

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulloh, M. A. H. 2021. Gambaran *fear of missing out* (FoMO) pada mahasiswa pekanbaru. *Skripsi*. Universitas Islam Riau Pekanbaru
- Aldbyani, A. (2024). Mindfulness Associated with Less Fear of Missing Out: Social Media Addiction as a Mediator. *Research Square*
- Anjani, S.E. (2022). Hubungan Harga Diri dan Kontrol Diri dengan FOMO (Fear of Missing Out) pada Mahasiswa PTN di Semarang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian Edisi 1*. Pustaka Pelajar,
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi Kedua*. Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka pelajar.
- Baer, R.A., et al. (2008). Construct validity of the five facet mindfulness questionnaire in meditating and nonmeditating samples. *Assessment*, 15(3), 329-342
- Baker, Z. G., Krieger, H., & LeRoy, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275-282
- 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.
- Brantley, J. & Millstine W. (2011). 2011. *True Belonging: Mindful Practices to Help You Overcome Loneliness, Connect with Other, and Cultivate Happiness*. New Harbinger Publications
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822-848
- Chang H., Meng X., Li Y., Liu J., Yuan W., Ni J., & Li C. (2023). The Effect of Mindfulness on Social Media Addiction Among Chinese College Students: A Serial Mediation Model. *Frontiers in Pschiatry*, 14:1087909
- Cheung, R. Y., & Ng, M. C. (2019). Mindfulness and symptoms of depression and anxiety: The underlying roles of awareness, acceptance, impulse control, and emotion regulation. *Mindfulness*, 10(6), 1124-1135
- Dewi, D. C. S. & Sa'id. (2022). Mindfulness and Fear of Missing Out in Final Year Undergraduate Students. *KnE Social Sciences*(2022), 125-136

- Fahmi I. N., Septia B. T., & Inayati I., R. (2020). Mindfulness sebagai Mediator antara Self Esteem dan Fear of Missing Out. *Psychological Journal: Science and Praticice*, 10(2), 91-98
- Fitrah, M. (2018). *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Gati, R.S. 2023. *Panduan mengelola Ragam Overthinking*. Yogyakarta: Laksana
- Hastiardianti, adhina. (2023) Hubungan antara kecerdasan emosi dengan *problem focused coping* pada siswa di SMKN 7 Sijunjung.
- Hidayat, R., & Abdillah, A. (2019). *Ilmu Pendidikan: Konsep, Teori Dan Aplikasinya*.
- Humaira, Z. (2022). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
- Jatmika, D., & Agustina, V. F. (2020). Mindfulness sebagai Mediator Fear of Missing Out dan Problematic Internet Use pada Pendudukan Asli Digital. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 4(2), 135-153
- Jauhariyah, F. (2022). Hubungan antara *Fear of Missing Out* (Fomo) dengan *Mindfulness* pada Siswa SMAN 1 Driyorejo. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- JWT Intelligence. (2012). *Fear Of Missing Out* (FOMO). Diunduh dari www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/f_JWT_FOMO_updade_3.21.12.pdf
- Kusumaisna & Satwika. (2023) Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan *Fear Of Missing Out* (Fomo) pada Dewasa Awal Pengguna Aktif Media Sosial di Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 749-764.
- Ludwig, D. S., & Kabat-Zinn, J. (2008). Mindfulness in medicine. *Jama*, 300(11), 1350-1352
- Mahasari, G. A. R. (2021). Mindfulness sebagai Strategi Pelaku Pariwisata untuk Menghadapi Rasa Frustrasi di Masa Pandemi. *Cultoure*, 2(2), 155-162
- Mardiana, M., Nugraha, U., & Setiawan, I. B. (2022). Motivasi Siswi Mengikuti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Di SMPN 13 Tanjung Jabung Timur. *Score*, 2(1), 31–47.
- Meindy N., Djunaidi A., & Triwahyuni A. (2022). Adaptasi Five Facet Mindfulness Questionnaire Bahasa Indonesia. *Psychocentrum Review*, 4(1), 1-19
- Piscayanti, K. S., Mujiyanto, J., & Astuti, P. (2022). Kekuatan *Mindfulness* dalam Pembelajaran Bahasa Asing. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 562-567

- Prasetio, A., Pakpahan, A. F., Sesilia, A. P., Purba, B., Negara, E. S., Rantung, G. A. J., Yuniwati, I., Gurning, K., Chaerul, M., & Sipayung, P. D. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmiah*.
- Priyatno, D. (2022). *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa dan Umum*. CV Andi
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional And Behavioral Correlates Of Fear Of Missing Out. *Journal Homepage: Computer in Human Behavior*, 29. 1841-1848
- Putro, K. Z. (2017) Memahami ciri & tugas perkembangan masa remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Reyes, M. E. S., Marasigan, J.P., Gonzales, H. J. Q., & Cayubit, R. F. O. (2018). Fear of Missing Out and its Link with Social Media and Problematic Internet use Among Filipinos. *North American Journal of Psychology*, 20(3)
- Sakti, H. (2021). Berkeluarga dengan kesadaran penuh “Tinjauan *mindfulness* berkeluarga menuju pengasuhan positif keluarga Indonesia”. *Fastindo*
- Sianipar, N. A., & Koloeti, D. V.S. (2019). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 8(1), 136-143
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Utami, F. P. (2022). Peran *Mindfulness* untuk mengatasi *Fear of missing out* (FoMO) Media Sosial Remaja Generasi Z: Tinjauan Literatur. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 4(2), 51-60
- Waney, dkk. (2020). Mindfullness dan Penerimaan diri Pada remaja di Era Digital. *Insight*, 22(2), 73-81.
- Winengsih, E, *et al.* (2023). *Asuhan kebidanan Kesehatan reproduksi remaja*. Global Eksekutif Teknologi
- Witarso, L.S. (2023). Peran Trait *Mindfulness* terhadap Fear of Missing Out Pengguna Media Sosial. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 59-72.
- Wood, J. T. (2013). *Komunikasi Interpersonal: Interaksi Keseharian*. Salemba Humanika
- Wulandari, A. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Fear Of Missing Out Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial. *Proposal (P. 18)*. Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Uin Raden Intan
- Yuniardi, dkk. (2019) Hubungan tingkat *neurotisme* dengan *Fear Of Missing out (fomo)* pada remaja pengguna aktif media sosial. *Indigenous :Jurnal ilmiah Psikologi*, 4(2), 105-117.

Yunita, M.M., & Lesmana, T. (2019). Mindfulness dan Vigor dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa di Universitas X. *Proyeksi*, 14 (2), 172-184