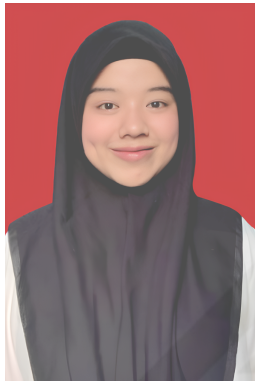


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DAN
KECANDUAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESTABILAN
EMOSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI**

SKRIPSI



OLEH :

RANA SYIFA

11960124910

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SULTAN SYARIF KASIM RIAU

2024

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DAN
KECANDUAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESTABILAN
EMOSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI**

SKRIPSI

**Disusun Guna Memenuhi Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi (S1)**



OLEH :

**RANA SYIFA
11960124910**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

2024

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESTABILAN EMOSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI

Disusun oleh :

RANA SYIFA


NIM : 11960124910

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 29 Oktober 2024

Pembimbing



Ivan Muhammad Agung, M. Si

NIP. 19810905 200912 1 004



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Rana Syifa
NIM : 11960124910
Judul Skripsi : Hubungan *Fear Of Missing Out* (Fomo) dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi Pada Mahasiswa Psikologi

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Rabu/ 20 November 2024
Bertepatan dengan : Rabu/ 18 Jumadil Awal 1446 H

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si
NIDN 2022106501

Sekretaris

Ivan Muhammad Agung, M. Si
NIDN 2005098101

Penguji I

Putri Miftahul Fannah, M.Psi., T
NIDN 2008019401

Penguji II

Dr. Harmaini, M.Si
NIDN 2024077202

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. H. Kusnadi, M.Pd
NIDN 2012126701

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rana Syifa
 NIM : 11960124910
 Tempat/Tgl. Lahir : Bogor, 02 Agustus 2001
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi
 Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Hubungan Fear of Missing Out (FOMO) dan Kecanduan Media Sosial Terhadap
Kestabilan Emosi Pada Mahasiswa Psikologi

Meyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 10 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



NIM : 11960124910

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka”

(QS. Ar-Ra’d: 11)

“Jangan dulu lelah, yakin semua indah, pejamkanlah mata pada-Nya kita berserah”

(Batas Senja)

“You can’t control the wind, but you can adjust your sails”

UIN SUSKA RIAU



HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil ‘Alamin, puji syukur atas berkat dan rahmat Allah SWT yang memberi nikmat kesehatan, kekuatan, dan kesempatan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini dipersembahkan kepada: Kedua orang tua ku yang tercinta Ayah Alm. Drs. H. Darnis Sofianto, MM. dan Ibu Dr. Hj. Sri Rezeki, S. Pd., M. Si., terimakasih atas cinta, pengorbanan, perjuangan, dan do’a yang tiada hentinya untuk anak bungsu kalian ini, tanpa kalian semuanya takkan terlalui. Semoga Allah selalu memberikan kebahagiaan dan kesehatan untuk Ayah dan Ibu. Kakakku tersayang Akla Nabila, A. Md., terimakasih atas dukungan dan do’a yang telah diberikan untuk adik. Terimakasih selalu memberikan hadiah pencapaian dan menjadi motivasi adik untuk terus lebih baik dan dapat diandalkan. Teruntuk diriku sendiri, terimakasih telah berjuang dan bertahan sejak awal perkuliahan hingga sampai pada tahap akhir ini. Semoga selalu kuat dan banyak hal-hal baik yang terjadi kedepannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah atas segala nikmat serta kekuatan yang telah diberikan Allah Subhanahuwata'ala sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana (S1) dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Judul skripsi ini adalah **“Hubungan *Fear of Missing Out (FoMO)* Dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi Pada Mahasiswa Psikologi”**.

Skripsi ini berhasil peneliti selesaikan berkat bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak yang tidak dapat peneliti sampaikan satu persatu. Semoga Allah SWT membalas kebaikan pihak-pihak yang telah membantu peneliti dengan memberikan pahala yang berlipat ganda, Amin ya Robbal Alamin. Rasa terimakasih terutama peneliti sampaikan kepada:

1. Bapak prof. Dr. Hairunnas, M. Ag. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif kasim Riau.
2. Ibu Dr. Hj. Helmiati, M. Ag. Selaku Wakil Rektor I, Bapak Dr. H. Mas'ud Zein, M. Pd. Selaku Wakil Rektor II, dan Bapak Edi Erwan, S. Pt., M. Sc., Ph. D selaku Wakil Rektor III
3. Bapak Dr. Kusnadi, M. Pd. Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau yang senantiasa mengupayakan seluruh mahasiswa untuk menyelesaikan studi dengan tepat waktu.
4. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M. Ag., M. Si., Ibu Dr. Vivik Shofiah, S. Psi., M. Si., Ibu Yuslenita Muda, S. Si., M. Sc. Selaku Wakil Dekan Fakultas



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Psikologi UIN Suska Riau yang telah memfasilitasi peneliti dalam proses perkuliahan di UIN Suska Riau

5. Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M. Psi, Psikolog, selaku ketua jurusan Psikologi yang telah mengelola perkuliahan di Fakultas Psikologi menjadi lebih baik.
6. Ibu Raudhatussalamah, S. Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan nasehat dan bimbingan kepada peneliti selama perkuliahan.
7. Bapak Ivan Muhammad Agung, M. Si selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu memberikan perhatian, saran, kebaikan yang begitu banyak sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih yang tak terhingga atas banyaknya jasa yang telah Bapak berikan agar peneliti dapat melakukan yang terbaik. Semoga Allah membalas segala kebaikan Bapak dengan kebaikan yang berlipat ganda.
8. Ibu Putri Miftahul Jannah, M. Psi. T selaku narasumber I dan Bapak Dr. Harmaini, M. Si selaku narasumber II terimakasih banyak atas segala perbaikan dan arahan yang diberikan untuk penelitian ini.
9. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi UIN Suska Riau atas ilmu dan pelajaran yang diberikan kepada peneliti selama perkuliahan.
10. Seluruh responden Psikologi Angkatan 2021, 2022 dan 2023 yang bersedia meluangkan waktunya untuk membantu peneliti selama melakukan penelitian.
11. Teristimewa untuk kedua orang tercinta Ayahanda Alm. Drs. H. Darnis Sofianto, MM. dan Ibunda Dr. Hj. Sri Rezeki, S. Pd., M. Si., serta kakak



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tersayang Akla Nabila, A. Md. Yang selalu memberikan semangat, dukungan, kekuatan serta do'a yang tidak pernah putus dari awal penulis menempuh jenjang perkuliahan hingga sampai pada tahap akhir ini.

12. Kucing kesayangan peneliti Archie, Bolu, Tutu, Sotam, Soren, Dalgon, dan Dagok yang selalu menjadi *mood booster* peneliti Ketika sedang merasa Lelah saat pengerjaan skripsi

13. Teman seperjuangan dari SMP-Kuliah Fathiyya Nahda Nazhifa yang sudah memberikan semangat serta bantuan selama peneliti menempuh Pendidikan S1 Psikologi

14. Teman -teman Bilingual Class E (Excel) angkatan 2019 yakni Alfia, Clara, Fifah, Fatur, Fio, Hazza, Ifi, Ika, Indah, Iqbal, Jannah, Masyitah, Nada, Nelsy, Sarah, Silvy, Nisa, Raihan, dan Vicky terimakasih atas kebersamaan kita selama ini, semoga sehat dan sukses selalu.

15. Teman-teman Remaja dan Pemuda Masjid Al-Muhajirin (JADDA MASMUHA) Kak Muna, Kak Rara, Mella, Zia, dan yang lainnya sudah menjadi pengingat dan penyemangat saat pengerjaan skripsi.

16. Teman-teman KKN Kelurahan Batu Panjang, Rupert yakni Fau, Yulis, Iffah, Cece, Okta, Limbong, Fajri, Udin, Maul, Abdi terimakasih telah mengukir cerita bersama selama mengabdikan dan saling menguatkan sampai akhir.

17. Serta kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan banyak kebaikan kepada peneliti.

Skripsi ini disusun dengan seluruh kemampuan yang dimiliki peneliti.

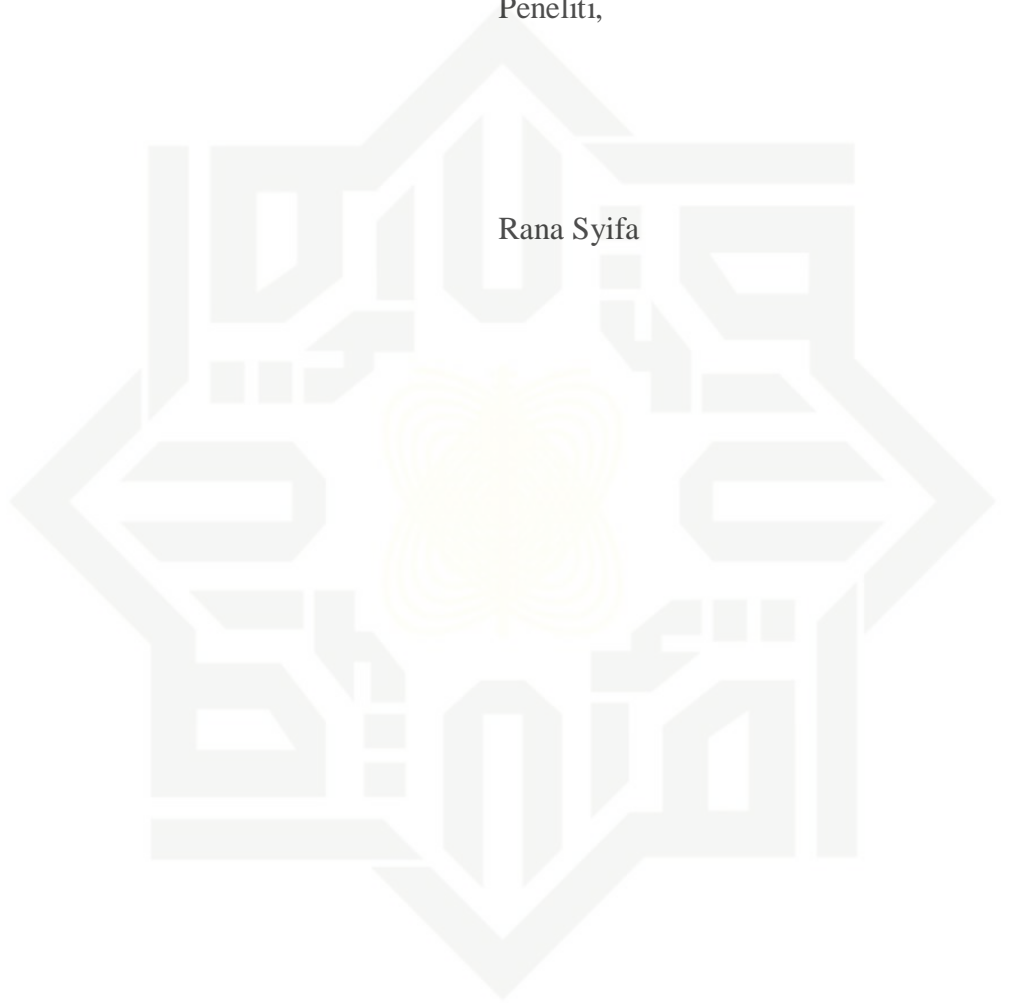
Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna sempurna. Oleh karena itu,

peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Pekanbaru, Oktober 2024

Peneliti,

Rana Syifa



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN PEMBIMBING	i
PENGESAHAN PENGUJI	ii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kestabilan Emosi	10
1. Pengertian Kestabilan Emosi	10
2. Indikator Kestabilan Emosi	12
3. Karakteristik kestabilan emosi	13
4. Faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi	14
B. Fear of Missing Out (FoMO)	15
1. Pengertian Fear of Missing Out (FoMO)	15
2. Aspek-Aspek Fear of Missing Out (FoMO)	17
C. Kecanduan Media Sosial	18
1. Pengertian Kecanduan Media Sosial	18
2. Aspek-aspek Kecanduan Media Sosial	20
3. Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial	20
D. Kerangka Berfikir	22
E. Hipotesis	24



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Identifikasi Variabel Penelitian	25
C. Definisi Operasional	25
1. Kestabilan Emosi	25
2. Fear of Missing Out (FoMO)	26
3. Kecanduan Media Sosial	26
D. Partisipan Penelitian	26
1. Populasi	26
2. Sampel	27
3. Teknik Pengambilan Sampel	27
E. Metode Pengumpulan Data	29
1. Skala Kestabilan Emosi	29
2. Skala Fear of Missing Out (FoMO)	30
3. Skala Kecanduan Media Sosial	31
F. Uji Coba Alat Ukur	31
1. Validitas	33
2. Reliabilitas	34
3. Uji Daya Beda Aitem	34
G. Analisis Data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Pelaksanaan Penelitian	39
B. Hasil Penelitian	40
C. Analisis Tambahan	46
D. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021, 2022, dan 2023.....	27
Tabel 3. 2 Pengambilan Sampel Tiap Sub Kelompok	28
Tabel 3. 3 Skala Adaptasi Kestabilan Emosi	30
Tabel 3. 4 Skala Adaptasi <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	30
Tabel 3. 5 Skala adaptasi Kecanduan Media Sosial.....	31
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	34
Tabel 3. 7 Blueprint Skala Kestabilan Emosi (Setelah Try Out)	35
Tabel 3. 8 Blueprint Skala Kestabilan Emosi (Untuk Penelitian).....	36
Tabel 3. 9 Blueprint Skala <i>Fear of missing out</i> (Setelah Try Out)	36
Tabel 3. 10 Blueprint Skala <i>Fear of missing out</i> (Untuk Try Out).....	37
Tabel 3. 11 Blueprint Skala Kecanduan Media Sosial (Setelah Try Out)	37
Tabel 3. 12 Blueprint Skala Kecanduan Media Sosial (Untuk Try Out)	38
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Tabel 4. 2 Gambaran Media Sosial yang digunakan Subjek	40
Tabel 4. 3 Gambaran Tipe Pengguna Media Social Subjek	41
Tabel 4. 4 Gambaran Durasi Penggunaan Media Social Subjek	41
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	42
Tabel 4. 6 Uji Linearitas	43
Tabel 4. 7 Hasil Uji Multikolinearitas	44
Tabel 4. 8 Hasil Uji F.....	45
Tabel 4. 9 Hasil Uji t.....	46
Tabel 4. 10 Norma Kategorisasi	47

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 4. 11 Gambaran Data Hipotetik Dan Empirik Variabel Kestabilan Emosi ...	48
Tabel 4. 12 Hasil Kategorisasi Variabel Kestabilan Emosi.....	48
Tabel 4. 13 Hasil Kategorisasi Variabel Kecanduan Media Sosial.....	49
Tabel 4. 14 Hasil Kategorisasi Variabel <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	49
Tabel 4. 15 Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Kecanduan Media Sosial...	50
Tabel 4. 16 Hasil Kategorisasi Variabel Kecanduan Media Sosial.....	50
Tabel 4. 17 Koefisien Determinasi	51
Tabel 4. 18 Sumbangan Efektif Total FoMO (X1) dan Kecanduan Media Sosial (X2) terhadap Kestabilan Emosi (Y).....	52
Tabel 4. 19 Sumbangan Efektif Masing-Masing Variabel bebas terhadap Kestabilan Emosi	53

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A.....	62
LAMPIRAN B.....	87
LAMPIRAN C.....	98
LAMPIRAN D.....	111
LAMPIRAN E.....	117
LAMPIRAN F.....	123
LAMPIRAN G.....	131
LAMPIRAN H.....	157
LAMPIRAN I.....	160
LAMPIRAN J.....	164

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) DAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESTABILAN EMOSI

Rana Syifa

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: ransyif.28@gmail.com

ABSTRAK

Aktivitas yang terus menerus terhubung dengan media sosial dapat memicu indikasi *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial, sehingga dapat mempengaruhi kestabilan emosi mahasiswa. Kestabilan emosi adalah kondisi seseorang yang terbebas dari sejumlah besar variasi atau perselang-selingan dalam suasana hati; sifat karakteristik orang yang memiliki kontrol emosi yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara FoMO dan kecanduan media sosial dengan kestabilan emosi mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan tabel krejcie dan morgan dengan subjek penelitian sebanyak 220 responden. Pengumpulan data menggunakan tiga skala, yaitu Skala Kestabilan Emosi, skala FoMO, dan *Social Media Addiction Scale* (SMAS). Data penelitian dianalisis menggunakan analisis regresi berganda. Berdasarkan hasil uji simultan diketahui nilai signifikansi sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Sedangkan untuk hasil uji parsial nilai t hitung FoMO sebesar $-3.706 < 1,970$ dengan nilai sig. sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sumbangan efektif total variabel FoMO dan kecanduan media sosial adalah 18,7%. Masing-masing variabel memberikan sumbangan efektif yaitu FoMO 10% dan kecanduan media sosial 9%.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out*, Kecanduan Media Sosial, Kestabilan Emosi

THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AND SOCIAL MEDIA ADDICTION ON EMOTIONAL STABILITY

Rana Syifa

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim State Islamic University, Riau

e-mail: ransyif.28@gmail.com

ABSTRACT

Continuous social media engagement can trigger indicators of fear of missing out (FoMO) and social media addiction, which can affect the emotional stability of students. Emotional stability is a condition in which a person is free from a large amount of variation or alternation in mood; a characteristic trait of people who have good emotional control. This study aims to determine the relationship between FoMO and social media addiction with the emotional stability of students. Sampling was carried out using the Krejcie and Morgan table with a total of 220 respondents. Data collection used three scales, namely the Emotional Stability Scale, the FoMO scale, and the Social Media Addiction Scale (SMAS). The research data was analyzed using multiple regression analysis. Based on the results of the simultaneous test, the significance value is known to be 0.000, which indicates that the hypothesis is accepted. While for the results of the partial test, the t-count value of FoMO is $-3.706 < 1.970$ with a sig value of 0.000 ($p < 0.05$). The total effective contribution of the FoMO and social media addiction variables is 18.7%. Each variable provides an effective contribution, namely FoMO 10% and social media addiction 9%.

Keywords: *Fear of Missing Out* (FoMO), Social Media Addiction, Emotional Stability

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pertumbuhan pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 54.6% pada tahun 2017. Konten internet yang paling banyak diakses adalah konten media sosial dimana tercatat terdapat 97.4 % orang Indonesia yang mengakses media sosial ketika menggunakan internet (Sugiharto, 2016). Pengguna media sosial memiliki rentang usia yang beragam, meskipun Sugiharto (2016) melaporkan bahwa anak muda merupakan pengguna internet terbesar di Indonesia. Ada 22,3 juta pengguna internet pada kelompok usia 20-24 tahun, yang mayoritas menggunakan media sosial. Menurut data yang dikeluarkan APJII dan dikutip dari liputan6.com, mayoritas responden mengaku menggunakan internet lebih dari enam jam setiap hari. Menurut Kramer dkk (2014) informasi nonverbal dapat menjadi salah satu cara terjadinya penularan emosional. Hal ini dikuatkan oleh penelitian selama 20 tahun oleh Fowler & Christakis (2008) dan Rosenquist dkk (2011) yang menunjukkan bahwa keputusan dan kebahagiaan dapat disebarakan melalui media.

Salah satu efek yang terjadi apabila terlalu banyak menggunakan media sosial adalah emosi yang diungkapkan melalui media sosial dapat ditularkan tanpa sadar. Hal ini memungkinkan pengguna media sosial untuk merasakan emosi yang sama tanpa sadar. Kramer dkk (2014) menyatakan bahwa penularan emosi dapat terjadi tanpa melalui interaksi secara langsung dan meski tanpa informasi non-verbal. Hal ini



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dibuktikan pula dalam penelitian Fowler & Christakis (2008) serta Rosenquist dkk (2011) yang dilakukan selama 20 tahun pada sebuah media sosial yang menunjukkan bahwa *mood* yang bertahan lama, seperti depresi dan kebahagiaan, dapat ditularkan melalui media sosial. Pada masa dewasa awal, kestabilan emosi berfungsi sebagai pelindung antara *stressor* dan aktivitas perkembangan yang membutuhkan kecerdasan afektif dan sosial (Santrock, 2009). Menurut Chaturvedi & Chander (2010) Stabilitas emosional adalah salah satu kualitas afektif yang perlu dimiliki individu. Kestabilan emosi merupakan faktor yang membuat individu mampu untuk mengembangkan cara yang tenang dan seimbang dalam menghadapi tekanan dalam hidup (Li, 2015).

Selain dapat menjadi media penularan emosi, penggunaan media sosial yang terlalu banyak juga telah terbukti dapat mempengaruhi suasana hati seseorang. Sebuah studi (Steer, 2014) menemukan bahwa saat menghabiskan waktu menelusuri media sosial, seseorang secara otomatis akan mulai membandingkan apa yang terjadi dalam hidupnya dengan apa yang terjadi pada hidup orang lain dan pencapaian mereka. Perubahan suasana hati terjadi karena orang akan melalui proses perbandingan profil dirinya dengan profil milik orang lain. Terutama ketika seseorang dihadapkan pada kebahagiaan orang lain, maka akan menghasilkan perasaan iri dan muram.

Fear of missing out (FoMO) atau takut ketinggalan adalah salah satu dari beberapa faktor yang mempengaruhi stabilitas emosional. Rasa takut kehilangan peluang sosial (FoMO) memotivasi individu untuk mempertahankan hubungan yang konstan dengan orang lain dan memberitahu tentang semua yang mereka lakukan



(Przybylski, dkk, 2013). Penelitian tentang FoMO mengungkapkan bahwa hampir 70% orang dewasa mengalami FoMO (JWT Intelligence, 2012), dan bahwa beberapa komponen FoMO terutama iritabilitas, kecemasan, dan perasaan tidak mampu (Abel dkk., 2016) diperburuk oleh kunjungan ke situs media sosial (Wortham, 2011). Tingkat FoMO yang tinggi pada remaja dapat menyebabkan gejala emosional yang meningkat sebagai akibat dari perasaan isolasi sosial dan kehilangan pengalaman bersama yang signifikan (Oberst dkk., 2017). Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa FoMO dapat mempengaruhi kestabilan emosi seseorang.

Kecanduan media social, juga mempengaruhi kestabilan emosi. Kecanduan media sosial pada saat ini merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari lagi. Kecanduan media sosial diawali dengan perkembangan teknologi komunikasi yang baru dan memberikan berbagai macam kemudahan bagi penggunanya. Menurut Rubin (dalam Jalonen, 2014), meskipun emosi dirasakan melalui media sosial pada tingkat individu, perasaan dapat dibagikan dengan dan oleh orang lain. Media sosial dipandang sebagai inovasi baru sebagai lokasi untuk menemukan pengalaman emosional yang dibagikan dan diperkuat.

Penelitian yang dilakukan oleh Kramer dkk (2014) menyatakan bahwa media sosial berdampak pada mood penggunanya. Ditemukan bahwa orang yang terpapar banyak konten media sosial yang tidak menyenangkan lebih cenderung memposting konten buruk itu sendiri. Di sisi lain, kemungkinan orang tersebut akan mengirimkan konten yang baik juga akan meningkat jika dia lebih sering terpapar konten media sosial yang menyenangkan. Informasi yang saat ini banyak disebarluaskan ke publik,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



bagaimanapun, cenderung negatif dan mengandung gangguan, kekerasan, dan merusak moral. Karena itu, keputusan dan agresivitas lebih banyak terjadi di masyarakat (Chaturvedi & Chander, 2010). Karena perubahan suasana hati ini, stabilitas emosional seseorang akan terpengaruh.

Individu dewasa awal yang berkembang dengan normal seharusnya telah mencapai kestabilan ekosi yang baik (Chaturvedi & Chander, 2010). Individu dewasa awal membutuhkan kestabilan emosi agar dapat menemukan cara yang efektif, realistis, dan seimbang dalam menghadapi masalah dan tekanan yang timbul. Pencapaian ini didukung oleh perkembangan emosi yang telah mencapai kematangan (Santrock, 2009). Individu dewasa awal telah memiliki kemampuan pengendalian emosi yang lebih baik dibandingkan dengan individu pada masa perkembangan sebelumnya, yaitu pada masa anak-anak dan remaja dimana individu masih melewati tahap perkembangan emosi. Hal ini dapat dilihat dari pemilihan strategi *coping* individu dewasa awal yang lebih realitis dan tidak kekanak-kanakan.

Kestabilan emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan system emosi yang kompleks pada individu untuk tetap menjaga ketenangan dan keseimbangannya secara efektif (Li, 2005). Kestabilan emosi menurut Thorndike dan Hagen (1979) ditandai dengan adanya kesamaan *mood*, niat, ketertarikan, keceriaan, ketenangan, dan kendali, tidak adanya perasaan bersalah, tidak adanya dominasi ide-ide dan *mood*. Maka, dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi merupakan factor yang memampukan seseorang untuk mengembangkan cara yang tenang dan seimbang dalam menghadapi tekanan dalam hidup. Keseimbangan ini muncul dalam bentuk cara

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pikir yang berfokus pada realita, kemampuan yang baik untuk menilai dan mengevaluasi, serta berkembangnya perasaan, persepsi, dan sikap yang mendukung dalam memahami kondisi yang tidak menyenangkan dalam hidup (Smithson, 1974),

Sebaliknya, ketidakstabilan emosi merujuk pada kegagalan seseorang dalam mengembangkan kemandirian yang seharusnya tampak pada orang dewasa yang normal (Chaturvedi & Chander, 2010). Ketidakmandirian ini menyebabkan pola penyesuaian diri yang kekanak-kanakan dan ketidakmampuan untuk menjaga ketenangan dan keseimbangan di tengah tekanan. Kanfer & Heggestad (1997) menyebutkan bahwa orang yang memiliki ketidakstabilan emosi tidak mampu mengendalikan emosi dan oleh karenanya membuat mereka sulit berkonsentrasi dan menyelesaikan tugas terutama dalam kondisi penuh tekanan. Kurangnya kemampuan berkonsentrasi ini dapat menyebabkan menurunnya produktivitas, meningkatnya kesalahan, dan akibatnya performa seseorang akan menjadi buruk.

Pandangan yang sama mengenai ketidakstabilan emosi diungkapkan pula oleh Judge & Ilies (2002) yang menyebutkan bahwa mereka yang mudah mengalami kecemasan dan rasa tidak aman (ciri-ciri ketidakstabilan emosi) cenderung merasa ketakutan, lebih sering memikirkan kegagalan, serta lebih merasa tidak mampu berbuat apa-apa dan membutuhkan bantuan orang lain. Dalam kata lain, ketidakstabilan emosi dapat memicu munculnya perasaan ketidakberdayaan yang umum disebut, meminjam istilah dari Rodhewalt (1994), “*self-handicapping*” penghambatan diri sendiri. Merangkum dari apa yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa individu dengan ketidakstabilan emosi akan menunjukkan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kefinghian, ketidakberdayaan, keputusasaan, sikap kekanak-kanakan, selalu mencari simpati dari orang lain, rendahnya kemampuan mengendalikan, dan rendahnya kemampuan untuk menyelesaikan masalah.

Hasil dari kedua penelitian ini menunjukkan bahwa kestabilan emosi merupakan faktor yang penting untuk menghadapi tekanan yang dialami oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Kestabilan emosi dapat berperan menjadi penengah dalam menghadapi stressor bagi individu dewasa awal sehubungan dengan tugas perkembangan membutuhkan keterampilan sosial dan emosional (Santrock, 2009). Keterampilan ini nantinya akan membantu memudahkan individu dewasa awal dalam beradaptasi dengan perubahan pola hidup dan menghadapi masalah. Salah satu hal yang termasuk dalam keterampilan emosional yang harus dimiliki oleh individu dewasa awal adalah kestabilan emosi (Chaturvedi & Chander, 2010).

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai kestabilan emosi individu dewasa awal terkait dengan adanya perkembangan teknologi media sosial yang menyebabkan kecanduan dan fenomena FoMO yang terjadi di sekitar dapat menjadi sumber stress tambahan. Peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Suska Riau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan negatif antara; FoMO terhadap kestabilan emosi, kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi, kemudian FoMO dan kecanduan



media sosial terhadap kestabilan emosi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2021, 2022, 2023

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Suska Riau

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan beberapa bahan bacaan yang peneliti dapatkan, penelitian mengenai *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi ini belum banyak dilakukan, baik di luar negeri maupun di dalam negeri. Berikut beberapa penelitian yang telah dilakukan peneliti sebelumnya mengenai *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi:

1. M.A. Fabris, D. Marengo, C. Longobardi dan M. Settanni (2020) telah melakukan penelitian mengenai *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap emosional dengan judul *Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media*. Adapun perbedaannya dengan peneliti ialah M.A. Fabris dkk. Menggunakan “Peran stres yang terkait dengan pengabaian dan reaksi negatif di media sosial” untuk menghubungkan antara FoMo, kecanduan media sosial dan gejala emosi, sedangkan peneliti tidak menggunakannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
2. Blaine L. Browne, Mara S. Aruguete, Lynn E. McCutcheon, dan Anna Marie Medina juga telah melakukan penelitian yang berjudul *Social and Emotional Correlates of the Fear of Missing Out* (2018). Adapun perbedaannya terdapat pada variable penelitian, yang mana peneliti tidak menggunakan variable sosial namun menggunakan kecanduan media sosial sebagai variable tambahan. Perbedaan lainnya juga terdapat pada tujuan penelitiannya. Blaine dkk. Mempunyai tujuan penelitian untuk membandingkan dan memvalidasi pengukuran “*fear of missing out*” (FoMO), sedangkan peneliti ingin melihat hubungan antara FoMO dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi. Adapun persamaannya adalah subjek penelitian menggunakan mahasiswa.
 3. Penelitian berjudul *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out* yang telah dilakukan oleh Andrew K. Przybylski, Kou Murayama, Cody R. DeHaan, dan Valerie Gladwell pada tahun 2013. Perbedaan yang terdapat adalah Przybylski dkk. Melakukan tiga studi pada penelitiannya yaitu, mengembangkan penilaian laporan diri yang mengukur konstruk FoMO, mengeksplorasi bagaimana FoMO konstelasi dengan berbagai faktor demografi, dan memeriksa korelasi emosional dan perilakunya. Sedangkan peneliti hanya melakukan studi hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi.
 4. Penelitian yang dilakukan oleh Melisa Setyawan yang berjudul Hubungan Antara Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kestabilan Emosi Pada Pengguna Media Sosial Usia Dewasa Awal pada tahun 2016. Perbedaan yang terdapat adalah disini



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

peneliti lebih mengecilkan cakupan durasi penggunaan media sosial yang sesuai dengan kategori kecanduan media sosial. Persamaan yang terdapat dari kedua penelitian ini adalah subjek yang digunakan adalah dewasa awal.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menambah sumber bacaan pada keilmuan psikologi mengenai *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengakses internet, sehingga dapat mencegah mahasiswa dari perilaku kecanduan dan menimbulkan perilaku FoMO yang menyebabkan masalah emosional serta memberikan saran kepada mahasiswa agar tetap memiliki kestabilan emosi pada masa marak media sosial.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kestabilan Emosi

1. Pengertian Kestabilan Emosi

Emosi diartikan sebagai keadaan perasaan yang melibatkan pikiran-pikiran dan perubahan fisiologis, ekspresi seperti reaksi wajah, *gesture* atau postur tubuh (Jalonen, 2014). Emosi adalah reaksi fisiologis dan kecenderungan perilaku yang dirancang dengan rumit yang disebabkan oleh bagaimana seseorang memandang dunia di sekitar mereka (Strongman, 1996). Menurut Santrock (2007), seorang individu mengalami emosi ketika berada dalam suatu interaksi atau situasi yang sangat mereka hargai. Menurut pandangan para ahli, emosi adalah perasaan manusia yang mendalam dan kompleks yang memiliki kualitas fisik, psikologis, pribadi, dan sosial. Emosi dipengaruhi oleh lingkungan dan pengalaman.

Kestabilan emosi adalah kemampuan seseorang beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, orang yang memiliki kestabilan emosi tidak mengekspresikan emosinya dengan berlebihan dan mampu mengendalikan diri (Yusuf, 2016). Kestabilan emosi (*emotional stability*) adalah kondisi seseorang yang terbebas dari sejumlah besar variasi atau perselang-selingan dalam suasana hati; sifat karakteristik orang yang memiliki kontrol emosi yang baik. Irma (2003) menjelaskan bahwa kestabilan emosi mengacu ketika menghadapi kesulitan. Emosi yang stabil atau tidak mudah bergejolak disebut sebagai stabilitas emosi. Saat menangani masalah, seseorang



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan stabilitas emosi dapat melakukannya dengan presisi dan menahan diri sehingga emosinya tidak mengganggu aktivitas lain.

Kestabilan emosi merupakan keadaan emosi seseorang yang bila mendapat rangsangan-rangsangan emosional dari luar tidak menunjukkan gangguan emosional, seperti depresi dan kecemasan. Dengan kata lain individu tersebut mampu mengendalikan dirinya dengan baik. Kestabilan emosi merupakan proses dimana kepribadian secara berkesinambungan berusaha mencapai kondisi emosi yang sehat dan selaras dalam jiwa dan raga (Smitson dalam Irawati, 2018).

Di sisi lain, ketidakstabilan emosi merujuk pada kegagalan seseorang untuk mengembangkan kemandirian atau kebergantungan pada diri sendiri yang seharusnya muncul pada orang dewasa yang normal, yang disertai dengan penggunaan terus-menerus penyesuaian diri yang kekanak-kanakan dan ketidakmampuan untuk menjaga keseimbangan di bawah kondisi yang penuh tekanan (Chaturvedi & Chander, 2010). Individu yang memiliki ketidakstabilan emosi menunjukkan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah dan selalu membutuhkan bantuan orang lain dalam menyelesaikan tugas sehari-hari. Selain itu, individu ini juga menunjukkan sikap kekanak-kanakan, egois, mudah terpengaruh, dan penuntut.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi adalah kondisi atau keadaan seseorang yang memiliki emosi yang matang dan ketika mendapatkan rangsangan dari luar tidak menimbulkan gangguan emosional, seperti memiliki keseimbangan yang baik dan mampu menyelesaikan atau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghadapi masalah dengan kondisi emosi yang tetap atau sama sehingga tercapai penyesuaian diri yang baik.

2. Indikator Kestabilan Emosi

Chaturvedi & Chander (2010) menyatakan terdapat lima indikator kestabilan emosi, yaitu:

a. Optimisme

Individu yang optimisme tampak ceria dan optimis. Mereka menunjukkan kegigihan dalam mengejar tujuan mereka dalam menghadapi tantangan dan menjalani hidup dengan percaya bahwa kesuksesan itu mungkin.

b. Empati

Empati adalah kemampuan untuk merasakan emosi orang lain. Ketika membuat keputusan, individu yang empatik selalu memperhitungkan perasaan orang lain dan keadaan yang relevan.

c. Kemandirian

Orang yang mandiri menghargai kebebasan dan kemandirian, bertanggung jawab atas nasib diri sendiri, membuat keputusan untuk diri sendiri, dan menangani masalah dengan cara yang praktis.

d. Ketenangan

Individu yang tidak mudah terusik dan dapat menahan kekhawatiran atau kecemasan yang irrasional. Ini memungkinkan orang untuk tetap tenang di bawah tekanan, bernalar secara logis, dan berkonsentrasi.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

e. Toleransi

Orang yang toleran adalah orang yang baik hati, bersikap tenang, tidak memiliki masalah interpersonal, dan tidak melakukan tindakan kekerasan baik langsung maupun tidak langsung. Mereka dapat secara efektif menangani perasaan dan impuls yang mengganggu. Sebaliknya, ledakan kekerasan, pertengkaran, dan pertengkaran adalah tanda-tanda orang agresif yang menunjukkan kemarahannya baik secara langsung maupun tidak langsung. Mereka tidak tahan dengan orang lain dan termotivasi untuk membalas dendam pada siapa pun yang tidak setuju dengan mereka.

Berdasarkan pendapat Chaturvedi & Chander tersebut, maka indikator tersebut digunakan sebagai acuan dalam penyusunan instrumen penelitian kestabilan emosi yaitu optimisme, empati, kemandirian, ketenangan, dan toleransi. Alasan peneliti menggunakan indikator dari Chaturvedi & Chander (2010) yakni dengan pertimbangan indikator tersebut lebih komprehensif dan dapat mewakili di dalam penelitian ini.

3. Karakteristik kestabilan emosi

Emosi yang stabil memiliki karakteristik berupa keceriaan, percaya diri, sikap realistis, optimis, tidak terdapat perubahan perasaan yang spontan, serta tidak terobsesi dengan rasa bersalah, cemas maupun kesepian. Seseorang dengan emosi yang stabil tidak mudah dipengaruhi perasaan, tidak mudah kecewa, dapat menerima dan menyelesaikan tekanan, serta tidak terlalu keras pada dirinya dalam menghadapi kenyataan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Morgan & King (1975), Smith (1955) dan Mckeachie & Doyle (1967) menyatakan terdapat perbedaan karakteristik psikologis antara individu yang mempunyai emosi stabil emosi yang tidak stabil, yaitu:

- a. Smith (1955) menyatakan bahwa individu yang mempunyai emosi stabil cenderung produktif dan kreatif, sedangkan Morgan & King (1975) menyatakan individu tersebut cenderung tidak mudah cemas serta frustrasi, memiliki kemandirian, semangat tinggi dan efisien. Mckeachie, Doyle dan Moffet (1976) menyatakan bahwa individu yang stabil secara emosional lebih fokus dalam mengerjakan sesuatu daripada individu yang tidak stabil secara emosional.
- b. Smith (1955) menyatakan bahwa individu dengan emosi yang tidak stabil memperlihatkan sifat-sifat tertentu yaitu tidak produktif, kurang hati-hati dalam bertindak, mudah cemas, stres, serta frustrasi. Mckeachie, Doyle dan Moffet (1976) menyatakan bahwa individu dengan emosi tidak stabil menunjukkan dirinya dependen, tidak bersemangat dan tidak efisien yang mempengaruhi kinerja individu sehingga pekerjaan yang dilakukan tidak memberikan hasil yang optimal.

4. Faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi

Morgan & King (dalam Walgito, 1970) mengatakan ada beberapa factor yang dapat memengaruhi kesatbilan emosi seseoraang, yaitu:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Keadaan jasmani individu

Kondisi fisik meliputi kondisi Kesehatan jasmani individu. Individu yang berada dalam kondisi sehat akan memiliki kestabilan emosi yang lebih baik daripada individu yang sedang sakit.

b. Pembawaan (Keadaan dasar individu)

Factor pembawaan merupakan factor yang melekat pada diri individu. Factor ini meliputi factor genetika, gender, kepribadian, etnis, dan kondisi social ekonomi.

c. Stemming atau suasana hati

Factor suasana hati merupakan keadaan individu pada suatu waktu tertentu (mood). Keterpaparan individu pada berbagai macam stimulus emosi, termasuk di dalamnya emosi positif atau negatif sangat memengaruhi suasana hati individu tersebut. Hal ini berkaitan dengan kemunculan kondisi atau rangsangan dari luar yang memicu keadaan emosional atau perubahan suasana hati.

Berdasarkan faktor diatas, dapat diambil disimpulkan bahwa faktor kestabilan emosi dipengaruhi oleh keadaan jasmani individu, keadaan dasar individu, serta faktor stemming atau suasana hati.

B. Fear of Missing Out (FoMO)

1. Pengertian Fear of Missing Out (FoMO)

Fear of missing out (FoMO) merupakan bagian dari teori yang didasarkan pada *self-determinant theory*. FoMO merupakan keinginan untuk terhubung



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan apa yang dilakukan orang lain secara online atau di dunia maya dan didefinisikan sebagai rasa takut kehilangan momen penting orang atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir (Przyblylski dkk, 2013). JWT Intelligence (2011) juga menjelaskan bahwa FoMO adalah individu yang merasa ketakutan kepada orang lain yang memiliki pengalaman menyenangkan tetapi individu tersebut tidak ikut terlibat sehingga menyebabkan individu berusaha untuk tetap terhubung dengan orang lain melalui media sosial dan internet.

Wortham (dalam Azwar & Fury, 2020) menunjukkan bahwa FoMO merupakan suatu yang terdiri dari perasaan iritabilitas dan perasaan tidak mampu yang disertai kecemasan, perasaan mudah tersinggung, dan tidak mampu mengembangkan diri ketika melihat sesuatu di media sosial. Paul & Lutters (2015) menyatakan FoMO merupakan perilaku aktif pemeriksaan pada media sosial dan meluangkan waktu untuk memeriksa *smartphone* untuk melihat notifikasi dan merespon postingan. Sedangkan menurut Oberst dkk (2017) individu dengan FoMo memiliki kecemasan, neurotisisme, agresifitas yang tinggi serta harga diri yang rendah.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis sampai pada kesimpulan bahwa FoMO adalah individu yang takut akan kehilangan momen berharga mengenai orang lain karena individu tersebut tidak dapat hadir yang ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain melalui internet atau media sosial.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Aspek-Aspek Fear of Missing Out (FoMO)

Przybylski, dkk (2013) menyatakan terdapat dua aspek *fear of missing out*, yaitu:

a. *Relatedness*

Relatedness merupakan dorongan seseorang untuk mengalami perasaan kepemilikan, terkoneksi, dan solidaritas dengan orang lain. Orang-orang percaya bahwa mereka dapat memenuhi tuntutan koneksi mereka ketika mereka memiliki hubungan yang kuat, hangat, dan penuh kasih, yang membuat mereka merasa seperti mereka menginginkan lebih banyak kesempatan untuk terlibat dengan orang-orang penting dan untuk memajukan keterampilan sosial mereka. Dan jika tuntutan psikologis untuk keterkaitan ini tidak terpenuhi, orang menjadi khawatir dan beralih ke internet, antara lain, untuk belajar tentang pengalaman dan aktivitas orang lain.

b. *Self*

Pada aspek ini terdiri dari otonomi dan kompetensi. Otonomi merupakan kapasitas individu untuk memunculkan keinginan pribadi yang mengacu pada kebutuhan individu yang menentukan keputusan serta tindakannya tanpa pengaruh dari luar.

Selain dari dua aspek dia atas, Kaloeti (2021) telah mengembangkan aspek dari Przybylski, dkk menjadi empat aspek yaitu:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. *Comparison with friends*

Comparison with friends adalah munculnya perasaan negatif karena melakukan perbandingan dengan teman maupun orang lain.

b. *Being left out*

Being left out adalah munculnya perasaan negatif karena tidak dilibatkan dalam suatu kegiatan atau perbincangan.

c. *Missed experiences*

Missed experiences adalah munculnya perasaan negatif karena tidak dapat terlibat dalam suatu aktivitas.

d. *Compulsion*

Compulsion merupakan perilaku mengecek secara berulang aktivitas yang dilakukan oleh orang lain yang bertujuan untuk menghindari perasaan tertinggal berita terkini.

C. Kecanduan Media Sosial

1. Pengertian Kecanduan Media Sosial

Media sosial menurut Yunus (2010) merupakan media yang terhubung dengan jaringan internet yang memungkinkan pengguna melakukan komunikasi dalam dunia virtual atau *online*. Jalonen (2014) menjelaskan bahwa pada umumnya media social merujuk pada alat komunikasi antar manusia dimana mereka dapat menciptakan, berbagi, dan bertukar informasi dalam jaringan internet (*networks*).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kecanduan media sosial membahas secara khusus terkait dengan situs jejaring sosial, sedangkan kecanduan internet merupakan suatu kondisi di mana penggunaan internet menjadi kompulsif (Loongstreet & Brooks, 2017). Salah satu kategori aplikasi berbasis internet adalah media sosial. Ketergantungan dalam konteks ini didefinisikan oleh perhatian obsesif terhadap aktivitas online, didorong oleh alasan irasional untuk menggunakan media sosial, dan menginvestasikan banyak waktu dan upaya dalam menggunakan media sosial yang merugikan kehidupan penting lainnya (Andreassen, 2015).

Kecanduan media sosial, menurut Savci, dkk (2018) adalah penggunaan media sosial yang berlebihan, ketidakpuasan yang berlebihan, mengabaikan kegiatan di rumah, sekolah, atau tempat lain karena penggunaan yang berlebihan, mengalami masalah fisik dan emosional jika penggunaan media sosial di hentikan atau dikurangi, penggunaan media sosial mulai merusak hubungan sosial dan penggunaan media sosial untuk melarikan diri dari emosi negatif.

Menurut uraian yang dikemukakan oleh beberapa ahli di atas, kecanduan media sosial didefinisikan sebagai penggunaan media sosial yang obsesif, berlebihan yang memiliki pengaruh merugikan pada kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial pengguna.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Aspek-aspek Kecanduan Media Sosial

Al-Menayes (2015) melakukan adaptasi dari alat ukur *Internet Addiction Scale*, dan mengemukakan adanya tiga aspek dari *Social Media Addiction Scale*, yaitu:

a. *Social Consequences* (Konsekuensi sosial)

Konsekuensi sosial adalah gambaran dari pengguna media sosial yang berdampak pada tindakan sehari-hari. Penggunaan media sosial dapat menyebabkan individu kehilangan teman terdekat, prospek pendidikan, dan kesempatan kerja.

b. *Time Displacement* (Pengalihan waktu)

Pengalihan waktu yang dihabiskan di media sosial tercermin dalam pengalihan waktu. Seseorang yang kecanduan media sosial akan membutuhkan lebih banyak waktu online untuk merasa puas, sehingga mereka akan menggunakan internet lebih lama dari yang dimaksudkan.

c. *Compulsive feelings* (Perasaan kompulsif)

Perasaan kompulsif yang dialami oleh individu yang kecanduan media sosial digambarkan dengan emosi negatif seperti ketidakberdayaan, rasa bersalah, kekhawatiran, atau kesedihan yang datang saat tidak menggunakan media sosial.

3. Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial

Young (2004) berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya kecanduan internet, di antaranya adalah:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Akses internet gratis dan *unlimited*

Mahasiswa dapat mengakses internet secara gratis dan tanpa batasan ketika mereka berada di lingkungan dengan tempat internet gratis. Akibatnya aktivitas internet siswa menjadi lebih *intens*.

b. Waktu luang

Di waktu luang mereka, mahasiswa dapat membaca, belajar, bermain dengan teman, atau menemukan tempat baru. Beberapa lainnya, bagaimanapun, telah melupakannya dan sekarang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial.

c. Pengalaman baru tanpa kontrol dari orang tua

Karena tidak ada pengawasan orang tua di lingkungan online, mahasiswa dapat menghabiskan sepanjang malam mengobrol dengan teman di ruang obrolan atau menggunakan layanan pesan instan.

d. Tidak ada monitoring atau pemeriksaan.

Ketika mahasiswa melakukan aktivitas online, kegiatan tersebut jauh dari pengawasan.

e. Intimidasi sosial atau pengasingan diri

Beberapa mahasiswa enggan membentuk kelompok pertemanan. Namun, ketika mahasiswa mencoba bergabung dengan grup online atau komunitas pertemanan, mereka berkesempatan bertemu orang baru dari dunia maya, khususnya dari situs pertemanan di dunia maya sebagai pereda



emosi negatif seperti marah, cemas, dan depresi akibat berbagai masalah tekanan yang mereka alami.

D. Kerangka Berfikir

Dalam penelitian ini, peneliti mengkaji bagaimana kecanduan media sosial dan FoMO mempengaruhi kestabilan emosi mahasiswa. Kapasitas seseorang untuk membangun pendekatan yang tenang dan seimbang untuk mengatasi tantangan hidup dipengaruhi oleh stabilitas emosional mereka (Smithson, 1974). Stabilitas emosional yang rendah adalah tidak adanya kemandirian yang seharusnya ada pada orang dewasa yang normal (Chaturvedi & Chander, 2010).

Individu dengan stabilitas emosional yang baik lebih bahagia dengan hidupnya, memiliki pandangan yang lebih optimis, kurang terpengaruh oleh perasaan dan pikiran negatif, kurang cemas ketika menghadapi stres dan kegagalan, merasa aman, tidak iri, dan rasional. Di sisi lain, mereka yang memiliki stabilitas emosi rendah lebih rentan terhadap stres, ketidakpuasan hidup, menghindari masalah, sulit beradaptasi, emosional, mudah gugup, dan menjadi marah.

Menurut sebuah penelitian (Kendler dkk, 2004) orang yang menderita ketidakstabilan emosi lebih rentan daripada orang yang stabil secara emosional terhadap efek depresi dari bahaya lingkungan jangka panjang. Stabilitas emosional dapat membantu dalam penyelesaian masalah dan berfungsi sebagai fasilitator manajemen stres. Orang dewasa awal yang sudah stabil secara emosional dan telah belajar untuk mengelola emosi mereka kadang-kadang tetap mengalami ketidakstabilan emosi.



Pengaruh pada stabilitas emosional menjadi lebih beragam seiring dengan kemajuan masyarakat dan teknologi. Mahasiswa dan generasi muda zaman sekarang menggunakan media sosial untuk menerima berita yang mereka butuhkan, tetapi mereka juga secara tidak sengaja mengikuti kehidupan dan aktivitas orang lain. *Fear of missing out* (FoMO) adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan ini, yang didefinisikan oleh kebutuhan yang kuat untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain secara online (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013). Kekhawatiran kehilangan pengetahuan tentang orang atau organisasi lain ketika dia tidak dapat mengakses internet atau media sosial mungkin disebabkan oleh kebutuhan seseorang untuk selalu mengikuti perkembangan media sosial.

Remaja yang memiliki FoMO tinggi dapat mengalami peningkatan gejala emosional karena perasaan yang meningkat bahwa mereka tidak termasuk dalam suatu kelompok dan bahwa mereka kehilangan pengalaman bersama yang penting (Oberst dkk., 2017). Hal ini membuktikan bahwa FoMO dapat mempengaruhi kestabilan emosi seseorang.

Selain FoMO, kecanduan media sosial juga bisa menjadi faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi. Kecanduan media sosial menurut Savci, Cengiz, dan Aysan (2018) ditandai dengan penggunaan media sosial secara berlebihan, ketidakpuasan yang berlebihan, mengabaikan kegiatan lain karena pengguna yang berlebihan, mengalami masalah fisik dan emosional.

Menurut Hartfield dkk (1994) beberapa orang lebih rentan terhadap penularan emosional. Yang paling rentan terhadap infeksi adalah mereka yang menghargai

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

komunitas daripada individualitas dan keunikan, memiliki kecenderungan untuk bersimpati dan sensitif, dan yang pengalaman emosionalnya dipengaruhi oleh umpan balik dari lingkungan mereka. Menurut Chaturvedi dan Chander (2010) paparan informasi biasanya lebih merugikan.

Oleh karena itu peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa media sosial dan FoMO dapat menambah tingkat stres siswa. Sehingga semakin buruk stabilitas emosional seseorang, semakin tinggi tingkat FoMO yang dialami dan semakin banyak waktu yang mereka habiskan di media sosial. Oleh karena itu, masuk akal untuk percaya bahwa kecanduan media sosial dan FoMO berdampak buruk pada stabilitas emosional siswa.

E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berfikir di atas, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan negative *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap kestabilan emosi
2. Terdapat hubungan negative kecanduan media social terhadap kestabilan emosi
3. Terdapat hubungan negative *Fear of Missing Out* (FoMO) dan kecanduan media social terhadap kestabilan emosi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dan pendekatan korelasional. Penelitian mengenai hubungan antara FoMO dan kecanduan media sosial terhadap kestabilan emosi pada mahasiswa dilakukan dengan menggunakan pengukuran statistik, untuk mengukur sejauh mana FoMO (X_1) dan kecanduan media sosial (X_2) berhubungan dengan kestabilan emosi (Y) pada mahasiswa berdasarkan koefisien korelasinya.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel, yaitu variabel terikat kestabilan emosi (Y) dengan variabel bebas *fear of missing out* (X_1) dan kecanduan media sosial (X_2).

C. Definisi Operasional

1. Kestabilan Emosi

Ketika Individu memiliki kestabilan emosi, keadaan emosinya mudah untuk beradaptasi dengan perubahan di lingkungannya. Sehingga jika individu tersebut terkena rangsangan emosional eksternal, tekanan ringan atau berat dalam kehidupan sehari-hari, tidak mengalami stres atau ketidakstabilan emosi dan terus berada dalam keadaan stabil. Tingkat kestabilan emosi seseorang diukur berdasarkan skor yang diperoleh dan angket stabilitas emosi. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kestabilan emosinya. Begitu juga sebaliknya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Fear of Missing Out (FoMO)

Fear of missing out didefinisikan sebagai kekhawatiran mahasiswa akan kehilangan interaksi penting dengan rekan kerja atau kelompok sebaya tertentu saat mereka tidak ada dikenal sebagai "takut ketinggalan". FoMO dicirikan oleh kebutuhan untuk tetap mengetahui apa yang dilakukan orang lain secara online. FoMO dalam penelitian ini akan diungkap melalui skala fear of missing out yang dibuat oleh Pzybylski (2013).

3. Kecanduan Media Sosial

Mahasiswa yang menggunakan media sosial secara obsesif dan berlebihan menunjukkan kecanduan media sosial, yang memiliki efek merugikan pada kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial pengguna. Skala kecanduan media sosial yang dibuat oleh Menayes akan menunjukkan kecanduan media sosial dalam penyelidikan ini (2015). Skor tinggi dan rendah yang diperoleh dari skala mewakili tingkat kecanduan mahasiswa terhadap media sosial.

D. Partisipan Penelitian

1. Populasi

Sugiyono (dalam Roflin dkk, 2021) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa/i UIN Suska Riau fakultas Psikologi angkatan 2021, 2022 dan 2023.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021, 2022, dan 2023

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2021	153
2022	201
2023	156
Total Populasi	510

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi. Kalimat ini memiliki dua makna, yaitu (1) semua unit populasi harus memiliki peluang untuk terambil sebagai unit sampel, dan (2) sampel dipandang sebagai penduga populasinya atau sebagai populasi dalam bentuk kecil. Artinya besar sampel harus mencukupi untuk menggambarkan populasinya kesimpulannya (Roflin dkk., 2021). Rumus yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan tabel Krejcie dan Morgan dengan perhitungan kesalahan 5% (0,05) dan confidence 95% terhadap populasi (HR, 2018) sehingga didapatkan hasil sampel pada penelitian ini sebanyak 219 partisipan.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Subjek penelitian ini adalah mahasiwa/i Fakultas Psikologi Angkatan 2021, 2022, dan 2023 yang merupakan pengguna media sosial. Penelitian ini menggunakan teknik *stratified non-random sampling* yaitu penentuan sampel yang memperhatikan strata (tingkatan) yang ada dalam populasi (Latipah, 2014). Peneliti menggunakan teknik ini karena yang menjadi populasi dalam penelitian ini hanya mahasiswa/i angkatan 2021, 2022 dan 2023 Fakultas Psikologi UIN



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Suska Riau. Agar semua angkatan dapat terwakili, maka sampel diambil dari masing-masing kelas dengan proporsi menggunakan rumus sebagai berikut:

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan:

ni = Jumlah sampel

n = Jumlah sampel keseluruhan

Ni = Jumlah populasi

N = Jumlah populasi keseluruhan

Berdasarkan rumus di atas, maka diperoleh jumlah sampel pada masing-masing strata. Dengan rincian sebagai berikut.

Tabel 3. 2 Pengambilan Sampel Tiap Sub Kelompok

Angkatan	Perhitungan Sampel	Jumlah Sampel
2021	$\frac{153}{510} \times 219 = 66$	66
2022	$\frac{201}{510} \times 219 = 86$	86
2023	$\frac{156}{510} \times 219 = 67$	67
Total		N= 219

Sumber: Pusat Komputer (Puskom) UIN Suska Riau (2022)

Jumlah sampel (responden) dalam penelitian ini untuk angkatan 2021 yaitu 66 mahasiswa, diperoleh dari jumlah mahasiswa angkatan 2021 sebanyak 153 dibagi dengan total populasi 510, selanjutnya dikali dengan 219 yang merupakan total sampel dari Tabel Krejcie dan Morgan. Begitu juga perhitungan untuk angkatan 2022 dan 2023, diperoleh jumlah responden masing-masing 86 dan 67 mahasiswa.



E. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan diperoleh melalui skala dari setiap variabel yang diteliti, yaitu skala *fear of missing out*, skala kecanduan media sosial dan skala kestabilan emosi.

1. Skala Kestabilan Emosi

Skala kestabilan emosi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil modifikasi dari skala yang disusun oleh Melisa Setyawan (2016), pada skala asli terdapat 25 aitem disusun dengan mengacu pada indikator kestabilan emosi Chaturvedi & Chander yaitu optimisme, empati, kemandirian/otonomi, ketenangan, dan toleransi, dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,838. Skala kestabilan emosi menggunakan jenis skala *Likert*, yaitu skala yang menggunakan metode meminta subjek menyatakan kesetujuan atau ketidak setujuannya pada sebuah rangkaian dari pernyataan yang terdapat dalam skala (Anderson dalam Supratiknya, 2014). Peneliti melakukan pengecekan kembali item *favorable* dan *unfavorable*, sehingga ada beberapa item bertukar posisi sesuai dengan faktor kestabilan emosi.

Skala ini disusun berdasarkan model skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai, dengan skor 4, 3, 2, dan 1 pada masing-masing aitem.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3. 3 Skala Adaptasi Kestabilan Emosi

No	Indikator	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Optimisme	1, 3, 4	2, 5	5
2	Empati	6, 8	7, 9, 10	5
3	Kemandirian	11, 14, 15	12, 13	5
4	Ketenangan	16, 18	17, 19, 20	5
5	Toleransi	21, 24,25	22, 23	5
Total		13	12	25

2. Skala Fear of Missing Out (FoMO)

Untuk mengukur *fear of missing out* dalam penelitian ini menggunakan skala FoMO yang dikembangkan oleh Przybyiski dkk (2013) terdiri dari 10 item yang disusun berdasarkan dua aspek tidak terpenuhinya kebutuhan akan *relatedness* dan tidak terpenuhinya kebutuhan *self* yang mengacu pada aspek Przybyiski dkk, dengan Cronbach's Alpha adalah 0,90. Skala ini disusun berdasarkan model skala Likert dalam empat pilihan jawaban: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai, dengan skor 4, 3, 2, dan 1 pada masing-masing aitem.

Tabel 3. 4 Skala Adaptasi *Fear of Missing Out* (FoMO)

No	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	3, 5, 6, 7, 8, 10	-	6
2	Tidak terpenuhinya kebutuhan Self	1, 2, 4, 9	-	4
Total		10		10



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Skala Kecanduan Media Sosial

Social Media Addiction Scale (SMAS) dibuat oleh Al-Menayes (2015) dan kemudian diadaptasi oleh peneliti sebagai alat ukur kecanduan media sosial. Implikasi sosial, perpindahan temporal, dan komponen perasaan kompulsif dari kecanduan media sosial semuanya termasuk dalam skala ini, yang terdiri dari 14 aitem dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,77. Skala ini didasarkan pada skala model Likert empat poin, dengan setiap item menerima skor 4, 3, 2, dan 1 untuk sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dalam hal penggunaan media sosial, subjek diminta untuk memilih respons yang paling akurat mewakili mereka. Skala yang mengukur kecanduan media sosial memiliki 14 item berikut:

Tabel 3. 5 Skala adaptasi Kecanduan Media Sosial

No	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Social Consequences</i> (Konsekuensi Sosial)	9, 10, 11, 12,13	–	5
2	<i>Time Displacement</i> (Pengalihan Waktu)	2, 5, 6	–	3
3	<i>Compulsive Feeling</i> (Perasaan Kompulsif)	1, 3, 4, 7, 8, 14	–	6
Total		14		14

F. Uji Coba Alat Ukur

Pada saat penelitian menggunakan instrumen penelitian yang valid dan reliabel merupakan syarat mutlak agar hasil penelitian menjadi valid dan reliabel



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pula. Peneliti melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu pada skala yang digunakan, yaitu skala Kestabilan Emosi, skala *fear of missing out* (FoMO) dan skala Kecanduan Media Sosial sebelum pengambilan data. Dalam penelitian ini *try out* dilakukan untuk mengetahui kualitas dari suatu alat ukur melalui validitas dan reliabilitasnya. Sehingga alat ukur yang digunakan saat pengambilan data akan berkualitas, valid, dan reliabel.

Pengambilan data *try out* dilakukan secara offline kepada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi di UIN Suska Riau sesuai dengan kriteria responden yang telah ditentukan. *Try out* (uji coba) alat ukur ini dilakukan dengan memberikan suatu skala pengukuran terhadap subjek, yaitu mahasiswa angkatan 2020, 2021, dan 2022 Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang lokasinya di UIN Suska Riau, Pekanbaru.

Peneliti sebelumnya telah meminta izin untuk melakukan *try out* kepada Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi pada tanggal 9 September 2023. Penyebaran *try out* dilakukan pada tanggal 10-14 September 2023 kepada 66 mahasiswa/i Angkatan 2020, 2021, dan 2022 di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau. Skala penelitian yang diberikan seluruhnya diisi dengan lengkap dan utuh. Setelah skala terkumpul, peneliti selanjutnya melakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan dari *Statistic Packages for Social Sciences Version 25* (SPSS 25) *for windows*. Namun terdapat kekurangan untuk skala kestabilan emosi, sehingga perlu untuk melakukan *try out* Kembali.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pengambilan data *try out* kedua dilakukan secara online, disebar melalui google form yang dikirim melalui aplikasi Whatsapp secara personal oleh peneliti kepada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial di UIN Suska Riau sesuai dengan kriteria responden yang telah ditentukan. *Try out* (uji coba) alat ukur ini dilakukan dengan memberikan suatu skala pengukuran terhadap subjek, yaitu mahasiswa angkatan 2020, 2021, dan 2022 Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial yang lokasinya di UIN Suska Riau, Pekanbaru.

Sebelum melakukan *try out*, peneliti telah meminta izin kepada Dekan Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial pada tanggal 8 Januari 2024. Penyebaran *try out* dilakukan pada tanggal 9-18 Januari 2024 kepada 74 mahasiswa/i Angkatan 2020, 2021, dan 2022 di Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Suska Riau. Setelah skala terkumpul, peneliti selanjutnya melakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan dari SPSS 25.0.

1. Validitas

Validitas adalah tingkat yang menunjukkan validitas suatu instrumen. Jika suatu instrumen memiliki nilai validitas yang tinggi, maka instrumen tersebut dianggap valid. Dikatakan bahwa suatu variabel dapat secara akurat memaparkan data yang diselidiki dan mengukur apa yang dicari (Arikunto, 2009). Dengan kata lain, perbedaan antara skor setiap subjek dan skor sesungguhnya akan minimal pada skala dengan validitas tinggi (Azwar, 2015). Sebuah skala dianggap memiliki validitas rendah jika menghasilkan hasil yang tidak berhubungan dengan tujuan awal penilaian.



2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah konsistensi atau keterpercayaan dari temuan pengukuran, yaitu seberapa akurat pengukurannya (Azwar, 2015). Menurut Azwar (2015) salah satu ciri instrumen ukur yang berkualitas baik adalah kapasitas untuk menghasilkan hasil yang benar dengan sedikit kesalahan. Jika suatu instrumen secara konsisten menghasilkan temuan yang sama ketika digunakan pada berbagai periode, maka instrumen tersebut dapat dipercaya. Untuk mengukur reliabilitas pada penelitian ini, Peneliti menggunakan skor alpha Cronbach di atas 0,7.

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Skala Penelitian	Koefisien Reliabilitas
Kestabilan Emosi	0,644
<i>Fear of Missing Out</i>	0,797
Kecanduan Media Sosial	0,876

3. Uji Daya Beda Aitem

Daya beda aitem dapat diketahui dengan melihat seberapa jauh aitem yang ada dapat membedakan antara individu ataupun kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang sedang dilakukan pengukuran (Azwar, 2020). Pada penelitian ini uji daya beda antar aitem-aitem dilakukan dengan bantuan SPSS 25.0. Jika didapati nilai koefisien korelasi minimal 0,30 maka daya beda aitem dianggap memuaskan, akan tetapi jika total aitem yang sudah lolos masih kurang dari jumlah yang ditargetkan maka peneliti melakukan pertimbangan dengan menggunakan penurunan kriteria yang awalnya 0,30 menjadi 0,25 (Azwar, 2020).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada penelitian ini menggunakan standar koefisien dalam penentuan aitem valid yaitu 0,25 yang apabila aitem memiliki koefisien aitem total dibawah 0,25 maka aitem tersebut dianggap tidak layak untuk dijadikan aitem penelitian.

Blueprint hasil uji daya beda aitem skala kestabilan emosi sesudah dilakukan try out (uji coba), sebagai berikut.

Tabel 3. 7 Blueprint Skala Kestabilan Emosi (Setelah Try Out)

No	Indikator	Nomor Aitem				Total
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Optimisme	1	3, 4	2, 5	-	5
2	Empati	6	8	7, 9	10	5
3	Kemandirian	11, 14	15	13	12	5
4	Ketenangan	16	18	17, 20	19	5
5	Toleransi	21, 25	24	23	22	5
Total		7	6	8	4	25

Skala Kestabilan Emosi memiliki 25 aitem, setelah dilakukan uji coba daya aitem dari 25 aitem Kestabilan Emosi terdapat 10 aitem gugur yang tidak memenuhi koefisiensi 0,25 dan mendapatkan aitem yang valid sebanyak 15 aitem dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,64. Hasil perhitungan menggunakan bantuan SPSS 25.0 pada skala Kestabilan Emosi memperoleh koefisien korelasi total berkisar antara 0,003-0,395. Adapun blueprint skala Kestabilan Emosi yang baru untuk penelitian, sebagai berikut.

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Tabel 3. 8 Blueprint Skala Kestabilan Emosi (Untuk Penelitian)

No	Indikator	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Optimisme	1	2, 5	3
2	Empati	6	7, 9	3
3	Kemandirian	11, 14	13	3
4	Ketenangan	16	17, 20	3
5	Toleransi	21, 25	23	3
	Total	7	8	15

Blueprint hasil uji daya beda aitem skala *fear of missing out* sesudah dilakukan try out (uji coba), sebagai berikut:

Tabel 3. 9 Blueprint Skala *Fear of missing out* (Setelah Try Out)

No	Aspek	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>		
		Valid	Gugur	
1	Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	3, 5, 6, 7, 8, 10	-	6
2	Tidak terpenuhinya kebutuhan Self	1, 4, 9	2	4
	Total	9	1	10

Skala *Fear of missing out* memiliki 10 aitem, setelah dilakukan uji coba daya aitem dari 10 aitem *Fear of missing out* terdapat 1 aitem yang gugur yang tidak memenuhi koefisiensi 0,25 dan mendapatkan aitem yang valid sebanyak 9 aitem dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,77. Hasil perhitungan menggunakan bantuan SPSS 25.0 pada skala *Fear of missing out* memperoleh koefisien korelasi total berkisar antara 0,275-0,612. Adapun *blueprint* skala *fear of missing out* yang baru untuk penelitian, sebagai berikut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Tabel 3. 10 Blueprint Skala *Fear of missing out* (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Item	Total
		<i>Favorable</i>	
1	Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	3, 5, 6, 7, 8, 10	6
2	Tidak terpenuhinya kebutuhan Self	1, 4, 9	3
Total		9	9

Blueprint hasil uji daya beda aitem skala Kecanduan Media Sosial sesudah dilakukan try out (uji coba), sebagai berikut:

Tabel 3. 11 Blueprint Skala Kecanduan Media Sosial (Setelah Try Out)

No	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>		
		Valid	Gugur	
1	<i>Social Consequences</i> (Konsekuensi Sosial)	9, 10, 11, 12,13	–	5
2	<i>Time Displacement</i> (Pengalihan Waktu)	2, 5, 6	–	3
3	<i>Compulsive Feeling</i> (Perasaan Kompulsif)	1, 3, 4, 7, 8, 14	–	6
Total		14	-	14

Kecanduan Media Sosial memiliki 14 aitem, setelah dilakukan uji coba daya aitem dari 14 aitem Kecanduan Media Sosial tidak terdapat aitem gugur, semua aitem memenuhi koefisiensi 0,25 dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,79. Hasil perhitungan menggunakan bantuan SPSS 25.0 pada skala Kecanduan Media Sosial memperoleh koefisien korelasi total berkisar antara 0,399-0,619. Adapun blueprint skala Kecanduan Media Sosial yang baru untuk penelitian, sebagai berikut.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Tabel 3. 12 Blueprint Skala Kecanduan Media Sosial (Untuk Try Out)

No	Aspek	Aitem <i>Favorable</i>	Total
1	<i>Social Consequences</i> (Konsekuensi Sosial)	9, 10, 11, 12,13	5
2	<i>Time Displacement</i> (Pengalihan Waktu)	2, 5, 6	3
3	<i>Compulsive Feeling</i> (Perasaan Kompulsif)	1, 3, 4, 7, 8, 14	6
Total		14	14

G. Analisis Data

Analisis data adalah tindakan mencari dan menggabungkan informasi dari catatan lapangan, wawancara, dan sumber lain secara metodis sehingga mudah dipahami dan dibagikan kepada orang lain (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda. Tujuannya untuk memastikan hubungan antara kecanduan media sosial dan FOMO terhadap kestabilan emosi. Setelah itu, aplikasi SPSS 25.0 digunakan untuk mengolah semua data yang terkumpul.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media social dengan kestabilan emosi pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif *fear of missing out* dan kecanduan media social terhadap kestabilan emosi yang artinya semakin tinggi *fear of missing out* dan kecanduan media social maka akan semakin rendah kestabilan emosi, begitu sebaliknya semakin tinggi *fear of missing out* dan kecanduan media social maka akan semakin rendah kestabilan emosi yang terjadi.

B. Saran

Pada proses penelitian ini terdapat temuan-temuan yang bisa dijadikan saran bagi pihak yang ingin menindak lanjutinya, antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa para mahasiswa memiliki *fear of missing out*, kecanduan media social dan kestabilan emosi yang berkategori sedang, maka harapannya mahasiswa dapat terus lebih mengontrol diri dalam penggunaan media social untuk menjaga kestabilan emosi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institut pendidikan diharapkan dapat memberikan bimbingan atau bantuan profesional kepada mahasiswa yang memiliki tingkat *fear of missing out*, kecanduan media social yang tinggi dan kestabilan emosi yang rendah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dari berbagai faktor selain *fear of missing out* dan kecanduan media social yang mempengaruhi kestabilan emosi maupun mengembangkan dengan faktor lain untuk mendapatkan hasil yang lebih variatif dan dapat memperkaya kajian pembelajaran.



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 and Economic Research*, 14(1), 33-44.
- Aleem, S. (2005). Emotional stability among college Youth Journal of Indian academy of applied psychology, 31, 100-102.
- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the Arabic social media addiction scale. *Journal of Addiction*, 2015. 1-6. <https://doi.org/10.1155/2015/291743>
- Anwar, Z., & Fury, E. D. (2020). *The Fear of Missing Out and Usage Intensity of Social Media. Advances in Social Science, Education and Humanities Research: 5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019)*, 395, 183-187.
- APJII. (2020). Laporan survei pengguna internet APJII 2019-Q2 2020. Retrieved on September, 28, 2021 from <https://apjii.or.id/survei2019>
- Azwar, S. (2017). *METODE PENELITIAN PSIKOLOGI*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). 'I don't want to miss a thing': Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8. doi:10.1016/j.chb.2016.05.083
- Browne, B.L., Aruguete, M.S., McCutcheon, L.E., & Medina, A.M. (2018). Social and Emotional Correlates of the Fear of Missing Out. *North American Journal of Psychology*, 20, 341.
- Chaplin, C. P. (2001). *Kamus lengkap psikologi (Alih bahasa: Kartono, K)*. Edisi 1 Cetakan ke-2. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Chaturvedi, M. & Chander, R. (2010). Development of emotional stability scale. *Industrial Psychiatry Journal*. Vol. 19(1): 37-40
- Chotimah, C. (2010). *Hubungan Kestabilan Emosi dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Karanganyar*. Surakarta: Fakultas kedokteran UNS.
- Dewi, D.T. (2010). *Pengaruh Locus of Control Terhadap Stabilitas Emosi Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 1 Baturaden*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Fabris, M.A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive behaviors*, 106, 106364.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Iptanilita UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasir



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Goleman, D. (1999). *Kecerdasan Emosi Alih bahasa*, T Hennaya. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- HR, H. S. C. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Pendidikan*. Yogyakarta: Penebar Media Pustaka.
<http://eprints.ums.ac.id/1368/1/F100040085.pdf>.
https://www.researchgate.net/publication/330420811_Kebermaknaan_Hidup_Kestabilan_Emosi_dan_Depresi
- Hurlock, B.E, Cacioppo, J.T., & Rapson, R.L. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge: Cambridge University Press
- Internet World Stats. (2021). Asia internet use: Population statistics data and facebook data mid-year 2021. Retrieved on September, 28, 2021 from <https://www.internetworldstats.com/stats3.htm>
- Irma, A. 2003. *Perbedaan Kestabilan Emosi Remaja yang Shalatnya Teratur dengan Kestabilan Emosi Remaja yang Shalatnya Tidak Teratur*. Jurnal Psikologi Islam.
- Jalonen, H. (2014). Social media – an area for venting negative motions. *International Conference on Communication, Media, Technology and Design*. 24 26 April 2014. Turkey
- Judge, T.A. & Ilies, R. (2002). Relationship of personality to performance motivation: A meta-analytic review. *Journal of Applied Psychology*. Vol.87: 797 – 807.
- Kaloeti, D.V.S., dkk. (2021). Validation and psychometric properties of the Indonesian version of the Fear of Missing Out Scale in adolescents. <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00181-0>
- Kanfer, R. & Heggstad, E.D. (1997). Motivational traits and skills: A person- centered approach to work motivation. *Research in Organizational Behavior*. Vol.19: 1 – 56.
- Kramer, A., Guillori, J.E., & Hancock, J.T. (2014). Experimental evidence of massive scale emotional contagion through social networks. Diunduh dari: <http://www.pnas.org/content/111/24/8788.full>.
- Kross, E., dkk. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*. Vol.8(8): e69841.
- Li, Y. (2005). Construct of emotional stability and its moderating effects between proximal organizational conflicts and individual outcomes. AOM Conference Paper.
- McKeachie, W. J, Doyle C.L & Moffet, M. M. (1976). *Psychology*. Massachusets: Addison Wesley Publishing Company
- Morgan and King, R. A. (1975). *Introduction to Psychology*. 5th ed. Tokyo: Mc GrawHill Kogakushi
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence*, 55, 51-60.
- Papilia, D.E & Olds, S.W. (2007) *Human Development* 10th Ed. New York: McGraw Hill.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Paul, C. L., Komlodi, A., & Lutters, W. (2015). Interruptive notifications in support of task management. *International Journal of Human-Computer Studies*, 79, 20-34.
- Przybylski, A. K., Muryama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841-1848. Doi.org/10.1016/j.chb. 2013.02.014
- Rhodewalt, F. (1994). Conceptions of ability, achievement goals and individual-differences in self-handicapping behavior – on the application of implicit theories. *Journal of Personality*. Vol.62 : 67 – 85.
- Santrock, J, W, (2011). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)* Jakarta:Erlangga
- Savci, Mustafa., Ercengiz, Mustafa., & Aysan, Ferda. (2018). Turkish Adaptation of the Social Media Disorder Scale in Adolescents. *Arch Neuropsychiatry* 2018;55:XXXX. <https://doi.org/10.5152/npa.2017.19285>.
- Schneiders, A.A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Setyawan, Melisa (2016) Hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pada pengguna media sosial usia dewasa awal. Skripsi thesis, Sanata Dharma University.
- Smith, H. C. (1955). *Psychology of Industrial Behavior*. New York: McGraw-Hill Company, Inc
- Smithson WB. (1974). *Psychological adjustment: Current concepts and applications*. New York: McGraw Hill Book Company.
- Suciati, N. (2008). Studi korelasi antara kestabilan emosi dan religiusitas dengan prestasi belajar pada anak tuna laras SLB-E “Bhina Putera” Surakarta tahun ajaran 2007/2008. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah. Surakarta. Diakses pada tanggal 27 Juni 2021.
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma
- Tjandrasa dan Zarkasih. (1999). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Turke, s. (2011). *Alone Together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.
- Utomo, R. Hendro R. P & Meiyuntari, Tatik. (2015). Kebermaknaan hidup, kestabilan emosi dan depresi. *Persona, jurnal psikologi Indonesia*. Vol. 4 No. 3 hal 274-287. Diakses pada tanggal 02 Juni 2022
- Walgito, Bimo. (1989). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Yunus, S. (2010). *Jurnalistik terapan*. Bogor: Ghalia Indonesia

LAMPIRAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN A

Lembar Validasi Alat Ukur

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Lembar Validasi Skala Kestabilan Emosi

LEMBAR VALIDASI
SKALA KESTABILAN EMOSI

1. Definisi Operasional

Ketika Individu memiliki kestabilan emosi, keadaan emosinya mudah untuk beradaptasi dengan perubahan di lingkungannya. Sehingga jika individu tersebut terkena rangsangan emosional eksternal, tekanan ringan atau berat dalam kehidupan sehari-hari, tidak mengalami stres atau ketidakstabilan emosi dan terus berada dalam keadaan stabil. Tingkat kestabilan emosi seseorang diukur berdasarkan skor yang diperoleh dan angket stabilitas emosi. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kestabilan emosinya. Begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : Skala kestabilan emosi

[] Disusun sendiri

[] Adaptasi

[√] Modifikasi

3. Jumlah item : 25 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kestabilan emosi. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Contoh:

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (✓), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik.	✓		

Indikator	No Aitem	Aitem	Pilihan Jawaban		
			R	KR	TR
Optimisme	1	Anda merasa puas dengan diri Anda. (F)	✓		
	5	Anda merasa diri Anda selalu mendapatkan nasib buruk. (UF)	✓		
	24	Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik. (F)	✓		
	34	Anda berani dan percaya diri untuk menjadi pejuang tunggal (<i>single fighter</i>). (F)	✓		
	39	Anda mengkhawatirkan masa depan Anda sehingga terkadang Anda susah tidur karena gelisah. (UF)	✓		
Empati	3	Anda berinisiatif memberikan tempat duduk Anda untuk orang tua atau ibu yang sedang hamil. (F)	✓		
	11	Anda menyalahkan orang lain atau hal diluar diri Anda apabila Anda mengalami kegagalan. (UF)	✓		
	16	Anda merasa kecewa dan muram ketika Anda mendapatkan hal yang lebih buruk daripada orang lain. (F)	✓		
	29	Anda bersedia untuk kehilangan jatah	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		berlibur Anda karena harus membantu teman yang membutuhkan bantuan Anda. (UF)			
	35	Anda lebih memilih untuk menghindari teman yang tampaknya akan meminta bantuan Anda. (UF)	✓		
Kemandirian	2	Pada umumnya Anda mampu mengambil keputusan sendiri tanpa bantuan pendapat orang lain. (F)	✓		
	13	Anda merasa bahwa halangan dalam mencapai tujuan merupakan tantangan yang positif. (UF)	✓		
	26	Anda merasa kurang berdaya dan membutuhkan dukungan dari orang lain untuk mengatasi masalah atau kegagalan Anda. (UF)	✓		
	32	Anda menikmati kebebasan mengekspresikan diri. (F)	✓		
	38	Anda berani mengambil resiko untuk mencoba hal baru. (F)	✓		
Ketenangan	4	Anda mudah marah saat berkendara dalam situasi yang terburu-buru atau dalam lalu lintas yang padat. (F)	✓		
	6	Anda sering merasa tidak tenang seperti Anda ingin melakukan sesuatu tetapi Anda tidak tahu harus melakukan apa. (UF)	✓		
	9	Anda tetap dapat merasa tenang meski orang-orang di sekitar Anda panik dan keadaan kacau. (F)	✓		
	14	Anda mengalami kebingungan saat perintah yang Anda terima tidak memberikan batasan-batasan yang jelas bagi Anda. (UF)	✓		
	31	Anda mudah merasa panic. (UF)	✓		
Toleransi	10	Anda memiliki banyak teman atau relasi (F)	✓		
	20	Anda merasa terganggu apabila ada teman Anda yang mengeluhkan	✓		



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		masalahnya kepada Anda. (UF)			
25		Apabila ada kecelakaan di depan Anda, Anda segera ikut membantu. (UF)	✓		
37		Anda berusaha memberikan pelajaran yang setimpal kepada orang yang telah berbuat salah kepada Anda. (F)	✓		
40		Anda dapat mentolerir apabila ada perubahan yang terjadi secara tiba-tiba. (F)	✓		

Catatan:

1. Isi

.....

2. Bahasa

.....

3. Jumlah Aitem

.....

Pekanbaru, 15 November 2022

Narasumber,

Ivan Muhammad Agung, M. Si.

NIP. 198109052009121004

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI

SKALA KESTABILAN EMOSI

1. Definisi Operasional

Ketika Individu memiliki kestabilan emosi, keadaan emosinya mudah untuk beradaptasi dengan perubahan di lingkungannya. Sehingga jika individu tersebut terkena rangsangan emosional eksternal, tekanan ringan atau berat dalam kehidupan sehari-hari, tidak mengalami stres atau ketidakstabilan emosi dan terus berada dalam keadaan stabil. Tingkat kestabilan emosi seseorang diukur berdasarkan skor yang diperoleh dan angket stabilitas emosi. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kestabilan emosinya. Begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan: Skala kestabilan emosi

- Disusun sendiri
- Adaptasi
- Modifikasi

3. Jumlah item : 25 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kestabilan emosi. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Contoh:

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (√), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik.	√		

Indikator	No Aitem	Aitem	Pilihan Jawaban		
			R	KR	TR
Optimisme	1	Anda merasa puas dengan diri Anda. (F)	√		
	5	Anda merasa diri Anda selalu mendapatkan nasib buruk. (UF)	√		
	24	Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik. (F)	√		
	34	Anda berani dan percaya diri untuk menjadi pejuang tunggal (<i>single fighter</i>). (F)	√		
	39	Anda mengkhawatirkan masa depan Anda sehingga terkadang Anda susah tidur karena gelisah. (UF)	√		
Empati	3	Anda berinisiatif memberikan tempat duduk Anda untuk orang tua atau ibu yang sedang hamil. (F)	√		
	11	Anda menyalahkan orang lain atau hal diluar diri Anda apabila Anda mengalami kegagalan. (UF)	√		
	16	Anda merasa kecewa dan muram ketika Anda mendapatkan hal yang lebih buruk daripada orang lain. (F)	√		
	29	Anda bersedia untuk kehilangan jatah	√		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		berlibur Anda karena harus membantu teman yang membutuhkan bantuan Anda. (UF)			
	35	Anda lebih memilih untuk menghindari teman yang tampaknya akan meminta bantuan Anda. (UF)	✓		
Kemandirian	2	Pada umumnya Anda mampu mengambil keputusan sendiri tanpa bantuan pendapat orang lain. (F)	✓		
	13	Anda merasa bahwa halangan dalam mencapai tujuan merupakan tantangan yang positif. (UF)	✓		
	26	Anda merasa kurang berdaya dan membutuhkan dukungan dari orang lain untuk mengatasi masalah atau kegagalan Anda. (UF)	✓		
	32	Anda menikmati kebebasan mengekspresikan diri. (F)	✓		
	38	Anda berani mengambil resiko untuk mencoba hal baru. (F)	✓		
Ketenangan	4	Anda mudah marah saat berkendara dalam situasi yang terburu-buru atau dalam lalu lintas yang padat. (F)	✓		
	6	Anda sering merasa tidak tenang seperti Anda ingin melakukan sesuatu tetapi Anda tidak tahu harus melakukan apa. (UF)	✓		
	9	Anda tetap dapat merasa tenang meski orang-orang di sekitar Anda panik dan keadaan kacau. (F)	✓		
	14	Anda mengalami kebingungan saat perintah yang Anda terima tidak memberikan batasan-batasan yang jelas bagi Anda. (UF)	✓		
	31	Anda mudah merasa panic. (UF)	✓		
Toleransi	10	Anda memiliki banyak teman atau relasi (F)	✓		
	20	Anda merasa terganggu apabila ada teman Anda yang mengeluhkan	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		masalahnya kepada Anda. (UF)			
25		Apabila ada kecelakaan di depan Anda, Anda segera ikut membantu. (UF)	✓		
37		Anda berusaha memberikan pelajaran yang setimpal kepada orang yang telah berbuat salah kepada Anda. (F)	✓		
40		Anda dapat mentolerir apabila ada perubahan yang terjadi secara tiba-tiba. (F)	✓		

Catatan:**1. Isi**

.....

2. Bahasa

.....

3. Jumlah Aitem

.....

Pekanbaru, 26 Januari 2023

Narasumber,



Putri Miftahul Jannah, M.Psi. T

NIP 199401082019032017

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Lembar Validasi Skala *Fear of Missing Out*

LEMBAR VALIDASI

SKALA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)

1. Definisi Operasional

Fear of missing out didefinisikan sebagai kekhawatiran mahasiswa akan kehilangan interaksi penting dengan rekan kerja atau kelompok sebaya tertentu saat mereka tidak ada dikenal sebagai "takut ketinggalan". FoMO dicirikan oleh kebutuhan untuk tetap mengetahui apa yang dilakukan orang lain secara online. FoMO dalam penelitian ini akan diungkap melalui skala *fear of missing out* yang dibuat oleh Pzybylski (2013).

2. Skala yang digunakan : Skala *fear of missing out*

[] Disusun sendiri

[√] Adaptasi

[] Modifikasi

3. Jumlah item : 10 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui *fear of missing out*. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidur Relevan

Contoh pengerjaan

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (√), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	√		

Aspek	No Aitem	Aitem Asli	Aitem Terjemahan	Pilihan Jawaban		
				R	KR	TR
Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	10	I fear others have more rewarding experiences than me.	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√		
	6	I get anxious when I don't know what my friends are up to.	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya. (F)	√		
	8	I fear my friends have more rewarding experiences than me.	Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√		
	7	I get worried when I find out my friends are having fun without me.	Saya khawatir ketika mengetahui temanteman saya sedang bersenang-senang tanpa saya.(F)	√		
	5	When I have a good time it is important for me to share the details online (c.g. updating	Ketika saya bersenangsenang, saya akan membagikan detailnya secara online (update	√		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		status).	status). (F)			
	3	Sometimes, I wonder if I spend too much time keeping up with what is going on.	Terkadang, saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi. (F)	✓		
Tidak terpenuhinya kebutuhan <i>Self</i>	9	It bothers me when I miss an opportunity to meet up with friends	Akan mengganggu saya ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman. (F)	✓		
	2	It is important that I understand my friend in jokes	Penting bagi saya untuk mengerti teman saya dalam bercanda. (F)	✓		
	4	When I miss out on a planned get-together it bothers me	Ketika saya melewatkan kumpul-kumpul yang direncanakan, itu mengganggu saya. (F)	✓		
	1	When I go on vacation, I continue to keep tabs on what my friends are doing.	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya. (F)	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi

2. Bahasa

3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, 15 November 2022

Narasumber,



Ivan Muhammad Agung, M. Si

NIP. 198109052009121004



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI

SKALA *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO)

1. Definisi Operasional

Fear of missing out didefinisikan sebagai kekhawatiran mahasiswa akan kehilangan interaksi penting dengan rekan kerja atau kelompok sebaya tertentu saat mereka tidak ada dikenal sebagai "takut ketinggalan". FoMO dicirikan oleh kebutuhan untuk tetap mengetahui apa yang dilakukan orang lain secara online. FoMO dalam penelitian ini akan diungkap melalui skala *fear of missing out* yang dibuat oleh Pzybylski (2013).

2. Skala yang digunakan : Skala *fear of missing out*

[] Disusun sendiri

[√] Adaptasi

[] Modifikasi

3. Jumlah item : 10 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui *fear of missing out*. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidur Relevan

Contoh pengerjaan

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (√), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya	√		

Aspek	No Aitem	Aitem Asli	Aitem Terjemahan	Pilihan Jawaban		
				R	KR	TR
Tidak terpenuhinya kebutuhan akan <i>relatedness</i>	10	I fear others have more rewarding experiences than me.	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√		
	6	I get anxious when I don't know what my friends are up to.	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya. (F)	√		
	8	I fear my friends have more rewarding experiences than me.	Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. (F)	√		
	7	I get worried when I find out my friends are having fun without me.	Saya khawatir ketika mengetahui temanteman saya sedang bersenang-senang tanpa saya.(F)	√		
	5	When I have a good time it is important for me to share the details online (c.g. updating	Ketika saya bersenangsenang, saya akan membagikan detailnya secara online (update	√		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		status).	status). (F)			
	3	Sometimes, I wonder if I spend too much time keeping up with what is going on.	Terkadang, saya bertanya-tanya apakah saya menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi. (F)	✓		
Tidak terpenuhinya kebutuhan <i>Self</i>	9	It bothers me when I miss an opportunity to meet up with friends	Akan mengganggu saya ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman. (F)	✓		
	2	It is important that I understand my friend in jokes	Penting bagi saya untuk mengerti teman saya dalam bercanda. (F)	✓		
	4	When I miss out on a planned get-together it bothers me	Ketika saya melewatkan kumpul-kumpul yang direncanakan, itu mengganggu saya. (F)	✓		
	1	When I go on vacation, I continue to keep tabs on what my friends are doing.	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya. (F)	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:**1. Isi**

.....

2. Bahasa

.....

3. Jumlah Aitem

.....

Pekanbaru, 26 Januari 2023

Narasumber,



Putri Miftahul Jannah, M.Psi. T

NIP 199401082019032017



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Lembar Validasi Skala Kecanduan Media Sosial

LEMBAR VALIDASI

SKALA KECANDUAN MEDIA SOSIAL

1. Definisi Operasional

Mahasiswa yang menggunakan media sosial secara obsesif dan berlebihan menunjukkan kecanduan media sosial, yang memiliki efek merugikan pada kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial pengguna. Skala kecanduan media sosial yang dibuat oleh Menayes akan menunjukkan kecanduan media sosial dalam penyelidikan ini (2015). Skor tinggi dan rendah yang diperoleh dari skala mewakili tingkat kecanduan mahasiswa terhadap media sosial.

2. Skala yang digunakan : Skala kecanduan media sosial

Disusun sendiri

Adaptasi

Modifikasi

3. Jumlah item :14 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan media sosial. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Contoh:

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (√), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Saya menggunakan beberapa jenis media sosial	√		

Indikator	No Aitem	Aitem Asli	Aitem Terjemahan	Pilihan Jawaban		
				R	KR	TR
<i>Social Consequences</i>	10	My school grades have deteriorated because of my social media usage.	Nilai saya memburuk karena penggunaan media sosial. (F)	√		
	11	I often use social media while driving.	Saya sering menggunakan media sosial saat berkendara. (F)	√		
	12	I often cancel meeting my friends because of my occupation with social media.	Saya sering membatalkan pertemuan dengan teman-teman saya karena menggunakan media sosial. (F)	√		
	13	I find myself thinking about what happened in social media when I am away from them.	Saya memikirkan tentang media sosial meskipun saya tidak sedang menggunakannya. (F)	√		
	9	My family complain frequently of my preoccupation	Keluarga saya sering mengeluh keasyikan saya dengan media	√		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		with social media.	sosial. (F)			
<i>Time Displacement</i>	2	I often find life to be boring without social media.	Saya merasa bosan tanpa media sosial. (F)	✓		
	5	Several days could pass without me feeling the need to use social media.	Tanpa terasa hari bisa berlalu begitu saja ketika saya menggunakan media sosial. (F)	✓		
	6	Time passes by without me feeling it when I am using social media.	Ketika saya menggunakan media sosial waktu berlalu tanpa saya sadari. (F)	✓		
<i>Compulsive Feeling</i>	1	I often find myself using social media longer than intended.	Saya merasa menggunakan media sosial lebih lama dari yang dimaksudkan. (F)	✓		
	3	I often neglect my schoolwork because of my usage of social media.	Saya sering mengabaikan tugas kuliah karena menggunakan media sosial. (F)	✓		
	4	I get irritated when someone interrupts me when I'm using social media.	Saya merasa kesal ketika seseorang menyela saya ketika saya menggunakan media sosial. (F)	✓		
	7	I find it difficult to sleep shortly after using social media.	Saya merasa sulit untuk tidur lebih awal setelah menggunakan media sosial. (F)	✓		
	8	I will be upset if I had to cut down the amount of time I spent using social media.	Saya akan kecewa jika harus mengurangi jumlah waktu yang saya habiskan untuk menggunakan sosial media. (F)	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	14	I feel my social media usage has increased significantly since I began using them.	Saya merasa penggunaan media sosial saya telah meningkat secara signifikan sejak saya mulai menggunakannya. (F)	✓		
--	----	--	---	---	--	--

Catatan:

1. Isi

2. Bahasa

3. Jumlah Aitem

Pekanbaru, 15 November 2022

Narasumber,


Ivan Muhammad Agung, M. Si.

NIP. 198109052009121004

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI

SKALA KECANDUAN MEDIA SOSIAL

1. Definisi Operasional

Mahasiswa yang menggunakan media sosial secara obsesif dan berlebihan menunjukkan kecanduan media sosial, yang memiliki efek merugikan pada kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial pengguna. Skala kecanduan media sosial yang dibuat oleh Menayes akan menunjukkan kecanduan media sosial dalam penyelidikan ini (2015). Skor tinggi dan rendah yang diperoleh dari skala mewakili tingkat kecanduan mahasiswa terhadap media sosial.

2. Skala yang digunakan : Skala kecanduan media sosial

- [] Disusun sendiri
 [✓] Adaptasi
 [] Modifikasi

3. Jumlah item :14 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon

Respon	Keterangan
SS	Sangat Sesuai
S	Sesuai
TS	Tidak Sesuai
STS	Sangat Tidak Sesuai

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Nilai	Keterangan
4	Sangat Sesuai
3	Sesuai
2	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon pada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan media sosial. Bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), dan tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada bapak untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Contoh:

Jika bapak menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka bapak diminta untuk mencentang R (√), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Pernyataan	Pilihan Jawaban		
	R	KR	TR
Saya menggunakan beberapa jenis media sosial	√		

Indikator	No Aitem	Aitem Asli	Aitem Terjemahan	Pilihan Jawaban		
				R	KR	TR
<i>Social Consequences</i>	10	My school grades have deteriorated because of my social media usage.	Nilai saya memburuk karena penggunaan media sosial. (F)	√		
	11	I often use social media while driving.	Saya sering menggunakan media sosial saat berkendara. (F)	√		
	12	I often cancel meeting my friends because of my occupation with social media.	Saya sering membatalkan pertemuan dengan teman-teman saya karena menggunakan media sosial. (F)	√		
	13	I find myself thinking about what happened in social media when I am away from them.	Saya memikirkan tentang media sosial meskipun saya tidak sedang menggunakannya. (F)	√		
	9	My family complain frequently of my preoccupation	Keluarga saya sering mengeluh keasyikan saya dengan media	√		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		with social media.	sosial. (F)			
<i>Time Displacement</i>	2	I often find life to be boring without social media.	Saya merasa bosan tanpa media sosial. (F)	✓		
	5	Several days could pass without me feeling the need to use social media.	Tanpa terasa hari bisa berlalu begitu saja ketika saya menggunakan media sosial. (F)	✓		
	6	Time passes by without me feeling it when I am using social media.	Ketika saya menggunakan media sosial waktu berlalu tanpa saya sadari. (F)	✓		
<i>Compulsive Feeling</i>	1	I often find myself using social media longer than intended.	Saya merasa menggunakan media sosial lebih lama dari yang dimaksudkan. (F)	✓		
	3	I often neglect my schoolwork because of my usage of social media.	Saya sering mengabaikan tugas kuliah karena menggunakan media sosial. (F)	✓		
	4	I get irritated when someone interrupts me when I'm using social media.	Saya merasa kesal ketika seseorang menyela saya ketika saya menggunakan media sosial. (F)	✓		
	7	I find it difficult to sleep shortly after using social media.	Saya merasa sulit untuk tidur lebih awal setelah menggunakan media sosial. (F)	✓		
	8	I will be upset if I had to cut down the amount of time I spent using social media.	Saya akan kecewa jika harus mengurangi jumlah waktu yang saya habiskan untuk menggunakan sosial media. (F)	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	14	I feel my social media usage has increased significantly since I began using them.	Saya merasa penggunaan media sosial saya telah meningkat secara signifikan sejak saya mulai menggunakannya. (F)			
--	----	--	--	--	--	--

Catatan:**1. Isi**

.....

2. Bahasa

.....

3. Jumlah Aitem

.....

Pekanbaru, 26 Januari 2023

Narasumber,



Putri Miftahul Jannah, M.Psi. T

NIP 199401082019032017

LAMPIRAN B

Alat Ukur *Try Out*

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





SKALA PENELITIAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan saya Rana Syifa mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir sebagai persyaratan Pendidikan Sarjana Strata Satu (S1). Oleh karena itu, saya meminta kesediaan saudara untuk dapat berpartisipasi dalam pengisian skala penelitian ini. Tidak ada jawaban benar dan salah dalam skala ini sehingga saudara dapat mengisi sesuai apa yang dirasakan saat ini. Identitas serta jawaban yang diberikan bersifat rahasia dan digunakan untuk kepentingan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kestabilan emosi pada individu dewasa awal. Saya ucapkan terimakasih kepada saudara atas waktu dan kesediaannya dalam mengisi skala penelitian ini

Nama :
 Angkatan : 2020 / 2021 / 2022
 Jurusan :
 Jenis Kelamin :

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini saya bersedia mengisi skala ini secara bersungguh-sungguh dan sukarela tanpa adanya paksaan dari siapapun. Tanggapan yang diberikan berasal dari diri saya sendiri dan dilakukan secara sadar.

- Bersedia
- Tidak Bersedia

Partisipan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

BAGIAN I

ANGKET DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Angket ini terdiri dari 4 pertanyaan. Anda diharapkan untuk mengisi jawaban sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya berkaitan dengan penggunaan media sosial.

1. Pilihlah media sosial yang Anda miliki dan gunakan

Anda dapat memilih lebih dari satu pilihan.

- Facebook
- Twitter
- Instagram
- LINE
- TikTok

2. Pilihlah tipe pengguna media sosial berikut ini yang sesuai dengan diri Anda.

- Pengguna Aktif (Anda lebih cenderung untuk aktif terlibat dalam interaksi secara online dengan menggunakan fitur media

sosial seperti misalnya membuat status, memberikan *feedback*, mengunggah gambar/foto, mengunduh, dll.)

- Pengguna Pasif (Anda lebih cenderung hanya sekedar menjelajahi media sosial yang Anda gunakan, seperti misalnya menjelajah laman milik teman.)

3. Berapa lama waktu yang Anda habiskan saat menggunakan media sosial dalam sehari?

- <1 jam/hari
- 1-3 jam/hari
- 3-5 jam/hari
- >5jam/hari



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

BAGIAN II

SKALA 1

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas/ di kampus.

Pilihlah:

STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik		✓		

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Anda merasa puas dengan diri Anda				
2.	Anda merasa diri Anda selalu mendapatkan nasib buruk				
3.	Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik				

4.	Anda berani dan percaya diri untuk menjadi pejuang tunggal (<i>single fighter</i>)				
5.	Anda mengkhawatirkan masa depan, sehingga terkadang Anda susah tidur karena gelisah				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



© Hak Iptamilik UIN Suska Riau

8. Riwayat

9.

10.

11.

12.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, pengumpulan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 - b. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

6.	Anda berinisiatif memberikan tempat duduk Anda untuk orang tua atau ibu yang sedang hamil				
7.	Anda menyalahkan orang lain atau hal diluar diri Anda apabila Anda mengalami kegagalan				
8.	Anda merasa kecewa dan muram ketika Anda mendapatkan hal yang lebih buruk daripada orang lain				
9.	Anda bersedia untuk kehilangan jatah berlibur Anda karena harus membantu teman yang membutuhkan bantuan Anda				
10.	Anda lebih memilih untuk menghindari teman yang tampaknya akan meminta bantuan Anda				
11.	Pada umumnya Anda mampu mengambil keputusan sendiri tanpa bantuan pendapat orang lain				
12.	Anda merasa bahwa				

	halangan dalam mencapai tujuan merupakan tantangan yang positif				
13.	Anda merasa kurang berdaya dan membutuhkan dukungan dari orang lain untuk mengatasi masalah atau kegagalan Anda				
14.	Anda menikmati kebebasan mengekspresikan diri				
15.	Anda berani mengambil resiko untuk mencoba hal baru				
16.	Anda mudah marah saat berkendara dalam situasi yang terburu-buru atau dalam lalu lintas yang padat				
17.	Anda sering merasa tidak tenang seperti Anda ingin melakukan sesuatu tetapi Anda tidak tahu harus melakukan apa				
18.	Anda tetap dapat merasa tenang meskiorang-orang di sekitar Anda panik dan keadaan kacau				
19.	Anda mengalami kebingungan saat perintah				

19.	yang Anda terima tidak memberikan batasan-batasan yang jelas				
20.	Anda mudah merasa panik				
21.	Anda memiliki banyak teman atau relasi				
22.	Anda merasa terganggu apabila ada teman Anda yang mengeluhkan masalahnya kepada Anda				
23.	Apabila ada kecelakaan di depan Anda, Anda segera ikut membantu				
24.	Anda berusaha memberikan pelajaran yang setimpal kepada orang yang telah berbuat salah kepada Anda				
25.	Anda dapat mentolerir apabila ada perubahan yang terjadi secara tiba-tiba				

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

BAGIAN III

SKALA 2

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas/ di kampus.

Pilihlah:

STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Penting bagi saya untuk mengerti temansaya dalam bercanda			✓	

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya takut orang lainmemiliki pengalaman yang lebih berhargadaripada saya				
2.	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya				
3.	Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berhargadaripada saya				
4.	Saya khawatir ketika mengetahui teman-teman saya sedang bersenang-senang tanpa saya				

5.	Ketika saya bersenang-senang, saya akan membagikan detailnya secara online (update status)				
6.	Terkadang, sayabertanya-tanya apakah sayamenghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi				
7.	Akan mengganggu saya ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman				
8.	Penting bagi saya untuk				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

©

	mengerti teman saya dalam bercanda				
9.	Ketika saya melewati kumpul-kumpul yang direncanakan, itu mengganggu saya				
10.	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penguatan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 - b. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

BAGIAN IV

SKALA 3

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas/ di kampus.

Pilihlah:

STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasabosan tanpa media sosial				✓

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Nilai saya memburuk karena penggunaan media sosial				
2.	Saya sering menggunakan media sosial saat berkendara				
3.	Saya sering membatalkan pertemuan dengan teman-teman saya karena menggunakan media sosial				
4.	Saya memikirkan tentang media sosial meskipun saya tidak sedang menggunakannya				
5.	Keluarga saya sering mengeluh keasyikan saya dengan media sosial				
6.	Saya merasabosan tanpa media sosial				

7.	Tanpa terasa haribisa berlalu begitu saja ketika saya menggunakan media sosial				
8.	Ketika saya menggunakan media sosial waktu berlalu tanpa saya sadari				
9.	Saya merasa menggunakan media sosial lebih lama dari yang dimaksudkan				
10.	Saya sering mengabaikan tugas kuliah karena menggunakan media sosial				
11.	Saya merasa kesal ketika seseorang menyela saya ketika saya menggunakan media sosial				
12.	Saya merasa sulit untuk tidur				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

	lebih awal setelah menggunakan media sosial			
13.	Saya akan kecewa jika harus mengurangi jumlah waktu yang saya habiskan untuk menggunakan sosial media			
14.	Saya merasa penggunaan media sosial saya telah meningkat secara signifikan sejak saya mulai menggunakannya			

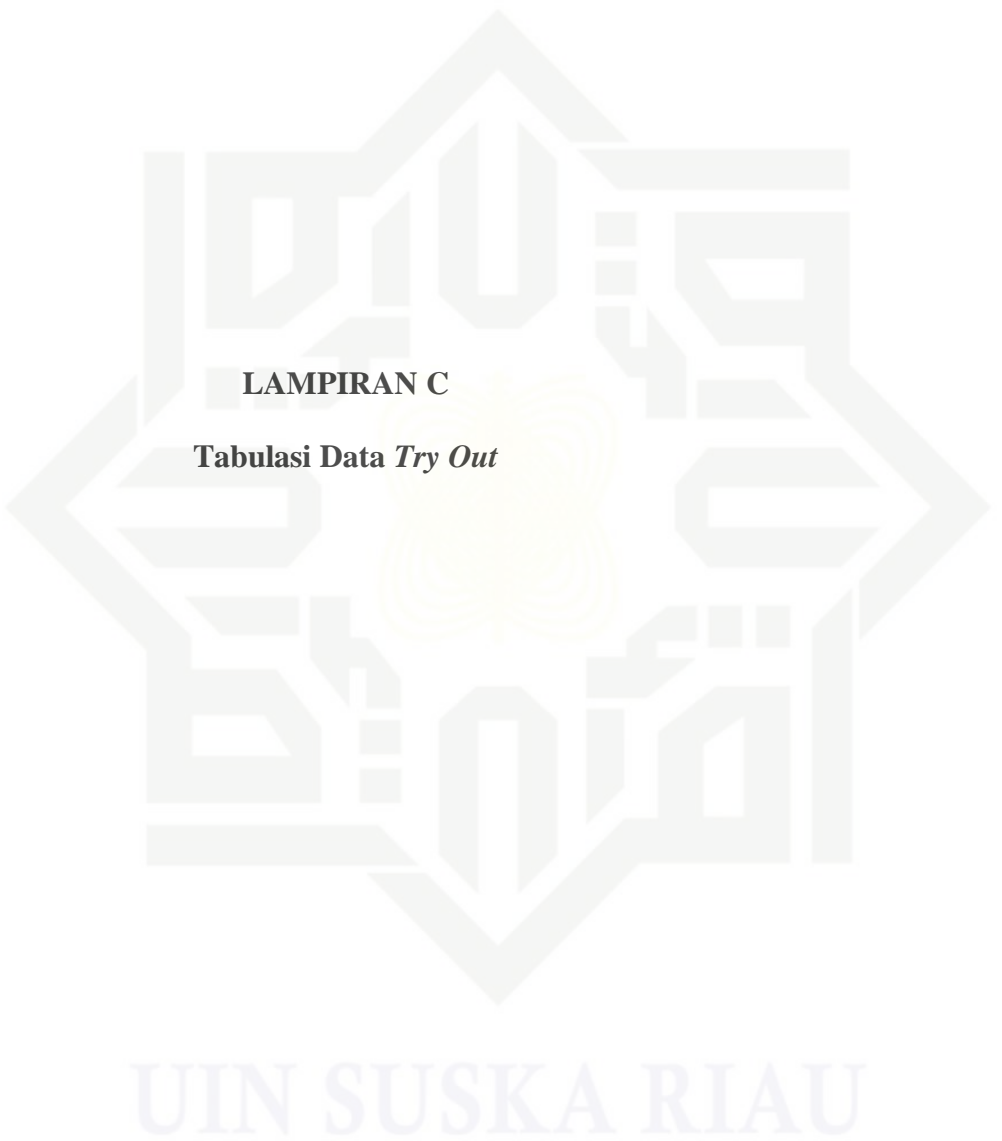
© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa





LAMPIRAN C

Tabulasi Data *Try Out*

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



25	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	1	2	2	64
26	3	3	2	3	2	3	4	4	2	4	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	61
27	2	3	3	3	3	4	2	2	1	3	2	3	2	4	1	4	3	1	4	3	1	3	3	65
28	4	1	3	4	4	1	1	4	3	1	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	64
29	3	2	2	4	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1	1	2	62
30	4	3	1	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	68
31	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	4	4	4	3	3	1	2	2	4	2	2	2	3	72
32	2	3	1	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	1	3	2	3	3	3	2	1	2	59
33	4	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	1	4	1	2	4	2	1	4	3	62
34	4	1	1	3	4	4	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	3	70
35	1	1	3	4	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	2	64
36	4	2	2	3	4	4	4	1	2	2	3	2	2	3	3	2	4	4	2	3	4	2	2	70
37	2	2	2	3	2	4	3	1	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	1	61
38	3	2	3	3	2	3	4	1	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	63
39	2	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	69
40	3	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	4	3	2	3	2	4	3	4	72
41	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	1	2	2	4	4	3	1	3	2	73
42	3	1	3	2	4	4	4	2	2	4	2	2	1	2	2	2	4	2	2	1	3	4	3	64
43	3	1	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	1	58
44	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	1	4	64
45	2	3	1	2	1	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	1	4	3	1	2	4	1	59
46	3	3	1	4	1	4	3	2	2	3	4	2	1	4	4	4	2	2	3	1	3	4	1	70
47	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	1	2	2	4	3	2	4	3	3	2	3	3	69
48	4	2	1	4	1	4	3	2	1	1	4	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	61
49	4	4	4	4	1	4	4	1	2	1	4	1	1	4	4	3	1	3	2	2	4	1	1	65
50	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	65
51	1	4	4	4	1	4	2	4	4	1	4	1	4	3	4	4	1	4	4	2	4	1	4	76

2. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip, sebagian atau seluruhnya, atau membuat karya tulis berdasarkan hasil penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan disertasi, atau karya tulis lainnya, tanpa menyebutkan sumber.

2. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

3. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

4. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

5. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

6. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

7. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

8. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

9. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

10. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

11. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

12. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

13. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

14. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

15. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

16. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

17. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

18. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

19. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

20. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

21. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

22. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

23. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

24. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

25. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

26. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

27. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

28. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

29. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

30. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

31. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

32. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

33. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

34. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

35. Dilarang menguraikan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya bentuk apapun tanpa izin dari UIN Suska Riau.

© www.uin-suska-riau.ac.id

52	3	4	4	3	2	2	2	3	2	3	4	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	67
53	2	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	65
54	2	1	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	4	1	2	2	1	3	3	2	3	3	59
55	4	3	4	3	2	3	3	4	1	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	73
56	4	1	4	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	1	1	4	1	4	4	70
57	3	1	4	2	2	2	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	1	3	3	66
58	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	65
59	2	1	4	1	4	2	3	2	2	2	4	4	4	1	3	2	3	2	3	3	4	3	70
60	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	1	2	4	1	4	4	2	2	3	4	69
61	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	62
62	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	66
63	2	2	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	62
64	2	1	4	4	4	2	4	3	2	1	3	3	2	2	2	2	1	3	4	2	2	3	64
65	4	2	4	4	1	1	4	3	2	4	3	2	3	4	2	2	2	3	4	1	1	3	65
66	3	4	4	1	2	1	4	2	2	2	3	4	1	3	2	1	2	4	2	1	1	2	57

1. Dilarang mengutip, sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak diperbolehkan untuk kepentingan komersial.
2. Dilarang mengutipkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

Tabulasi Data Try Out Kestabilan Emosi di Ekonomi

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Total	
1	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	4	3	3	1	3	62	
2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3	2	3	4	3	4	2	3	75	
3	3	3	3	3	1	4	4	2	2	3	2	4	2	4	3	3	1	4	1	2	4	4	4	3	3	72	
4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	1	85	
5	3	2	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	67	
6	3	2	3	3	1	4	3	1	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	62	
7	3	3	3	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1	3	4	1	1	3	1	1	4	4	4	4	4	74	
8	3	4	4	1	3	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	1	2	76	
9	3	1	4	1	1	4	3	2	3	4	1	3	3	4	3	2	1	2	1	2	4	3	2	2	3	62	
10	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	75	
11	3	3	3	4	1	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	2	3	1	2	2	4	3	3	3	75	
12	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	65	
13	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	67	
14	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	1	3	70	
15	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	4	4	4	4	1	3	3	2	3	2	4	76	
16	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	65	
17	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	90
18	3	3	3	3	1	4	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	68	
19	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	3	4	1	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	70	
20	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	76	
21	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	74	
22	3	2	2	3	1	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	2	4	4	1	3	66	
23	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	68	
24	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	66	
25	3	2	3	4	1	4	1	1	4	3	2	2	1	4	4	3	3	1	4	2	4	1	4	4	4	69	
26	3	2	3	4	1	4	2	3	3	2	3	4	1	4	4	1	1	3	1	1	3	2	4	4	4	68	
27	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	67	

Hak Cipta © Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan untuk tujuan pendidikan atau penelitian, dan penyusunan laporan,
 b. Pengutipan untuk kepentingan akademik, pada asalkan tidak merugikan hak-hak cipta yang bersangkutan.

2. Dilarang menyalin, menduplikasi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini.

State Islamic Univ



28	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	2	4	3	1	3	3	3	3	1	3	72	
29	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	73	
30	3	1	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	2	1	4	2	2	3	3	4	1	3	70
31	4	3	3	3	1	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	1	1	4	1	2	4	4	4	1	3	74
32	4	4	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	2	4	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	76
33	3	2	3	3	1	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	64
34	3	4	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	68
35	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	82
36	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	3	1	2	3	3	4	1	3	80
37	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	71
38	4	3	3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	70
39	3	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	1	3	3	2	1	2	2	1	3	3	4	2	3	64
40	2	1	3	3	1	4	4	2	3	3	2	3	1	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	58
41	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	68
42	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	61
43	3	3	3	3	3	4	2	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	59
44	3	2	1	3	1	4	2	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	58
45	3	1	3	3	1	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	4	3	4	3	2	65
46	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	64
47	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	68
48	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	65
49	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	59
50	4	3	3	1	2	4	4	1	4	4	4	4	1	3	4	3	3	2	1	1	2	3	4	4	4	73
51	3	4	1	3	3	4	4	1	3	3	2	3	2	4	3	1	2	3	2	4	2	4	4	4	1	70
52	3	2	1	3	1	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	67
53	4	3	2	2	1	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	3	1	3	3	3	3	2	2	67
54	2	3	1	3	1	3	3	2	1	4	3	3	2	4	3	1	4	2	2	3	3	3	2	2	2	62
55	2	4	3	2	1	3	4	3	2	3	2	4	1	4	3	2	1	4	2	4	2	3	3	2	3	67
56	1	3	4	2	4	4	4	1	3	3	4	3	1	4	4	3	3	3	1	2	1	3	3	3	3	67
57	3	2	3	3	4	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	62

2. Dan untuk keperluan lain yang berkaitan dengan hak cipta, hak paten, merek dagang, atau lainnya, penanggung jawab publikasi ini tidak bertanggung jawab. Untuk lebih jelasnya, silakan hubungi pihak yang bersangkutan.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ



Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber: a. Menyalin atau menggunakan gambar, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan bab atau sub bab, atau menggunakan gambar dan/atau gambar yang sudah ada dalam bentuk apapun sebagai bahan atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

58	3	2	1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	67
59	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	62
60	3	3	4	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	4	2	3	71	
61	3	3	1	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	3	2	3	4	2	1	4	70
62	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	69
63	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
64	3	3	1	4	2	2	3	3	2	4	2	4	4	3	1	3	2	2	4	3	4	4	1	3	70
65	3	4	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	2	2	73
66	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	58	
67	2	4	1	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	1	1	2	3	1	2	2	4	4	4	4	74
68	2	3	2	1	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	58	
69	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	72	
70	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	69	
71	3	2	3	1	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	1	2	3	3	2	3	3	69	
72	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	66	
73	3	2	3	4	1	4	3	1	4	3	3	2	1	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	66
74	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	3	3	4	2	1	4	1	4	1	4	2	2	2	2	69



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

Tabulasi Data Try Out Fear of Missing Out

No	Fear of Missing Out (FoMO) X1										Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	1	16
2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	25
3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	28
4	2	4	2	1	3	1	3	4	1	1	22
5	2	2	2	2	3	3	2	4	1	1	22
6	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	25
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
11	3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	25
12	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	29
13	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	23
14	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	28
15	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	30
16	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	27
17	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	25
18	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	23
19	2	2	2	1	4	4	3	3	3	2	26
20	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	25
21	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	33



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

22	3	3	2	2	1	3	2	3	3	1	23
23	2	3	2	2	2	2	2	4	2	2	23
24	1	2	1	1	1	3	3	4	3	3	22
25	1	3	2	3	3	3	3	4	3	4	29
26	3	1	1	3	1	1	3	2	3	2	20
27	3	4	2	4	3	3	3	2	4	1	29
28	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	18
29	2	2	2	2	1	3	2	2	3	1	20
30	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	28
31	3	1	2	2	3	1	2	4	3	2	23
32	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	28
33	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	27
34	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	26
35	1	3	2	3	1	1	2	3	2	3	21
36	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	22
37	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	25
38	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	26
39	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	22
40	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	30
41	1	2	3	4	2	1	2	3	2	4	24
42	1	2	1	1	2	3	2	4	3	4	23
43	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	23
44	2	3	2	4	2	3	4	4	3	3	30
45	1	4	1	2	4	3	4	4	4	4	31
46	2	3	2	3	4	3	3	3	2	2	27



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

47	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	26
48	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	24
49	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	39
50	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
51	4	4	4	4	3	4	4	1	4	3	35
52	2	2	1	1	1	3	2	3	2	1	18
53	2	1	3	2	3	3	3	2	3	3	25
54	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
55	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	32
56	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	19
57	3	3	4	2	1	4	2	3	1	1	24
58	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	23
59	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	24
60	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	30
61	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	28
62	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	28
63	1	1	1	1	2	3	3	3	3	1	19
64	2	2	1	1	3	3	2	4	2	1	21
65	2	2	2	2	2	3	2	4	2	1	22
66	1	2	1	1	2	3	1	4	2	1	18



Hak Cipta Dilindungi
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau
 2. Dilarang mengurniakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic Univ

Tabulasi Data Try Out Kecanduan Media Sosial

No	Kecanduan Media Sosial X2														Total
	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	K11	K12	K13	K14	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	43
3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	33
4	3	1	2	1	4	3	3	3	3	1	3	4	4	4	39
5	2	1	2	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	4	33
6	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	27
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
9	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	27
10	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	30
11	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	36
12	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	4	2	3	38
13	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	34
14	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	37
15	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	38
16	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	35
17	2	1	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	30
18	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	2	38
19	1	1	1	2	2	2	3	3	4	1	2	2	2	4	30
20	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	35
21	2	1	1	1	1	3	4	4	4	2	2	4	2	3	34



22	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	47
23	4	1	2	1	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	24
24	2	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	30
25	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	2	3	3	4	4	41
26	2	3	1	2	1	4	3	2	1	3	1	3	3	3	4	33
27	4	4	1	2	4	4	3	4	3	4	2	4	2	2	3	44
28	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	2	3	2	3	32
29	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	4	37
30	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	1	31
31	1	2	3	3	4	2	3	2	3	1	2	4	3	3	3	36
32	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	33
33	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	35
34	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	35
35	3	2	3	3	2	4	2	1	2	1	2	2	2	2	3	32
36	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	32
37	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	29
38	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	37
39	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	29
40	1	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	27
41	3	4	2	3	4	3	2	3	2	3	4	2	1	3	3	39
42	3	1	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	30
43	2	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	41
44	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	41
45	3	2	1	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	35
46	2	1	1	1	1	4	4	4	3	1	1	4	3	4	4	34

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, perijinan, persidangan, penyusunan laporan,
 b. Perizinan hak cipta diperlukan untuk kegiatan lain yang memerlukan pemenuhan hak cipta penulis.
 2. Dilarang mengumumikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa
 izin dari UIN Suska Riau.



47	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	39
48	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	37
49	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50
50	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	39
51	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	51
52	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	34
53	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	46
54	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	45
55	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	46
56	1	4	4	1	1	4	1	4	2	4	3	1	4	35
57	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
58	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	35
59	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	32
60	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	4	3	33
61	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	38
62	2	1	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	34
63	1	1	1	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	27
64	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	3	2	2	24
65	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	2	1	2	28
66	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	19

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, perbincangan ilmiah, penyusunan laporan, atau penyediaan bahan referensi.
 b. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN D

Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem

UIN SUSKA RIAU

Hasil Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem Kestabilan Emosi

Analisis 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.644	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	65.42	34.710	.283	.627
Y2	65.69	34.679	.271	.628
Y3	65.88	36.195	.099	.646
Y4	65.54	36.424	.097	.645
Y5	66.48	34.034	.263	.629
Y6	64.88	35.311	.310	.628
Y7	65.33	35.136	.247	.631
Y8	65.99	33.254	.357	.617
Y9	65.69	35.838	.167	.639
Y10	65.51	36.411	.101	.645
Y11	65.71	34.151	.346	.621
Y12	65.42	34.912	.310	.626
Y13	66.29	35.554	.169	.639
Y14	65.36	35.580	.191	.637
Y15	65.35	34.228	.395	.618
Y16	66.20	34.510	.280	.627
Y17	66.37	34.277	.295	.625

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Y18	65.69	35.491	.173	.639
Y19	66.43	37.204	.006	.654
Y20	66.18	34.540	.265	.629
Y21	65.61	34.587	.262	.629
Y22	65.61	37.196	-.003	.656
Y23	65.37	34.437	.314	.624
Y24	66.10	37.627	-.062	.667
Y25	65.65	36.230	.139	.641

© State Islamic University of Sultan Syarif Kasim
Jember Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim
Jember Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hasil Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem *Fear of Missing Out*

Analisis 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.770	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
F1	22.61	18.673	.434	.751
F2	22.33	17.856	.593	.729
F3	22.61	18.950	.433	.751
F4	22.65	17.646	.590	.728
F5	22.48	18.284	.493	.743
F6	22.36	20.050	.292	.769
F7	22.42	18.740	.594	.733
F8	21.95	22.167	.022	.797
F9	22.44	19.327	.453	.749
F10	22.73	18.324	.467	.746

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Analisis 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.797	9

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
F1	19.61	17.627	.491	.776
F2	19.33	17.210	.596	.762
F3	19.61	17.935	.487	.777
F4	19.65	16.877	.612	.759
F5	19.48	17.854	.462	.781
F6	19.36	19.497	.275	.803
F7	19.42	18.156	.583	.767
F9	19.44	18.712	.447	.782
F10	19.73	17.771	.454	.782

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem Kecanduan Media Sosial

Analisis 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.876	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
K1	32.15	44.038	.604	.864
K2	32.53	44.745	.538	.868
K3	32.58	47.110	.399	.874
K4	32.33	44.903	.548	.867
K5	32.26	45.179	.496	.870
K6	31.79	45.124	.551	.867
K7	31.80	47.176	.417	.873
K9	31.98	44.600	.604	.865
K10	32.39	44.735	.564	.867
K8	31.74	45.210	.575	.866
K11	32.32	44.282	.619	.864
K12	31.94	44.335	.575	.866
K13	32.35	45.892	.485	.870
K14	31.71	44.824	.576	.866

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E

Alat Ukur Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic Univ

SKALA PENELITIAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan saya Rana Syifa mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir sebagai persyaratan Pendidikan Sarjana Strata Satu (S1). Oleh karena itu, saya meminta kesediaan saudara/i untuk dapat berpartisipasi dalam pengisian skala penelitian ini. Tidak ada jawaban benar dan salah dalam skala ini sehingga saudara dapat mengisi sesuai apa yang dirasakan saat ini. Identitas serta jawaban yang diberikan bersifat rahasia dan digunakan untuk kepentingan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kestabilan emosi pada individu dewasa awal. Saya ucapkan terimakasih kepada saudara/i atas waktu dan kesediaannya dalam mengisi skala penelitian ini.

Nama :

Angkatan : 2021 / 2022 / 2023

Jenis Kelamin :

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini saya bersedia mengisi skala ini secara bersungguh-sungguh dan sukarela tanpa adanya paksaan dari siapapun. Tanggapan yang diberikan berasal dari diri saya sendiri dan dilakukan secara sadar.

Bersedia

Tidak Bersedia

Partisipan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

BAGIAN I

ANGKET DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Anda diharapkan untuk mengisi jawaban sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya berkaitan dengan penggunaan media sosial.

1. Pilihlah media sosial yang Anda miliki dan gunakan (Anda dapat memilih lebih dari satu pilihan)
 - Facebook
 - Twitter
 - Instagram
 - LINE
 - TikTok
2. Pilihlah tipe pengguna media sosial berikut ini yang sesuai dengan diri Anda.
 - Pengguna Aktif (Anda lebih cenderung untuk aktif terlibat dalam interaksi secara online dengan menggunakan fitur media sosial seperti misalnya membuat status, memberikan *feedback*, mengunggah gambar/foto, mengunduh, dll.)
 - Pengguna Pasif (Anda lebih cenderung hanya sekedar menjelajahi media sosial yang Anda gunakan, seperti misalnya menjelajah laman milik teman.)
3. Berapa lama waktu yang Anda habiskan saat menggunakan media sosial dalam sehari?
 - <1 jam/hari
 - 1-3 jam/hari
 - 3-5 jam/hari
 - >5jam/hari



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic Univ

BAGIAN II

SKALA 1

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas / di kampus. Pilihlah:

STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Anda merasa mampu bekerja di bawah tekanan dengan baik		✓		

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Anda merasa puas dengan diri Anda				
2.	Anda merasa diri Anda selalu mendapatkan nasib buruk				
3.	Anda mengkhawatirkan masa depan, sehingga terkadang Anda susah tidur karena gelisah				
4.	Anda berinisiatif memberikan tempat duduk Anda untuk orang tua atau ibu yang sedang hamil				
5.	Anda menyalahkan orang lain atau hal diluar diri Anda apabila Anda mengalami kegagalan				
6.	Anda merasa kecewa dan muram ketika Anda mendapatkan hal yang lebih buruk daripada orang lain				
7.	Pada umumnya Anda mampu mengambil keputusan sendiri tanpa bantuan pendapat orang lain				
8.	Anda merasa bahwa halangan				

	dalam mencapai tujuan merupakan tantangan yang positif				
9.	Anda berani mengambil resiko untuk mencoba hal baru				
10.	Anda mudah marah saat berkendara dalam situasi yang terburu-buru atau dalam lalu lintas yang padat				
11.	Anda sering merasa tidak tenang seperti Anda ingin melakukan sesuatu tetapi Anda tidak tahu harus melakukan apa				
12.	Anda mudah merasa panik				
13.	Anda memiliki banyak teman atau relasi				
14.	Apabila ada kecelakaan di depan Anda, Anda segera ikut membantu				
15.	Anda dapat mentolerir apabila ada perubahan yang terjadi secara tiba-tiba				



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

BAGIAN III

SKALA 2

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas / di kampus. Pilihlah:

STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Penting bagi saya untuk mengerti temansaya dalam bercanda			✓	

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya takut orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya				
2.	Saya merasa cemas ketika saya tidak tahu apa yang sedang dilakukan teman-teman saya				
3.	Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya				
4.	Saya khawatir ketikanengetahui teman-teman sayasedang bersenang-senang tanpa saya				
5.	Ketika saya bersenang-senang, saya akan membagikan detailnya secara online (<i>update status</i>)				

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
6.	Terkadang, saya bertanya-tanya apakah sayamenghabiskan terlalu banyak waktu untuk mengikuti apa yang sedang terjadi				
7.	Akan mengganggu saya ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu denganteman-teman				
8.	Ketika saya melewatkan kumpul-kumpul yang direncanakan, itu mengganggu saya				
9.	Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya				

State Islamic Univ



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

BAGIAN IV

SKALA 3

Petunjuk Pengerjaan:

Berilah tanda (✓) pada pilihan yang tersedia sesuai dengan apa yang kamu lakukan selama belajar di kelas / di kampus. Pilihlah:

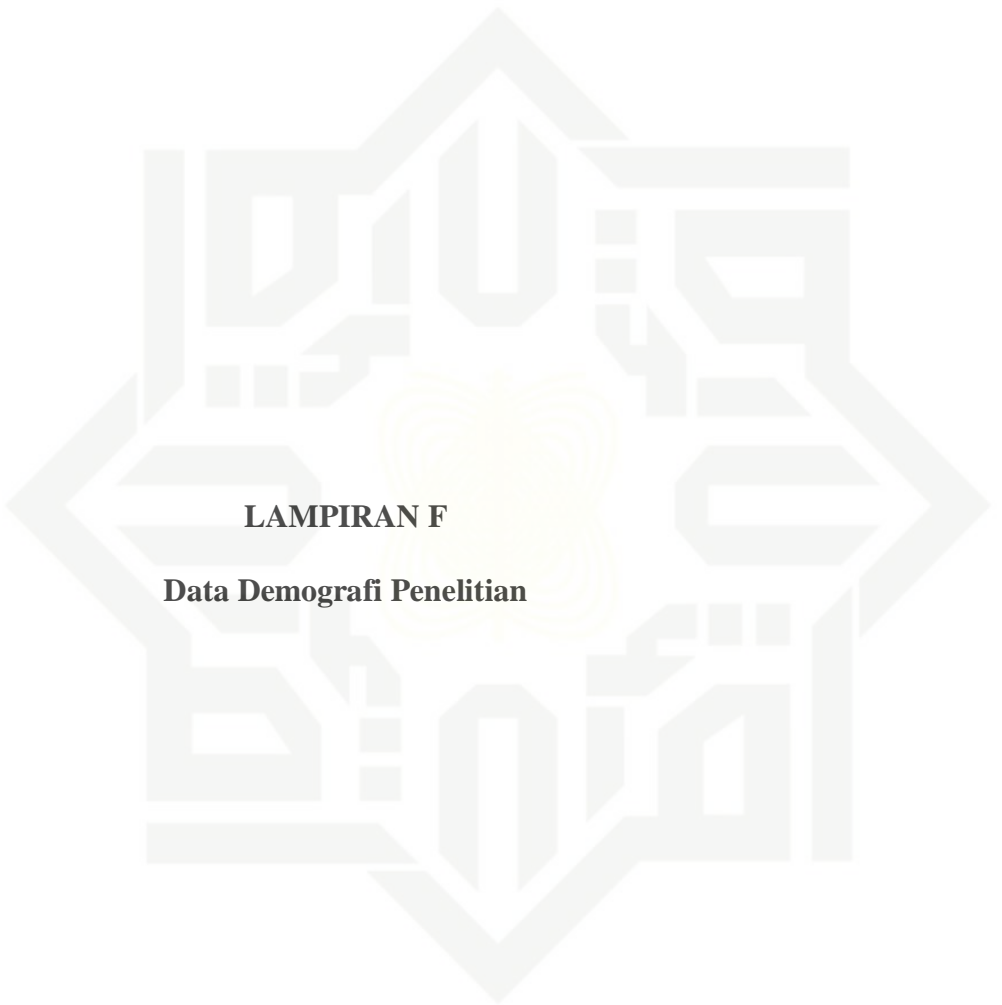
STS : Sangat Tidak Sesuai S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasabosan tanpa media sosial				✓

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Nilai saya memburuk karena penggunaan media sosial				
2.	Saya sering menggunakan media sosial saat berkendara				
3.	Saya sering membatalkan pertemuan denganteman-teman sayakarena menggunakan media sosial				
4.	Saya memikirkan tentang media sosial meskipun saya tidak sedang menggunakannya				
5.	Keluarga saya sering mengeluh keasyikan saya dengan media sosial				
6.	Saya merasabosan tanpa media sosial				
7.	Tanpa terasa haribisa berlalu begitu saja ketikasaya menggunakan media sosial				
8.	Ketika saya menggunakan media sosial waktu berlalu tanpa saya				

	sadari				
9.	Saya merasamenggunakan media sosial lebih lama dari yang dimaksudkan				
10.	Saya seringmengabaikan tugas kuliahkarena menggunakan media sosial				
11.	Saya merasa kesal ketika seseorang menyela saya ketika saya menggunakan media sosial				
12.	Saya merasa sulit untuk tidur lebih awal setelah menggunakan media sosial				
13.	Saya akan kecewa jika harus mengurangi jumlah waktu yang saya habiskan untuk menggunakan sosial media				
14.	Saya merasa penggunaan media sosial saya telah meningkat secara signifikan sejak saya mulai menggunakannya				



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Data Demografi Subjek Penelitian

No	Inisial	Angkatan	Jenis Kelamin	Jurusan
1	NL	2022	Perempuan	Psikologi
2	IC	2021	Perempuan	Psikologi
3	OA	2021	Laki-laki	Psikologi
4	RZ	2021	Laki-laki	Psikologi
5	DA	2021	Perempuan	Psikologi
6	TN	2021	Perempuan	Psikologi
7	NA	2021	Perempuan	Psikologi
8	FDA	2021	Perempuan	Psikologi
9	I	2021	Perempuan	Psikologi
10	DSD	2021	Perempuan	Psikologi
11	NA	2021	Perempuan	Psikologi
12	A	2021	Perempuan	Psikologi
13	SP	2021	Perempuan	Psikologi
14	VRV	2021	Perempuan	Psikologi
15	YM	2021	Perempuan	Psikologi
16	AP	2021	Perempuan	Psikologi
17	RO	2021	Perempuan	Psikologi
18	L	2021	Perempuan	Psikologi
19	SB	2021	Perempuan	Psikologi
20	R	2021	Laki-laki	Psikologi
21	R	2021	Perempuan	Psikologi
22	D	2021	Perempuan	Psikologi
23	P	2021	Laki-laki	Psikologi
24	FO	2021	Perempuan	Psikologi
25	H	2021	Perempuan	Psikologi
26	Dwi	2021	Perempuan	Psikologi
27	MJ	2021	Perempuan	Psikologi
28	HA	2021	Perempuan	Psikologi
29	KY	2021	Perempuan	Psikologi
30	RY	2021	Perempuan	Psikologi
31	IF	2021	Laki-laki	Psikologi
32	S	2021	Perempuan	Psikologi
33	AS	2021	Perempuan	Psikologi
34	A	2021	Perempuan	Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

35	VFK	2021	Perempuan	Psikologi
36	VW	2021	Perempuan	Psikologi
37	LDN	2021	Perempuan	Psikologi
38	J	2021	Perempuan	Psikologi
39	AIJ	2021	Perempuan	Psikologi
40	LAS	2021	Laki-laki	Psikologi
41	DOR	2021	Perempuan	Psikologi
42	DA	2021	Laki-laki	Psikologi
43	N	2021	Perempuan	Psikologi
44	A	2021	Perempuan	Psikologi
45	AE	2021	Laki-laki	Psikologi
46	D	2021	Perempuan	Psikologi
47	VD	2021	Perempuan	Psikologi
48	FHZ	2021	Perempuan	Psikologi
49	HAF	2021	Laki-laki	Psikologi
50	AS	2021	Perempuan	Psikologi
51	SAN	2021	Perempuan	Psikologi
52	YR	2021	Laki-laki	Psikologi
53	DK	2021	Perempuan	Psikologi
54	F	2021	Perempuan	Psikologi
55	L	2021	Perempuan	Psikologi
56	R	2021	Perempuan	Psikologi
57	JA	2021	Perempuan	Psikologi
58	NAS	2021	Perempuan	Psikologi
59	SRJ	2021	Perempuan	Psikologi
60	AW	2021	Perempuan	Psikologi
61	U	2021	Perempuan	Psikologi
62	BA	2021	Laki-laki	Psikologi
63	ARR	2021	Perempuan	Psikologi
64	RS	2021	Perempuan	Psikologi
65	F	2022	Laki-laki	Psikologi
66	D	2022	Perempuan	Psikologi
67	VNA	2022	Perempuan	Psikologi
68	MAP	2022	Perempuan	Psikologi
69	S	2022	Perempuan	Psikologi
70	NA	2022	Perempuan	Psikologi

71	D	2022	Perempuan	Psikologi
72	I	2022	Perempuan	Psikologi
73	PAS	2022	Perempuan	Psikologi
74	V	2022	Perempuan	Psikologi
75	IT	2022	Perempuan	Psikologi
76	ADP	2022	Perempuan	Psikologi
77	FAR	2022	Perempuan	Psikologi
78	I	2022	Perempuan	Psikologi
79	BNZA	2022	Perempuan	Psikologi
80	AN	2022	Laki-laki	Psikologi
81	MHH	2022	Laki-laki	Psikologi
82	SA	2022	Perempuan	Psikologi
83	AIP	2022	Perempuan	Psikologi
84	SA	2022	Laki-laki	Psikologi
85	NCR	2022	Perempuan	Psikologi
86	R	2022	Perempuan	Psikologi
87	A	2022	Perempuan	Psikologi
88	BN	2022	Perempuan	Psikologi
89	A	2022	Perempuan	Psikologi
90	K	2022	Perempuan	Psikologi
91	DS	2023	Perempuan	Psikologi
92	W	2023	Laki-laki	Psikologi
93	BP	2023	Laki-laki	Psikologi
94	SM	2023	Perempuan	Psikologi
95	R	2023	Laki-laki	Psikologi
96	YN	2023	Laki-laki	Psikologi
97	F	2023	Laki-laki	Psikologi
98	MA	2023	Laki-laki	Psikologi
99	DSS	2023	Perempuan	Psikologi
100	SAP	2023	Perempuan	Psikologi
101	MIM	2023	Laki-laki	Psikologi
102	ARY	2023	Laki-laki	Psikologi
103	GRYP	2023	Laki-laki	Psikologi
104	AT	2023	Perempuan	Psikologi
105	MFA	2023	Laki-laki	Psikologi
106	MNI	2023	Laki-laki	Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



107	MLT	2023	Laki-laki	Psikologi
108	MKL	2023	Perempuan	Psikologi
109	SU	2023	Perempuan	Psikologi
110	MGA	2023	Laki-laki	Psikologi
111	AN	2023	Laki-laki	Psikologi
112	Alnv	2022	Laki-laki	Psikologi
113	AZ	2022	Perempuan	Psikologi
114	NS	2022	Perempuan	Psikologi
115	KNNR	2022	Perempuan	Psikologi
116	Z	2022	Perempuan	Psikologi
117	H	2022	Perempuan	Psikologi
118	SND	2022	Perempuan	Psikologi
119	ZS	2022	Perempuan	Psikologi
120	R	2022	Perempuan	Psikologi
121	DRH	2023	Perempuan	Psikologi
122	HFP	2023	Perempuan	Psikologi
123	MO	2023	Perempuan	Psikologi
124	INS	2023	Perempuan	Psikologi
125	FA	2023	Perempuan	Psikologi
126	N	2023	Perempuan	Psikologi
127	R	2023	Perempuan	Psikologi
128	RYAS	2023	Perempuan	Psikologi
129	TI	2023	Perempuan	Psikologi
130	NS	2021	Perempuan	Psikologi
131	SDR	2023	Perempuan	Psikologi
132	NA	2023	Perempuan	Psikologi
133	FW	2023	Perempuan	Psikologi
134	DA	2023	Perempuan	Psikologi
135	DNS	2023	Perempuan	Psikologi
136	ADP	2023	Perempuan	Psikologi
137	RFA	2023	Perempuan	Psikologi
138	AA	2023	Perempuan	Psikologi
139	EH	2023	Perempuan	Psikologi
140	MTAS	2023	Perempuan	Psikologi
141	PA	2023	Perempuan	Psikologi
142	RA	2023	Perempuan	Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

143	LAS	2023	Perempuan	Psikologi
144	J	2023	Perempuan	Psikologi
145	RRP	2023	Perempuan	Psikologi
146	N	2023	Perempuan	Psikologi
147	B	2023	Perempuan	Psikologi
148	S	2023	Perempuan	Psikologi
149	K	2023	Perempuan	Psikologi
150	Z	2023	Perempuan	Psikologi
151	R	2023	Perempuan	Psikologi
152	S	2023	Laki-laki	Psikologi
153	HNH	2023	Laki-laki	Psikologi
154	PA	2023	Perempuan	Psikologi
155	DNS	2023	Perempuan	Psikologi
156	MDP	2023	Perempuan	Psikologi
157	SWT	2021	Perempuan	Psikologi
158	Rr	2021	Perempuan	Psikologi
159	CTA	2021	Perempuan	Psikologi
160	R	2023	Perempuan	Psikologi
161	NAP	2023	Perempuan	Psikologi
162	A	2023	Perempuan	Psikologi
163	M	2023	Perempuan	Psikologi
164	P	2023	Perempuan	Psikologi
165	T	2023	Perempuan	Psikologi
166	I	2023	Perempuan	Psikologi
167	H	2023	Perempuan	Psikologi
168	VI	2023	Perempuan	Psikologi
169	D	2023	Perempuan	Psikologi
170	S	2023	Perempuan	Psikologi
171	U	2023	Perempuan	Psikologi
172	TB	2023	Perempuan	Psikologi
173	RW	2023	Perempuan	Psikologi
174	SCA	2023	Perempuan	Psikologi
175	PA	2023	Perempuan	Psikologi
176	P	2023	Perempuan	Psikologi
177	Y	2022	Perempuan	Psikologi
178	S	2022	Perempuan	Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

179	A	2022	Perempuan	Psikologi
180	N	2021	Perempuan	Psikologi
181	V	2021	Perempuan	Psikologi
182	AKS	2021	Perempuan	Psikologi
183	R	2021	Perempuan	Psikologi
184	WR	2021	Laki-laki	Psikologi
185	Kdk	2021	Perempuan	Psikologi
186	Xy	2021	Perempuan	Psikologi
187	S	2021	Perempuan	Psikologi
188	ARF	2021	Perempuan	Psikologi
189	DN	2021	Perempuan	Psikologi
190	YEG	2021	Perempuan	Psikologi
191	N	2023	Perempuan	Psikologi
192	R	2023	Perempuan	Psikologi
193	ID	2023	Laki-laki	Psikologi
194	A	2021	Perempuan	Psikologi
195	FM	2021	Perempuan	Psikologi
196	WR	2021	Perempuan	Psikologi
197	X	2021	Perempuan	Psikologi
198	MRK	2021	Laki-laki	Psikologi
199	N	2021	Perempuan	Psikologi
200	H	2021	Perempuan	Psikologi
201	Z	2021	Perempuan	Psikologi
202	CR	2021	Perempuan	Psikologi
203	DMF	2021	Laki-laki	Psikologi
204	DSR	2021	Perempuan	Psikologi
205	FZ	2021	Perempuan	Psikologi
206	R	2021	Perempuan	Psikologi
207	Rz	2021	Laki-laki	Psikologi
208	TI	2021	Perempuan	Psikologi
209	T	2022	Perempuan	Psikologi
210	D	2022	Perempuan	Psikologi
211	F	2022	Perempuan	Psikologi
212	N	2022	Perempuan	Psikologi
213	Ap	2022	Laki-laki	Psikologi
214	A	2022	Perempuan	Psikologi

215	T	2022	Perempuan	Psikologi
216	T	2022	Laki-laki	Psikologi
217	J	2022	Perempuan	Psikologi
218	WP	2021	Perempuan	Psikologi
219	W	2022	Perempuan	Psikologi
220	L	2022	Perempuan	Psikologi



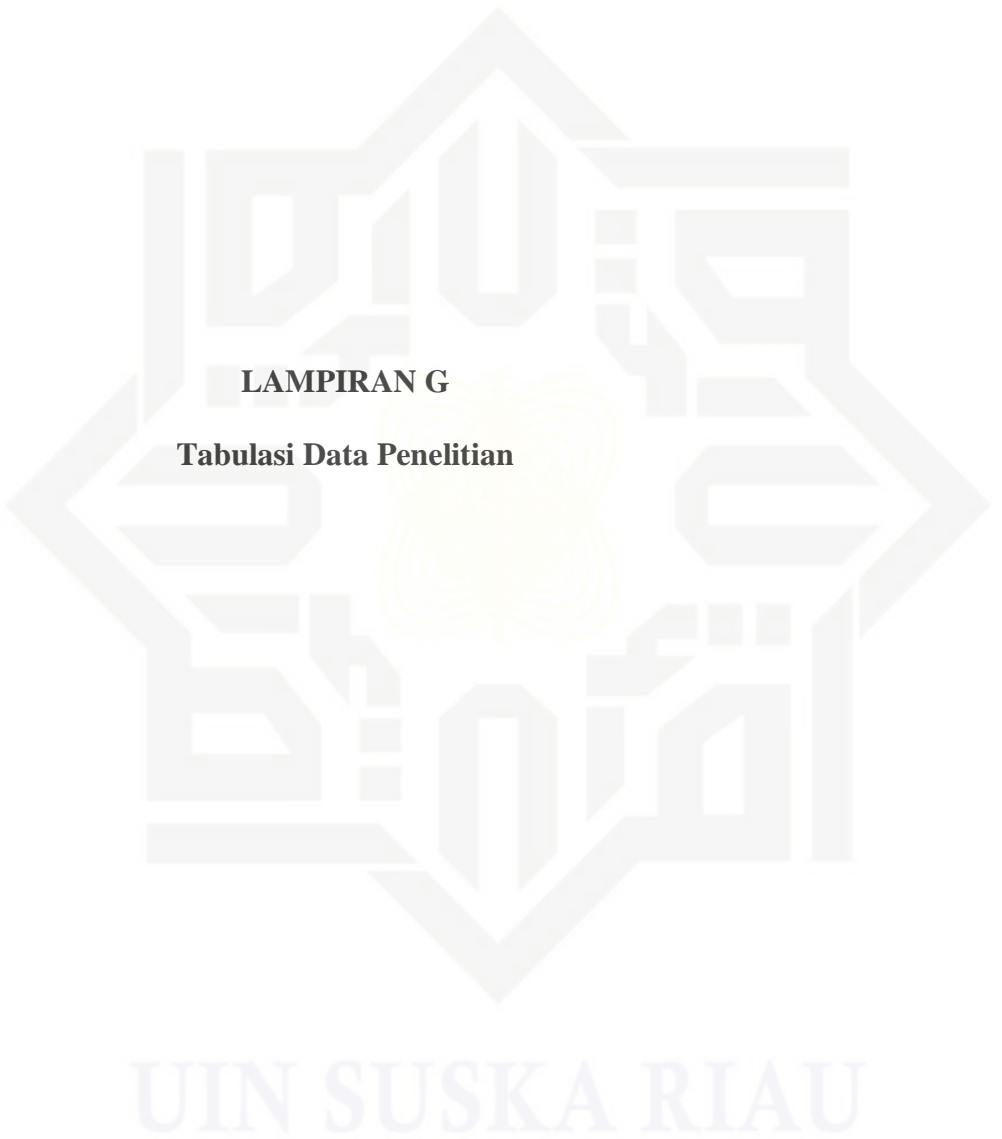
UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN G

Tabulasi Data Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Tabulasi Data Penelitian Kestabilan Emosi

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Total
1	4	3	3	3	4	2	4	2	3	4	3	4	4	3	2	48
2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	1	4	3	3	39
3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	1	4	3	1	2	3	46
4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	44
5	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	2	43
6	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	40
7	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	38
8	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	43
9	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	39
10	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	35
11	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	40
12	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	34
13	2	3	1	4	4	2	3	4	4	3	2	1	4	4	3	44
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
15	3	4	2	4	3	1	4	3	4	1	1	2	4	4	3	43
16	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	39
17	4	1	3	4	4	4	3	4	4	1	2	3	4	3	3	47
18	3	3	2	4	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	2	39
19	2	3	2	3	3	2	4	2	2	4	4	4	2	3	3	43
20	2	3	2	4	3	1	4	4	4	4	1	1	1	2	4	40
21	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	41
22	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	40
23	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	48
24	3	3	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	36
25	2	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	4	2	2	3	48
26	4	4	3	4	3	2	4	4	4	2	3	4	4	4	4	53
27	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	44

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

28	3	4	1	4	3	2	3	4	3	1	1	1	3	2	4	39
29	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	40
30	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	40
31	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	45
32	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	44
33	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	37
34	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	3	40
35	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	38
36	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	42
37	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	38
38	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	37
39	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	3	3	2	2	3	38
40	4	4	2	4	3	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	46
41	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
42	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	37
43	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	38
44	3	3	4	1	4	4	2	3	4	2	3	2	3	3	2	43
45	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	42
46	3	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	1	3	3	3	40
47	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	40
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	44
49	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	43
50	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	36
51	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	42
52	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	40
53	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	41
54	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	39
55	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	1	1	1	2	3	34
56	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	45
57	4	4	2	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	41



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

58	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	42
59	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	40
60	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	41
61	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36
62	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	44
63	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	39
64	3	3	1	3	4	4	3	3	4	2	2	2	2	2	3	41
65	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	48
66	3	3	1	4	3	2	3	3	3	1	1	1	2	3	2	35
67	3	3	1	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	38
68	2	3	1	3	3	2	2	3	2	1	1	1	3	3	2	32
69	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	4	2	2	41
70	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	41
71	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	38
72	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	43
73	3	4	2	3	4	2	1	3	2	2	2	2	3	3	3	39
74	3	3	2	4	2	1	3	3	4	3	1	3	3	1	1	37
75	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	42
76	3	4	3	4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	44
77	3	4	3	3	4	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	42
78	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	46
79	4	4	3	4	2	1	3	4	3	2	1	1	4	2	1	39
80	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	44
81	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	41
82	3	4	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	49
83	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	45
84	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	44
85	1	1	2	2	1	1	1	3	4	1	1	2	3	2	2	27
86	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	40
87	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1	3	2	4	3	2	43

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



88	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	37
89	4	3	3	4	4	2	4	2	4	2	2	2	4	3	3	46
90	4	3	2	4	3	2	3	2	3	2	1	3	3	4	2	41
91	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	42
92	3	3	3	4	4	2	2	1	4	3	2	3	3	4	3	44
93	4	4	2	4	4	2	3	1	3	2	2	2	2	4	3	42
94	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	43
95	1	4	4	1	4	1	4	4	1	1	4	1	1	3	1	35
96	2	2	2	4	3	2	3	3	4	3	2	2	2	4	3	41
97	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	3	3	47
98	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	43
99	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	2	3	2	37
100	3	3	2	4	4	3	1	3	3	3	2	2	4	3	3	43
101	3	2	1	4	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	36
102	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	36
103	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	38
104	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	39
105	2	2	2	4	4	4	2	4	3	3	1	1	3	3	3	41
106	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	41
107	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	41
108	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	41
109	1	2	1	4	4	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	36
110	2	3	4	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	37
111	1	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	44
112	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	2	3	41
113	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	43
114	4	3	3	4	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	44
115	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	43
116	3	3	2	4	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	42
117	3	3	1	3	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	33

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

118	3	3	1	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	40
119	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	1	1	4	2	2	36
120	3	3	2	4	3	1	4	4	3	1	1	1	4	2	3	39
121	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	40
122	2	2	2	4	3	2	4	3	4	1	1	1	2	4	3	38
123	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	40
124	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	39
125	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	39
126	1	1	1	4	4	2	4	1	4	4	4	3	1	2	1	37
127	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	45
128	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	1	1	2	3	3	33
129	2	3	2	3	4	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	33
130	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	47
131	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	45
132	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	1	2	3	2	3	37
133	4	3	3	4	4	2	3	3	3	1	2	2	4	4	3	45
134	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	42
135	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	39
136	3	3	1	3	3	1	2	3	3	2	1	3	3	3	2	36
137	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	39
138	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	44
139	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	3	40
140	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	44
141	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	46
142	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	41
143	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	41
144	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	40
145	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	40
146	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	39
147	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	50



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

148	4	1	3	3	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4	3	45
149	3	2	3	2	1	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	43
150	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	50
151	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	51
152	3	3	2	2	4	2	3	2	3	1	2	3	4	2	2	38
153	3	3	2	2	4	2	3	2	3	1	2	3	4	2	2	38
154	4	4	2	4	4	2	3	3	3	2	3	1	3	4	3	45
155	4	3	1	4	3	3	4	3	3	1	2	2	4	4	3	44
156	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	4	2	4	3	2	42
157	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	41
158	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	41
159	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	35
160	3	3	2	3	4	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	48
161	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	40
162	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	37
163	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	52
164	2	3	2	4	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	39
165	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	39
166	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	52
167	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	52
168	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	40
169	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	3	2	38
170	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	52
171	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	52
172	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	43
173	2	3	1	3	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	3	33
174	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	40
175	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	40
176	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	50
177	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	34



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

178	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	34
179	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	3	2	2	35
180	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	45
181	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	3	53
182	2	3	1	4	4	2	2	3	3	1	1	1	2	4	2	35
183	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	42
184	2	2	3	1	2	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	32
185	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	37
186	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	43
187	2	2	2	4	2	2	4	2	3	2	2	3	1	2	3	36
188	3	3	2	4	3	3	3	3	4	1	2	1	3	3	3	41
189	2	2	3	3	3	1	1	3	1	2	2	3	4	1	2	33
190	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	2	3	2	3	3	47
191	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	56
192	3	4	2	4	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	41
193	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	41
194	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	42
195	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	3	37
196	3	3	2	4	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3	41
197	2	1	1	4	3	2	1	2	3	1	1	1	2	3	3	30
198	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	2	4	3	3	4	45
199	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	36
200	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	45
201	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	1	4	3	1	39
202	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	40
203	4	4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	45
204	4	2	1	4	2	2	3	4	4	2	3	1	4	4	3	43
205	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	1	3	4	3	48
206	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	41
207	3	4	2	4	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	46

208	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	44
209	3	3	1	3	3	1	3	2	4	4	2	1	3	2	3	38
210	3	2	1	4	4	1	1	1	3	1	1	1	3	4	2	32
211	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	43
212	3	4	1	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	37
213	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	55
214	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	43
215	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	42
216	2	3	2	4	2	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	36
217	2	3	1	4	4	3	3	4	4	2	2	2	3	3	3	43
218	3	3	2	4	4	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	42
219	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	43
220	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3	39

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa





- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Tabulasi Data Penelitian *Fear of Missing Out*

No	<i>Fear of Missing Out (FoMO) XI</i>									Total
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	
1	2	4	2	1	2	2	2	1	1	17
2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	21
3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	12
4	1	2	1	1	1	2	1	2	2	13
5	2	3	2	3	2	3	2	2	2	21
6	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
7	3	2	2	2	3	3	2	3	2	22
8	2	3	3	2	3	2	2	3	2	22
9	2	3	2	2	2	2	3	3	2	21
10	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
11	2	3	3	3	2	3	3	3	2	24
12	3	4	3	2	3	3	3	3	3	27
13	1	3	1	2	4	3	3	3	1	21
14	3	3	3	3	3	3	2	2	3	25
15	4	3	4	4	2	4	4	3	3	31
16	2	2	2	3	2	2	2	2	2	19
17	2	2	2	2	4	3	2	2	2	21
18	3	2	3	2	3	3	3	2	2	23
19	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
20	3	4	4	4	4	4	4	4	4	35
21	2	2	1	1	1	3	2	2	1	15
22	2	1	2	1	1	3	1	1	2	14
23	2	2	2	1	2	3	2	2	1	17
24	2	2	2	3	2	2	2	2	2	19

25	1	3	1	1	1	1	2	2	1	13
26	1	1	1	1	2	2	2	2	1	13
27	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
28	1	3	1	1	1	3	1	1	1	13
29	2	2	2	2	2	3	2	3	2	20
30	2	2	2	2	2	2	2	3	2	19
31	2	2	2	2	2	3	2	3	3	21
32	2	3	2	2	2	3	2	2	2	20
33	2	3	2	2	3	3	2	3	2	22
34	2	2	2	3	1	2	2	3	2	19
35	2	3	2	3	2	3	2	3	2	22
36	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21
37	2	2	3	3	3	2	2	2	2	21
38	2	3	2	2	2	2	3	3	2	21
39	2	3	3	3	3	3	4	3	2	26
40	2	3	3	3	2	2	3	4	3	25
41	2	2	2	2	3	2	2	2	2	19
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
43	3	2	2	3	3	3	3	3	3	25
44	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20
45	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
46	1	2	1	1	3	3	2	2	3	18
47	2	3	2	3	3	3	2	2	3	23
48	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
49	2	3	3	2	3	3	2	3	2	23
50	2	2	2	3	3	3	3	3	2	23
51	2	2	2	2	2	2	2	2	1	17
52	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa





© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

53	2	2	2	2	2	3	2	3	2	20
54	2	3	2	2	3	3	3	3	3	24
55	1	3	1	2	4	2	4	1	1	19
56	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19
57	2	2	2	1	2	2	2	1	1	15
58	2	3	1	2	3	3	2	2	2	20
59	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19
60	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20
61	2	1	2	1	1	1	2	2	1	13
62	2	2	2	2	1	2	3	3	1	18
63	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19
64	2	3	3	2	2	3	2	3	2	22
65	2	1	2	1	1	2	2	4	1	16
66	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19
67	2	3	2	2	3	3	3	3	2	23
68	2	3	2	3	2	3	2	3	3	23
69	2	2	3	3	3	3	3	3	3	25
70	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
71	3	4	3	3	3	3	3	4	3	29
72	3	3	3	3	1	3	2	3	1	22
73	2	3	2	3	3	3	2	3	2	23
74	2	2	2	3	3	2	3	4	3	24
75	2	2	2	2	2	2	3	3	3	21
76	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
77	2	3	2	3	3	3	3	3	3	25
78	3	3	3	3	1	3	2	3	1	22
79	2	2	3	2	4	3	3	3	3	25
80	1	1	1	1	1	2	2	3	1	13

81	2	3	3	2	2	3	2	2	2	21
82	1	2	1	2	2	4	2	2	1	17
83	2	2	3	2	2	3	3	3	2	22
84	2	2	2	2	3	3	2	3	3	22
85	4	2	4	2	4	2	3	3	1	25
86	3	1	3	3	3	3	2	2	2	22
87	2	3	2	2	2	3	3	3	1	21
88	3	3	3	2	2	3	2	2	2	22
89	2	3	2	2	2	4	3	2	2	22
90	1	1	2	2	3	4	3	3	2	21
91	1	2	1	2	2	3	2	2	2	17
92	2	3	2	2	3	2	3	2	2	21
93	2	2	2	2	3	2	3	2	2	20
94	3	3	3	2	2	3	2	2	2	22
95	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
96	2	3	3	3	3	2	2	3	2	23
97	1	1	1	1	2	4	3	3	3	19
98	2	2	2	2	4	3	3	3	2	23
99	2	3	2	3	3	3	3	3	3	25
100	1	2	2	2	3	3	2	2	2	19
101	3	3	3	3	3	3	4	3	3	28
102	2	3	3	3	2	3	2	2	2	22
103	3	3	2	3	3	2	3	3	3	25
104	2	3	2	2	2	3	2	2	2	20
105	4	4	4	4	2	4	3	3	3	31
106	2	2	2	2	2	3	3	3	3	22
107	2	2	2	2	2	2	3	3	1	19
108	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



109	3	2	2	2	1	3	2	3	1	19
110	3	2	3	2	1	3	2	2	1	19
111	2	2	2	2	2	3	3	3	2	21
112	1	2	2	2	2	3	3	2	1	18
113	3	2	3	2	3	3	2	2	2	22
114	2	2	2	2	3	3	2	3	2	21
115	3	3	3	3	3	2	3	3	2	25
116	2	3	2	3	3	3	3	3	2	24
117	2	2	2	4	3	3	3	2	2	23
118	1	1	1	1	2	2	1	1	1	11
119	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
120	4	3	4	3	2	3	1	2	1	23
121	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19
122	2	2	2	2	3	3	2	3	2	21
123	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
124	2	2	2	2	2	3	2	3	2	20
125	2	2	3	2	1	3	2	3	2	20
126	1	1	1	1	4	2	2	3	1	16
127	2	2	2	3	2	2	2	2	2	19
128	2	2	2	2	1	4	1	1	1	16
129	2	3	2	3	4	2	1	1	1	19
130	1	1	1	1	2	2	2	2	1	13
131	3	2	2	2	3	2	2	2	1	19
132	3	2	3	2	3	3	3	4	2	25
133	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20
134	2	3	2	2	2	2	3	3	2	21
135	2	2	2	2	1	2	2	2	1	16
136	2	3	2	2	2	3	2	2	2	20

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



137	2	2	2	3	2	3	3	2	2	21
138	3	2	2	2	2	3	2	2	2	20
139	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
140	2	2	2	2	3	3	2	3	2	21
141	2	3	2	2	2	3	2	3	2	21
142	2	2	2	2	3	3	2	2	3	21
143	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
144	2	3	3	2	2	3	2	3	2	22
145	2	3	3	2	2	3	2	3	2	22
146	2	1	2	3	1	3	1	1	1	15
147	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
148	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
149	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
150	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
151	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
152	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
153	2	2	3	3	3	2	3	3	3	24
154	2	3	1	3	1	3	2	1	1	17
155	2	2	2	3	3	3	3	2	2	22
156	1	3	2	2	3	2	2	2	1	18
157	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20
158	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
159	2	3	2	2	3	2	2	3	3	22
160	3	3	3	2	2	3	3	3	3	25
161	2	3	3	2	2	3	2	3	2	22
162	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
163	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
164	3	2	2	2	3	2	2	2	3	21

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



165	3	2	2	2	3	2	2	2	3	21
166	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
167	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
168	3	3	2	3	2	3	2	3	4	25
169	2	4	2	4	3	4	3	4	4	30
170	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
171	2	2	2	2	2	2	3	3	2	20
172	1	1	2	2	1	3	1	2	2	15
173	3	3	3	3	2	3	2	2	2	23
174	2	3	2	4	3	3	3	3	2	25
175	2	3	2	4	3	3	3	3	2	25
176	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
177	3	3	3	2	3	3	3	3	2	25
178	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
179	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
180	2	2	2	2	3	2	3	3	2	21
181	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
182	1	3	1	1	2	4	3	2	1	18
183	2	2	2	2	1	3	2	2	1	17
184	4	4	4	4	3	2	3	3	1	28
185	2	2	2	3	2	3	2	3	2	21
186	2	3	2	2	2	3	2	2	2	20
187	2	2	2	3	1	4	2	2	2	20
188	2	3	2	3	2	3	3	3	1	22
189	2	2	2	3	4	3	3	2	1	22
190	2	3	2	1	1	2	1	2	2	16
191	1	1	1	1	1	3	1	1	1	11
192	2	3	2	2	3	3	3	3	2	23

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



193	3	3	3	3	1	3	2	2	2	22
194	2	3	2	2	2	2	2	2	2	19
195	4	2	3	3	3	4	2	3	2	26
196	2	2	2	2	2	2	2	2	1	17
197	3	3	3	4	2	3	3	3	2	26
198	1	2	2	3	2	3	3	2	3	21
199	2	2	2	3	3	3	2	3	2	22
200	2	3	1	2	2	3	2	2	1	18
201	1	1	1	3	3	1	1	3	1	15
202	2	2	2	2	3	2	2	3	2	20
203	2	3	2	2	2	2	3	3	3	22
204	2	3	1	3	1	4	4	1	1	20
205	1	2	1	1	2	2	2	2	2	15
206	2	2	1	1	1	3	2	2	1	15
207	1	1	1	1	3	2	2	2	2	15
208	1	1	1	1	2	3	1	1	1	12
209	2	3	2	4	2	2	3	3	2	23
210	1	4	1	4	4	4	4	4	1	27
211	2	2	2	2	3	3	3	3	2	22
212	2	3	2	3	2	3	3	4	2	24
213	2	1	1	1	3	2	2	2	2	16
214	1	2	1	1	3	3	1	2	1	15
215	2	2	2	2	2	3	3	3	2	21
216	2	2	2	2	4	3	3	3	2	23
217	3	3	2	2	1	4	2	2	2	21
218	2	4	2	1	3	4	3	2	1	22
219	2	3	2	2	2	3	3	3	2	22
220	2	2	2	3	2	3	3	3	2	22

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic Univ

Tabulasi Data Penelitian Kecanduan Media Sosial

No	Kecanduan Media Sosial X2														Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	38
3	2	1	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	24
4	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	2	1	3	24
5	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	31
6	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	35
7	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36
8	2	2	2	2	1	3	3	3	2	1	1	2	2	2	28
9	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	32
10	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	33
11	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	30
12	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	35
13	4	3	1	2	1	3	4	4	4	3	1	1	1	3	35
14	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	36
15	3	1	1	4	1	4	4	4	4	3	1	4	3	4	41
16	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	33
17	1	3	1	1	3	4	2	3	2	1	1	2	2	4	30
18	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	31
19	1	1	1	3	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	30
20	3	1	3	1	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	43
21	2	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	27



- Hak Cipta Ditinjau dari Unsur-unsurnya
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

22	3	1	3	3	1	4	4	4	3	3	2	3	2	3	39
23	3	1	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	32
24	2	1	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	33
25	1	1	1	1	1	1	4	4	2	1	1	1	1	3	23
26	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	18
27	2	1	1	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	31
28	1	4	1	1	1	3	4	4	4	2	1	3	2	4	35
29	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	35
30	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	32
31	2	2	1	2	2	3	4	3	2	1	1	2	1	3	29
32	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	31
33	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38
34	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	1	3	31
35	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	37
36	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38
37	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	2	3	40
38	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	37
39	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36
40	2	2	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	35
41	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	35
42	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36
43	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	34
44	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	4	4	37
45	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	32
46	1	1	1	1	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	32



47	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	38
48	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
49	2	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	32
50	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	37
51	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	38
52	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	35
53	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	33
54	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	35
55	2	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	44
56	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	33
57	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	39
58	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	29
59	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	34
60	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36
61	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	1	3	31
62	2	1	2	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	4	34
63	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	35
64	3	2	2	1	1	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3	30
65	2	1	1	2	4	3	3	4	2	4	1	4	3	1	3	35
66	4	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	2	3	43
67	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	32
68	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	39
69	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	2	4	2	4	4	41
70	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	32
71	3	1	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	40

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



72	1	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	31
73	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	34
74	2	1	1	1	2	2	4	4	3	2	2	4	1	2	31
75	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	33
76	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	34
77	2	2	1	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	33
78	1	2	1	1	1	3	3	3	1	1	1	3	2	1	24
79	3	1	1	1	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	29
80	2	2	1	2	2	3	4	4	2	2	1	4	2	4	35
81	3	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	36
82	1	1	1	3	2	2	4	4	4	2	1	3	2	3	33
83	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	32
84	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	38
85	1	1	1	3	2	3	3	3	2	1	1	4	1	1	27
86	2	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	34
87	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	29
88	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	35
89	3	1	1	1	3	3	3	4	3	1	1	2	1	4	31
90	2	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	4	1	3	34
91	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	1	2	29
92	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	39
93	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	38
94	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36
95	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
96	2	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	38

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

Hak Cipta Ditinjau dari Unsur-unsurnya, Unsur-unsurnya adalah: 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:



Hak Cipta Ditinjau dari segi hukum adalah sebagai berikut:

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic Univ

97	1	1	1	1	1	2	4	4	3	1	2	1	1	4	27
98	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	36
99	2	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	36
100	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	20
101	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	40
102	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	34
103	3	2	3	3	3	4	4	2	1	3	3	3	2	3	39
104	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	34
105	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	43
106	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	33
107	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	39
108	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	34
109	4	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	38
110	3	1	2	1	1	3	3	4	3	2	2	3	2	3	33
111	2	1	2	2	2	4	4	4	3	1	3	2	2	3	35
112	1	1	1	1	3	2	2	2	3	1	1	3	2	2	25
113	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	37
114	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	31
115	2	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	2	2	3	33
116	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	40
117	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	37
118	2	1	1	2	3	2	4	4	4	3	1	4	1	3	35
119	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	33
120	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	48
121	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	34



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

147	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
148	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
149	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
150	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
151	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
152	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	36
153	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	35
154	3	1	1	1	3	3	3	3	2	1	1	2	1	3	3	28
155	2	2	1	1	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	33
156	1	1	1	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	3	3	26
157	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	35
158	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	32
159	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	36
160	2	2	2	2	3	4	2	2	1	1	1	1	1	1	1	25
161	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	35
162	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	37
163	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	29
164	2	1	1	2	1	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	32
165	2	1	1	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	33
166	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	29
167	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	29
168	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	41
169	4	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	49
170	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	29
171	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	29

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Univ



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

172	2	1	1	2	2	4	3	3	3	2	1	1	1	3	29
173	3	1	1	3	1	3	4	4	3	3	2	3	2	3	36
174	2	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	34
175	2	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	34
176	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	29
177	2	2	1	2	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	36
178	2	2	1	2	3	2	3	2	4	3	2	4	2	3	35
179	2	2	1	2	3	2	3	2	4	3	2	4	2	3	35
180	2	1	1	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	34
181	1	1	1	1	1	3	2	3	3	1	1	3	1	3	25
182	3	1	1	1	2	3	4	3	3	1	1	3	3	1	30
183	2	1	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	31
184	3	1	1	2	2	4	4	3	3	3	2	4	3	4	39
185	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	35
186	2	1	1	1	1	3	3	2	2	1	2	3	2	2	26
187	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	1	3	2	3	34
188	2	2	1	2	1	3	3	3	3	1	2	4	2	3	32
189	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	38
190	2	1	1	1	1	2	4	4	2	3	1	2	2	2	28
191	1	1	1	1	1	1	4	4	3	1	1	1	4	3	27
192	1	1	1	1	1	3	3	3	2	2	1	3	1	3	26
193	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	39
194	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	37
195	3	1	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	36
196	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	31

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

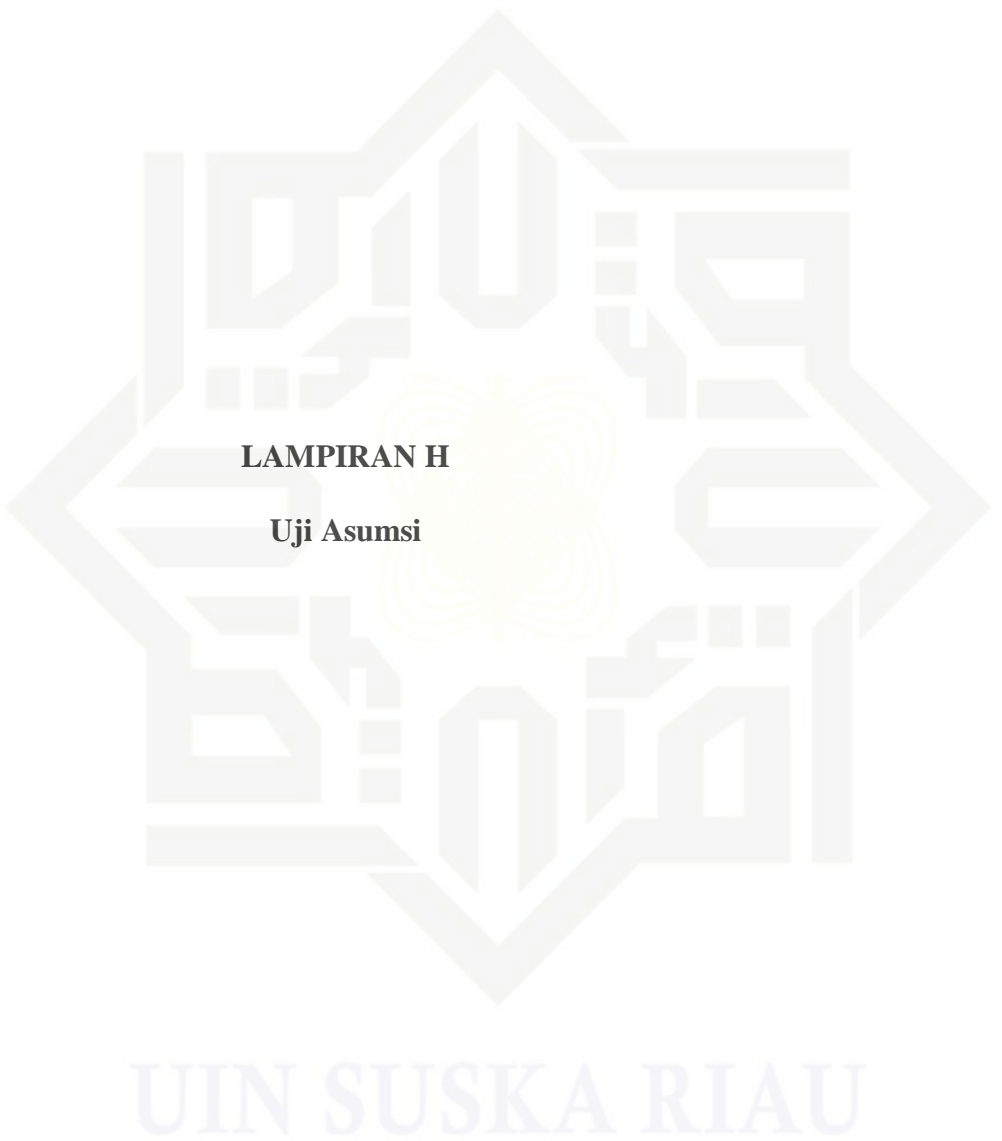
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,



- Hak cipta milik UIN Suska Riau
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan sumber.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa

197	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	39
198	2	2	3	1	1	3	2	3	3	2	2	1	2	2	29
199	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	33
200	4	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	35
201	1	1	1	1	1	3	4	3	3	3	1	4	1	3	30
202	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	31
203	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	34
204	3	4	1	3	1	1	3	2	2	1	1	3	1	1	27
205	2	1	1	1	2	2	4	3	1	1	3	3	1	3	28
206	2	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	27
207	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	3	21
208	2	1	2	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	33
209	1	1	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	3	2	28
210	1	1	1	1	1	4	4	4	4	3	4	1	1	1	31
211	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	38
212	2	1	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	31
213	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	32
214	3	1	2	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	34
215	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	40
216	3	2	2	2	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	37
217	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
218	2	1	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	32
219	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	34
220	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	36



LAMPIRAN H

Uji Asumsi

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		220
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.19899375
Most Extreme Differences	Absolute	.051
	Positive	.048
	Negative	-.051
Test Statistic		.051
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

b. Uji linearitas
Fear of Missing Out (FoMO)
ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KESTABILAN EMOSI * FOMO	Between Groups	(Combined)	1330.007	28	47.500	2.652	.000
		Linearity	644.854	1	644.854	36.008	.000
		Deviation from Linearity	685.154	27	25.376	1.417	.093
Within Groups			3420.588	191	17.909		
Total			4750.595	219			

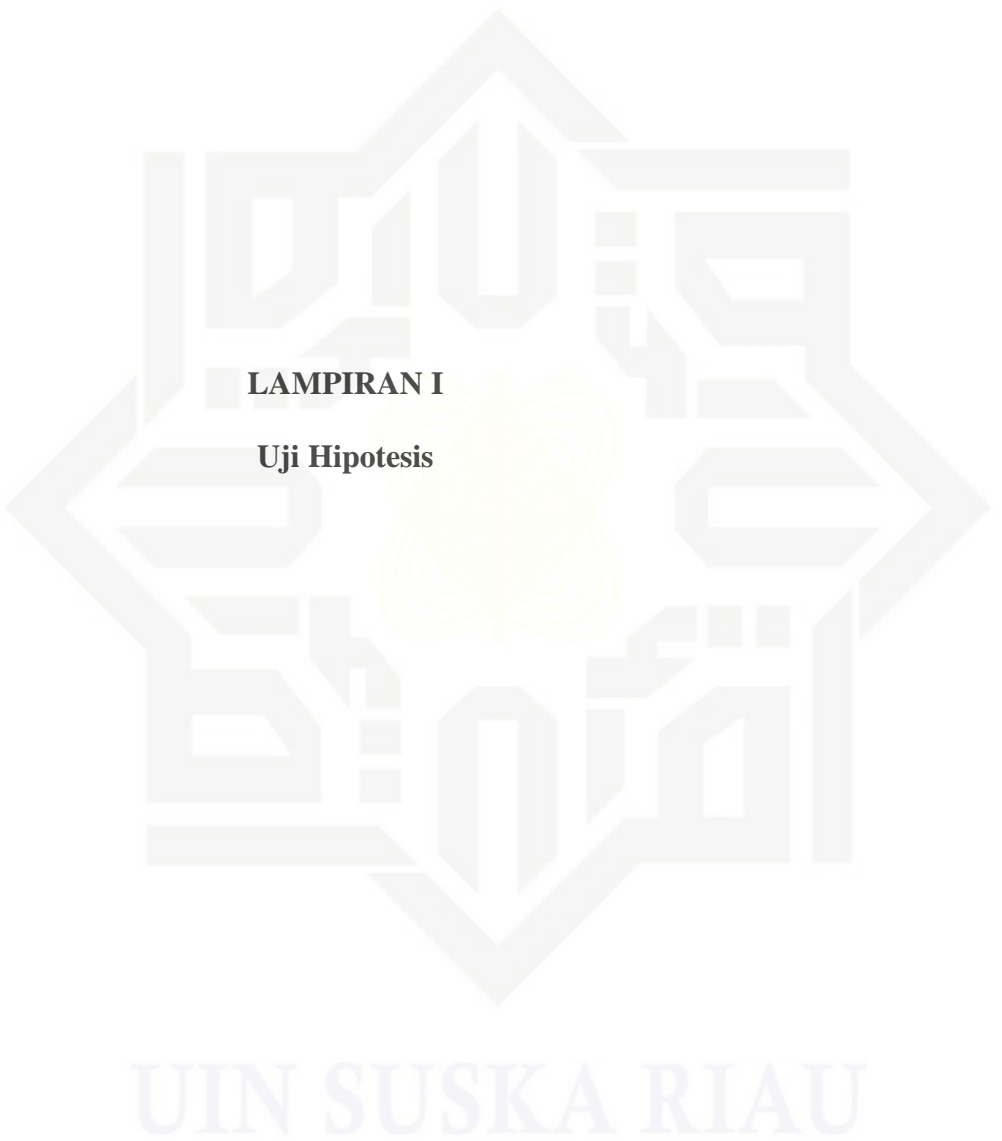
Kecanduan Media Sosial

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KESTABILAN EMOSI * KECANDUAN MEDSOS	Between Groups (Combined)	1208.740	22	54.943	3.056	.000
	Linearity	678.519	1	678.519	37.740	.000
	Deviation from Linearity	530.221	21	25.249	1.404	.119
	Within Groups	3541.856	197	17.979		
	Total	4750.595	219			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip, salin, atau seluruhnya karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN I

Uji Hipotesis

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Uji Hipotesis

a. Uji Simultan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	889.286	2	444.643	24.988	.000 ^b
	Residual	3861.309	217	17.794		
	Total	4750.595	219			

a. Dependent Variable: KESTABILAN EMOSI

b. Predictors: (Constant), FOMO, KECANDUAN MEDSOS

b. Uji Parsial

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	54.739	1.970		27.784	.000		
FOMO	-.309	.083	-.260	-3.706	.000	.761	1.314
KECANDUAN MEDSOS	-.219	.064	-.241	-3.442	.001	.761	1.314

a. Dependent Variable: KESTABILAN EMOSI

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Analisis Tambahan

a. Kategorisasi Data

		Statistics		
		KESTABILAN EMOSI	FOMO	KECANDUAN MEDSOS
N	Valid	220	220	220
	Missing	0	0	0
Mean		41.20	20.59	32.84
Std. Deviation		4.657	3.918	5.141
Range		29	26	35
Minimum		27	9	14
Maximum		56	35	49

b. Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.433 ^a	.187	.180	4.218

a. Predictors: (Constant), FOMO, KECANDUAN MEDSOS

b. Dependent Variable: KESTABILAN EMOSI

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	889.286	2	444.643	24.988	.000 ^b
	Residual	3861.309	217	17.794		
	Total	4750.595	219			

a. Dependent Variable: KESTABILAN EMOSI

b. Predictors: (Constant), FOMO, KECANDUAN MEDSOS

Correlations

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		FOMO	KECANDUAN MEDSOS	KESTABILAN EMOSI
FOMO	Pearson Correlation	1	.489**	-.378**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	Sum of Squares and Cross-products	3361.359	2155.109	-1510.214
	Covariance	15.349	9.841	-6.896
	N	220	220	220
KECANDUAN MEDSOS	Pearson Correlation	.489**	1	-.368**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	Sum of Squares and Cross-products	2155.109	5788.109	-1931.964
	Covariance	9.841	26.430	-8.822
	N	220	220	220
KESTABILAN EMOSI	Pearson Correlation	-.378**	-.368**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	-1510.214	-1931.964	4750.595
	Covariance	-6.896	-8.822	21.692
	N	220	220	220

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



LAMPIRAN J
Surat Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://psi.uin-suska.ac.id> E-mail: psi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN PRA RISET

Nomor: B-1790E/Un.04/F.V/PP.00.9/12/2023

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Rana Syifa
NIM : 11960124910
Jurusan : Psikologi S1
Semester : IX (Sembilan)

untuk melakukan pra riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Fear Of Missing Out (fomo) Dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi"

Demikian surat izin ini dibenkan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Desember 2023
Kuasa Dekan,



Dr. H. Zuriatul Khairi, M. Ag., M. Si
NIP. 19651022 198903 1 008

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-826E/Un.04/F.VI/PP.00.9/06/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 15 Juni 2023

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama : Rana Syifa
NIM : 11960124910
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

akan melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

"Hubungan Fear Of Missing Out (fomo) Dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi".

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,
Kuasa Dekan,



Dr. H. Zuriatul Khairi, M. Ag., M. Si
NIP. 19651028 198903 1 005

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jln. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telpun (0761) 562051, Faksimili (0761) 562052
web: <https://fdk.uin-suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

Nomor : B-3885/Un.04/F.IV/PP.00.9/09/2023 Pekanbaru, 21 Shafar 1445 H
Sifat : Biasa 07 September 2023 M
Lampiran : -
Hal : Pemberian Izin Try Out Penelitian

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu 'alaikumwarahmatullahiwabarakatuh

Dengan hormat,

Menjawab Surat Saudara Nomor : B-1358E/Un.04/F.VI/PP.00.9/09/2023
Tanggal 04 September 2023 tentang Permohonan izin Try Out Penelitian, maka kami
memberikan izin kepada saudara:

Nama : Rana Syifa
NIM. : 11960124910
Semester : IX (SEMBILAN)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

untuk melakukan Try Out terkait dengan Judul skripsi : "*Hubungan Fear of Missing Out (fomo) dan Kecanduan Media Sosial terhadap Kestabilan Emosi,*" dengan ketentuan tidak menyimpang dari peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat izin Try Out ini kami keluarkan, untuk dapat dijadikan pedoman dan terimakasih.



Prof. Dr. Idris Rosidi, S.Pd., M.A.
2009011006

Tembusan :

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Ketua Prodi di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau
3. Yang bersangkutan

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jln. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telpon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052
web: <https://fdk.uin.suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN TRY OUT

Nomor : B-2365/Un. 04/F.IV/PP.00.9/07/2024

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau menerangkan bahwa:

Nam Nama : Rana Syifa
NIM. : 11960124910
Semester : X (Sepuluh)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

telah melakukan Try Out terkait dengan Judul skripsi :” *Hubungan Fear of Missing Out (FoMO) dan Kecanduan Media Sosial terhadap Kestabilan Emosi,*” di Fakultas Dakwah dan Komunikasi pada tanggal 08-09 September 2023.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 24 Dzulhijjah 1445 H
01 Juli 2024 M



Prof. Dr. Idris Rosidi, S.Pd., M.A.
NIP. 19811118 200901 1 006

Tembusan :

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

22/12/23, 11:47 AM

sisy.uin-suska.ac.id/fak/ekonomi/suratMasuk/Download/Disposisi/10248

**KEMENTERIAN AGAMA
UIN SUSKA RIAU
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL**

LEMBAR DISPOSISI	
Indeks Berkas :	1444
Kode :	22 Desember 2023
Hal :	Permohonan Izin Try Out Penelitian / an. Rana Syifa (Psikologi)
Tanggal Surat :	15 Desember 2023
Asal :	Dekan Fak. Psikologi
Nomor : B-1792E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12	
Tanggal Penyelesaian : 22 Desember 2023	Sifat:
I. DEKAN WPI, <i>Bintang Lajuti</i> <i>ny 22/12 23</i>	Diteruskan Kepada 1. Kabag N <i>22/12 23</i> 2. 3. Dekan <i>22/12 23</i> 4. 5. 6.
II. WADEK / KET.PRODI / KABAG. TU. <i>Kehy, & proses 22/12 23</i>	
Sesudah digunakan harap segera dikembalikan	
Kepada :
Tanggal :



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL
كلية العلوم الاقتصادية والاجتماعية
FACULTY OF ECONOMICS AND SOCIAL SCIENCES

Jl. H.R. Soebrantas No. 55 Km. 15 Tuahmadani Tampung - Pekanbaru 28293 PO Box 1400 Telp. 0761-562051
Fax 0761-562052 Web : www.uin-suska.ac.id, E-mail : fekosos@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN TRY OUT

Nomor : B-2672/Un.04/F.VII/PP.00.9/04/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Mahyarni, S.E., M.M
NIP : 19700826 199903 2 001
Pangkat / Golongan : Pembina Tk.I (IV/b) / Lektor Kepala
Jabatan : Dekan
Unit Kerja : Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

dengan ini menerangkan :

Nama : Rana Syifa
NIM : 11960124910
Semester : X (Sepuluh)
Program Studi : S1 Psikologi
Fakultas : Psikologi.

benar telah melaksanakan Try Out di Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau dari tanggal 09 s.d 18 Januari 2024 dengan judul "Hubungan Fear of Missing Out (FoMO) dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi".

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Pekanbaru, 22 April 2024
Dekan

Dr. Mahyarni, S.E., M.M.
NIP. 19700826 199903 2 001

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://psi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN RISET

Nomor: B-700E/Un.04/F.VI/PP.00.9/04/2024

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Rana Syifa
NIM : 11960124910
Jurusan : Psikologi S1
Semester : X (Sepuluh)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Fear Of Missing Out (fomo) Dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi".

Demikian surat izin ini dibenkan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 17 April 2024

Dekan,


Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu mass
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
 كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-1117E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2024

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bawah:

Nama	: Rana Syifa
NIM	: 11960124910
Tempat Tgl.Lahir	: Bogor / 02 Agustus 2001
Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: X (Sepuluh)

benar mahasiswa tersebut di atas telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi dengan judul:

"Hubungan Fear Of Missing Out (fomo) Dan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 02 Juli 2024

Dekan

Dr. Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN-SUSKA RIAU