylski et al (2013) yang menjelaskan bahwa FoMO merupakan perasaan khawatir ketika individu merasa orang lain sedang mengalami pengalaman yang lebih menyenangkan tanpa melibatkan dirinya.

Aspek *relatedness* berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan yang cukup dalam menjaga keterhubungan sosial dengan teman sebaya.. Hasil tersebut sejalan dengan penjelasan Aulia et al. (2024) bahwa tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan relatedness merupakan kebutuhan seseorang untuk memiliki perasaan tergabung, terhubung, dan kebersamaan dengan orang lain baik di media sosial maupun di lingkungan sosial sehari-hari. Aspek *self* berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan yang cukup dalam memperhatikan pengalaman dan aktivitas orang lain serta mengaitkannya dengan penilaian terhadap dirinya sendiri. *Self*, kebutuhan psikologis ini berkaitan dengan kompetensi dan autonomi. Kompetensi merupakan keyakinan individu untuk melakukan tindakan secara efektif dan efisien, sedangkan autonomi bermakna sebagai kemampuan individu untuk menentukan sebuah Keputusan (Setyanto, 2026). Hal ini menunjukan sebagian besar siswa menunjukkan kecenderungan untuk merasa khawatir tertinggal informasi atau pengalaman yang dialami orang lain, di media sosial tetapi kecenderungan tersebut tidak berada pada tingkat yang paling tinggi.

Hubungan *Self-Esteem* dengan FoMO Pada Siswa SMP

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan negatif dan signifikan antara self-esteem dengan FoMO pada siswa SMP . Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi self-esteem yang dimiliki siswa, maka FoMO semakin rendah. Sebaliknya, siswa yang memiliki self-esteem lebih rendah cenderung memiliki FoMO yang lebih tinggi. Temuan ini menggambarkan bahwa

penilaian individu terhadap dirinya sendiri berkaitan dengan bagaimana siswa merespons aktivitas, pengalaman, dan informasi yang diperoleh melalui media sosial. Siswa yang memiliki penghargaan positif terhadap dirinya cenderung lebih mampu menerima keadaan diri, sehingga tidak selalu merasa perlu mengikuti aktivitas orang lain untuk memperoleh pengakuan sosial.

Hasil tersebut sejalan dengan teori Coopersmith (1967) yang menjelaskan bahwa self-esteem merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu merasa mampu, berharga, dan berarti. *Self-esteem* merupakan penilaian seseorang terhadap kehormatan diri, melalui sikap terhadap dirinya sendiri, baik dari segi afektif, emosi, dan perasaan, yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan (Hapsan et al., 2024). Individu yang memiliki self-esteem tinggi cenderung mempunyai kepercayaan diri yang lebih baik serta tidak mudah bergantung pada penilaian eksternal. Sebaliknya, individu dengan self-esteem rendah cenderung merasa kurang berharga dan kurang percaya diri sehingga lebih bergantung pada penilaian orang lain. Hubungan negatif antara self-esteem dengan FoMO juga sejalan dengan penelitian Hafizoh & Tama (2024) yang menemukan adanya hubungan negatif dan signifikan antara harga diri dengan FoMO pada Siswa SMP Negeri 59 Palembang. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri individu, maka semakin rendah kecenderungan FoMO yang dialami. Temuan ini memperkuat bahwa penghargaan terhadap diri sendiri dapat membantu murid menghadapi tekanan sosial, mengurangi kebiasaan membandingkan diri, serta tidak mudah merasa tertinggal dari pengalaman orang lain.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara self-esteem dengan FoMO pada siswa SMP. Semakin tinggi self-esteem yang dimiliki, maka rendah FoMO yang dialami siswa. Sebaliknya, semakin rendah self-esteem, maka tinggi FoMO yang dialami siswa. Hal ini menunjukkan bahwa penilaian positif terhadap diri sendiri berkaitan dengan kemampuan siswa dalam menerima keadaan dirinya, serta tidak mudah terpengaruh oleh aktivitas maupun pengalaman orang lain di media sosial. Dengan demikian, self-esteem menjadi salah satu aspek penting yang berkaitan dengan FoMO pada siswa.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian ini, guru bimbingan dan konseling perlu memberikan layanan bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan untuk membantu siswa mengembangkan pendidikan positif terhadap dirinya sendiri serta meningkatkan kemampuan dalam menghadapi pengaruh lingkungan sosial. Melalui dinamika kelompok, siswa dapat berbagi pengalaman, menyampaikan pendapat, belajar menghargai kelebihan dan kekurangan diri, serta membangun penerimaan terhadap dirinya sendiri. Guru BK juga dapat memberikan layanan konseling kelompok dapat dimanfaatkan untuk membantu siswa mengatasi permasalahan terkait self esteem dan fomo. Melalui layanan ini, siswa diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman, memperoleh dukungan, mengenali potensi diri, serta meningkatkan rasa percaya diri dan penerimaan diri.

Layanan konseling individu dapat diberikan kepada siswa yang menunjukkan kecenderungan self-esteem rendah dan FoMO yang tinggi. Melalui proses konseling, guru BK dapat membantu siswa mengeksplorasi perasaan kurang percaya diri, kebutuhan terhadap pengakuan sosial, serta kebiasaan membandingkan dirinya dengan orang lain. Konseling individu juga dapat membantu siswa mengenali potensi yang dimiliki, membangun kepercayaan diri, serta mengembangkan kemampuan dalam mengelola perasaan khawatir ketika tidak mengetahui aktivitas atau informasi terbaru dari lingkungan sosial, khususnya melalui media sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar siswa SMP Negeri 34 Padang memiliki tingkat *self-esteem* pada kategori tinggi sebanyak 127 siswa (57%), sedangkan tingkat FoMO berada pada kategori sedang sebanyak 121 siswa (54%). Hasil uji korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,212 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-esteem* dengan FoMO pada siswa SMP. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah FoMO yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* siswa, maka semakin tinggi FoMO yang dialami. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan kecenderungan siswa dalam menghadapi pengaruh lingkungan sosial, khususnya dalam penggunaan media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, R., & Vina ‘ Alimah, S. A. (2022). *KONSELING KELOMPOK DENGAN PEDEKATAN SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY (SFBT)*. MEGA PRESS NUSANTARA. https://books.google.co.id/books?id=wQBREQAAQBAJ

Aulia, F., Yasep S., Rozi, S. P., Frihapma Semita Ade, S. P. M. P., Rahayu Hardianti Utami, S. P. M. P. P., Elrisfa Magistarina, S. P. M. S., Rizal Kurniawan, S. P. I. M. A., & Afifah Nur Hasanah, S. P. M. A. (2024). *Remaja dan Problematic Internet Use*. Deepublish. https://books.google.co.id/books?id=bLMnEQAAQBAJ

Badariah, R. N. (2020). *Belajar Berketuhanan*. JPBOOKS. https://books.google.co.id/books?id=Zb_cDwAAQBAJ

Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan tingkat neurotisme dengan fear of missing out (FoMO) pada remaja pengguna aktif media sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *4*(2), 105–117.

Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. H Freeman and Company.

Hasani, R., Naharia Laubo., Simunati, S. S. S. K. M. S. K. N. M. M. K., Sri Anggriani, S. K. M. S. K. N. M. K., & Junaidi, S. S. T. S. K. M. K. (2025). *Modul Praktikum Keperawatan Dasar 2*. Nas Media Pustaka. https://books.google.co.id/books?id=NqtCEQAAQBAJ

Gafar, A., & Syahrum, M. B. (2022). *Memfungsi (KAN) Peran Ninik Mamak terhadap Kemenakan dalam Pencegahan dan Pengurangan Risiko Penyakit HIV/AIDS di Minangkabau*. Penerbit NEM. https://books.google.co.id/books?id=eql0EAAAQBAJ

González-Delgado, R., Rodríguez-Hidalgo, A. J., Ortega-Ruiz, R., Benitez-Sillero, J. de D., & Murillo-Moraño, J. (2024). Predictors of social exclusion among adolescents: The weight of physical self-concept dimensions. *Children*, *11*(10), 1235.

Hafizoh, R., & Tama, M. M. L. (2024). Hubungan Harga Diri Dengan Fear of Missing Out Video Pendek di Tik Tok Pada Siswa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, *11*(2), 417–434.

Hapsan, I. S. R. A., Astuti, I. S. N. D., & Hapsan, A. (2024). *PERKEMBANGAN SOSIOEMOSI DAN MORAL: Kunci Keberhasilan Belajar Matematika*. CV. Ruang Tentor. https://books.google.co.id/books?id=99Y5EQAAQBAJ

Indrianie, E., Pratama, S. C., Rizkiya, D. A., Hendrawan, J. F., Cristyadi, J., Umayya, H. R., Ayeisha, S. M., Putri, A. W., Mee, N. S., & Fitriah, A. (2026). Sebuah PSIKOEDUKASI

DALAM PENGEMBANGAN SELF-ESTEEM PADA ANAK-ANAK YAYASAN AL-KAUTSAR LEMBANG. *ABDIMAS UNWAHAS*, *11*(1), 15–22.

Isroani, F. (2023). *Psikologi Perkembangan*. LovRinz Publishing. https://books.google.co.id/books?id=0fTLEAAAQBAJ

Kusumaningsih, S. S. T. M. K., Fanni Hanifa, S. S. T. B. M. K., Elisya Handayani Sodikin, S. S. T. B. M. K., & Dr. Budi Astyandini, S. S. T. M. K. (2025). *Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Remaja, Pranikah dan Prakonsepsi*. Mahakarya Citra Utama Group. https://books.google.co.id/books?id=NxhnEQAAQBAJ

Lusiana, S., Sofi Syamilatul Fahmi, M. S. P., Syifa Rahma Tsania, S. P., & Adab, P. (n.d.). *Kumpulan KTI Inovatif Siswa SMA Nurul Fikri Boarding School Lembang*. Penerbit Adab. Retrieved https://books.google.co.id/books?id=vEAVEQAAQBAJ

Ngadiman, D. A. S., Yendi, F. M., Nurfarhanah, N., & Putriani, L. (2023). Analisis Self-Esteem Anak Berkebutuhan Khusus di SMA Negeri 3 Padang serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Current Issues in Counseling*, *3*(1), 160–168.

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.

Setyanto, A. T. (2026). *Kesehatan Mental Anak pada Era Digital, Tantangan, Fakta, dan Harapan*. https://books.google.co.id/books?id=85cFEgAAQBAJ

Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Kencana. https://books.google.co.id/books?id=TuNiDwAAQBAJ

Wulandari, V. S. F. (2026). (2026). HUBUNGAN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN SELF-ESTEEM PADA SISWA SMP DI ERA DIGITAL: SEBUAH KAJIAN KEPUSTAKAAN EKSTENSIF. *Nucl. Phys.*, *13*(1), 104–116. https://www.preventionweb.net/news/preliminary-report-february-6-2023-earthquakes-turkiye

Xu, X., Han, W., & Liu, Q. (2023). Peer pressure and adolescent mobile social media addiction: Moderation analysis of self-esteem and self-concept clarity. *Frontiers in Public Health*, *11*, 1115661.