

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) PADA SISWA SMA N 1 LUBUK ALUNG PENGGUNA APLIKASI TIKTOK

Penelitian ini dilakukan kepada siswa SMA N 1 Lubuk Alung Pengguna Aplikasi TikTok. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan *fear of missing out* pada siswa SMA N 1 Lubuk Alung Pengguna Aplikasi TikTok. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Lubuk Alung Pengguna Aplikasi TikTok yang berjumlah 849 siswan. Adapun subjek penelitian ini menggunakan teknik *quota sampling* yaitu teknik untuk menentukan sampel populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan (dalam Sugiyono, 2016) maka didapat jumlah sampel sebanyak 205 siswa SMA N 1 Lubuk Alung pengguna aplikasi TikTok.. Alat ukur yang digunakan adalah Skala regulasi diri yang peneliti susun berdasarkan aspek dari regulasi diri menurut Zimmerman (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) dan Skala *Fear of Missing Out* yang peneliti susun berdasarkan aspek menurut Przybylski,dkk (2013). Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *product moment (pearson)*, yang menunjukkan bahwa $r = -0,602$ dengan nilai $p = 0,000 (<0,01)$, artinya terdapat hubungan dengan arah negatif dan sangat signifikan antara Regulasi Diri dengan *Fear Of Missing Out* pada siswa SMA N 1 Lubuk Alung pengguna aplikasi TikTok. Berarti hipotesis penelitian diterima. Adapun sumbangan efektif dari variabel regulasi diri terhadap *fear of missing out* sebesar 36,3%, hal ini dapat diartikan bahwa regulasi diri mampu memberikan kontribusi terhadap *fear of missing out* sebesar 36,3%.

Kata kunci: regulasi diri, *fear of missing out*, siswa

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION WITH *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) IN SMA N 1 LUBUK ALUNG STUDENTS USING THE TIKTOK APPLICATION

This research was conducted on students at SMA N 1 Lubuk Alung who used the TikTok application. This research aims to see whether there is a relationship between self-regulation and fear of missing out in SMA N 1 Lubuk Alung students who use the TikTok application. The population in this study were students at SMA N 1 Lubuk Alung who used the TikTok application, totaling 849 students. The subject of this research used a quota sampling technique, namely a technique for determining a population sample that has certain characteristics up to the desired number (quota) (in Sugiyono, 2016). The sample size was 205 students of SMA N 1 Lubuk Alung, users of the TikTok application. The measuring instruments used are the self-regulation scale which researchers compiled based on aspects of self-regulation according to Zimmerman (in Ghufroon and Risnawita, 2010) and the Fear of Missing Out Scale which researchers compiled based on aspects according to Przybylski, et al (2013). The data analysis method used to test the hypothesis in this research is to use product moment (Pearson) correlation, which shows that $r = -0.602$ with a p value = 0.000 (<0.01), meaning that there is a negative and very significant relationship between Self-Regulation with Fear of Missing Out among SMA N 1 Lubuk Alung students who use the TikTok application. This means that the research hypothesis is accepted. The effective contribution of the self-regulation variable to the fear of missing out is 36.3%. This means that self-regulation is able to contribute to the fear of missing out by 36.3%.

Keywords: *self regulation, fear of missing out, student*