

## ***The Relationship of Self-Regulation to Online-Fear of Missing Out (On-FoMO) in Female Adolescent K-Pop Fans***

### **Hubungan Regulasi Diri terhadap *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada Remaja Perempuan Penggemar K-Pop**

**Masriani Oktari<sup>1</sup>, Rahayu Hardianti Utami<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: [masriani.oktari17@gmail.com](mailto:masriani.oktari17@gmail.com)

#### **Abstract**

*K-Pop Teenage girls make K-Pop fans their identity. So that it raises curiosity about K-Pop and the desire to always be connected online. As a result, it raises anxiety or fear of missing out on valuable information and experiences about K-Pop (On-FoMO). This study aims to describe and test whether or not there is a relationship between self-regulation and Online-Fear of Missing Out (On-FoMO) in teenage girls who are K-Pop fans. The quantitative research method and using quota sampling and a sample size of 200 respondents with characteristics determined by the researcher. The research data were analyzed using the Pearson correlation test which showed a value of 0.109 and  $p = 0.124$  ( $p > 0.05$ ). The results of the study found that  $H_a$  was rejected and  $H_0$  was accepted, meaning that there was no relationship between self-regulation and Online-Fear of Missing Out (On-FoMO) in teenage girls who are K-Pop fans. The implications of the results of this study are that it provides a uniqueness that is different from previous studies, as a reference and shows that self-regulation is not the main predictor of On-FoMO in the context of female adolescent K-Pop fans, so that further researchers need to explore, study more deeply and look for other variables.*

**Keyword:** *Self-regulation, Online-Fear of Missing Out (On-FoMO), female adolescence, K-Pop fans*

#### **Abstrak**

Remaja perempuan menjadikan penggemar K-Pop sebagai identitas dirinya. Sehingga memunculkan rasa penasaran terhadap K-Pop dan keinginan agar selalu terhubung secara *online*. Akibatnya memunculkan rasa cemas atau takut tertinggal informasi serta pengalaman berharga seputar K-Pop (*On-FoMO*). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menguji terdapat atau tidak hubungan antara regulasi diri terhadap *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada remaja perempuan penggemar K-Pop. Metode penelitian kuantitatif dan menggunakan *quota sampling* serta jumlah sampel 200 responden dengan karakteristik yang sudah ditentukan oleh peneliti. Data penelitian dianalisis dengan uji korelasi *pearson* yang menunjukkan nilai 0,109 serta  $p=0,124$  ( $p>0,05$ ). Hasil penelitian menemukan bahwa  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima yang berarti tidak terdapat hubungan antara regulasi diri dengan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada remaja perempuan penggemar K-Pop. Implikasi hasil penelitian ini yaitu memberikan keunikan yang berbeda dari penelitian terdahulu, sebagai referensi rujukan dan menunjukkan bahwa regulasi diri bukan prediktor utama *On-FoMO* dalam konteks remaja perempuan penggemar K-Pop, sehingga peneliti selanjutnya perlu eksplorasi, mengkaji lebih dalam dan mencari variabel lain.

**Kata Kunci:** *Regulasi diri, Online-Fear of Missing Out (On-FoMO), remaja perempuan, penggemar K-Pop*

## PENDAHULUAN

Semakin berkembangnya musik populer Korea (K-Pop) di dunia termasuk Indonesia, mendorong banyak orang untuk antusias menggemari genre musik dari Korea Selatan atau biasa disebut dalam istilah penggemar K-Pop. Penggemar K-Pop paling banyak berada di rentang usia remaja, hal tersebut terlihat dari jumlah mayoritas remaja Indonesia sebanyak 67,7% menyukai K-Pop dan 32,3% lainnya tidak menyukai K-Pop (Alhamid, 2023). Kemudian, 92,1% mayoritas penggemar K-Pop Indonesia merupakan perempuan dikarenakan mereka menggemari musik dan visual idol K-Pop hingga akhirnya memancing mereka untuk terus mengetahui seputar K-Pop bahkan sampai mengikuti gaya hidup idol K-Pop yang digemari (Almaida et al., 2021).

Berdasarkan dinamika psikologis remaja perempuan penggemar K-Pop ditemukan bahwa remaja perempuan mengembangkan identitasnya sebagai penggemar K-Pop untuk memperoleh eksistensinya dalam kelompok penggemar (Fandom K-Pop), karena mereka merasa menjadi penggemar K-Pop adalah identitas dirinya. Sehingga mereka rela ataupun tanpa sadar telah memakai waktunya berjam-jam menatap layar *smartphone* atau monitor komputer untuk mengikuti perkembangan K-Pop dan saling bertukar informasi secara *online* (Ayunita & Andriani, 2018). Dinamika tersebut menunjukkan perilaku tertentu ketika memiliki ketertarikan yang kuat terhadap sesuatu dan menggunakan identitas penggemar untuk mengetahui informasi seputar K-Pop, berbagai pengalaman, terhubung dengan kelompok penggemar serta idolanya, hingga akhirnya menumbuhkan kenyamanan dan perasaan diterima layaknya keluarga (Kusumaastuti dkk., 2020).

Realitanya remaja penggemar K-Pop memiliki berbagai permasalahan dalam perilakunya terhadap kegemaran pada K-Pop karena mereka lebih mementingkan keinginan daripada memenuhi kebutuhannya, akibatnya muncul berbagai perilaku yang dianggap negatif dan bermasalah dalam menggemari K-Pop seperti perilaku menggunakan waktunya tanpa henti tidak produktif untuk menikmati hiburan K-Pop, tidak produktif, munculnya perilaku konsumtif dalam membeli produk K-Pop yang disukai dan lain-lain (Ubne et al., 2023). Peneliti telah melakukan pengambilan data survei awal yang disebar dengan *Google form* secara *online* melalui *WhatsApp* pada tanggal 19-26 November 2023 kepada 20 remaja perempuan penggemar K-Pop di Kota Padang dengan rentang usia 10-22 tahun, ditemukan bahwa dinamika akibat yang dirasakan responden dalam menggemari K-Pop seperti 65% responden merasa selalu cemas, gelisah, kecewa dan takut akan tertinggal informasi K-Pop serta iri saat teman-temannya mendapat pengalaman berharga atau berita terbaru lebih dahulu mengenai K-Pop atau disebut dengan istilah *Fear of Missing Out (FoMO)*.

Didukung oleh penelitian Fauzia & Diantina (2019) menemukan bahwa penggemar K-Pop yang *FoMO* akan merasa cemas, takut dan iri saat temannya mendapat informasi lebih dahulu mengenai K-Pop, sehingga mendorongnya menggunakan waktu lebih lama mencari tahu berbagai hal seputar K-Pop untuk terhubung secara *online* (salah satunya melalui media sosial). Hal tersebut dikarenakan adanya rasa penasaran yang tinggi para penggemar untuk terus-menerus mengikuti berbagai perkembangan K-Pop, hingga memunculkan pikiran negatif seperti rasa cemas atau takut akan tertinggal informasi dan ingin selalu terhubung secara *online* agar memperoleh setiap informasi maupun berita yang sama bahkan lebih daripada teman-temannya terkait K-Pop dan idolanya (Rahmawati & Halimah, 2021).

Pemaknaan dan pengalaman penggemar K-Pop pada *FoMO* dapat terlihat dalam bentuk perilaku dan emosi. Berbagai bentuk perilaku yang dimunculkan oleh penggemar K-Pop yakni keinginan untuk mengetahui semua aktivitas yang dilakukan dan sedang terjadi dengan K-Pop maupun idolanya secara terus-menerus, sehingga membuat individu terus membuka media sosialnya dan menerima perilaku dari sesama penggemar K-Pop dalam bentuk dukungan di media sosial seperti ketika mereka mengunggah sesuatu yang berkaitan dengan K-Pop atau idolanya melalui foto, video, ataupun keluh kesah saat idolanya hiatus di media sosial (Marseal dkk., 2022). Munculnya perilaku negatif pada remaja dalam menggemari K-Pop, ditemukannya fenomena dan dampak negatif *FoMO* apabila tidak dihindari atau diatasi, maka remaja penggemar K-Pop diprediksi membutuhkan regulasi diri.

Regulasi diri menjadi salah satu pilihan solusi yang digunakan sebagai upaya membatasi perilaku yang berlebihan atau negatif dan memberikan bantuan ketika individu merasa kegiatan mencari hiburan maupun kesenangan yang dilakukan mulai mengganggu dalam menjalankan tugas

serta aktivitas sehari-harinya (Ardhini & Tondok, 2023). Remaja memerlukan regulasi diri, karena remaja yang tidak memiliki kemampuan regulasi diri maka mereka tidak akan mampu mengelola kecemasan mengenai keinginannya untuk mengetahui aktivitas *online* yang sedang dilakukan individu lain (Sianipar & Kaloeti, 2019). Sehingga remaja yang memiliki regulasi diri yang baik akan mampu berjuang untuk mengejar hingga menggapai tujuan yang sudah ditentukan, mampu membangun hubungan sosial, mempunyai motivasi dan membantu mengambil keputusan untuk menggapai tujuan yang ingin diraih serta mampu menentukan pilihan-pilihan hidupnya dengan baik (Munawarah & Amalia, 2019).

Sesuai dengan uraian fenomena, penelitian yang berkaitan dengan fenomena dan dampak negatif yang ditimbulkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih mendalam ada atau tidaknya "Hubungan Regulasi Diri terhadap *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)*" pada Remaja Perempuan Penggemar K-Pop".

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan subjek penelitian yakni 200 remaja perempuan penggemar K-Pop di kota Padang. Teknik dalam pengambilan sampel yaitu *quota sampling* dengan karakteristik diantaranya : a) remaja penggemar K-Pop usia 10-22 tahun di kota Padang; b) berjenis kelamin perempuan; c) memiliki grup idol K-Pop yang digemari dan bergabung dengan fandom K-Pop; d) mengakses seputar K-Pop secara *online* minimal 5 jam sehari. Variabel *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* menggunakan *Fear of Missing Out Scale (FoMOs)* yang dikembangkan oleh Przybylski et al (2013) yang sudah diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia dalam konteks K-Pop oleh Novalika & Kartasasmita (2022) lalu dimodifikasi oleh peneliti dalam konteks *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada penggemar K-Pop.

Skala regulasi diri disusun menggunakan *Self-Regulation Questionnaire (SRQ)* yang dikembangkan oleh Miller & Brown (1991) dan telah diadaptasi oleh Rachmadhani (2023). Penelitian ini menggunakan skala likert yang memiliki 5 pilihan jawaban. Lalu, peneliti melakukan uji coba skala *fear of missing out* kepada 70 responden didapatkan hasil 10 item valid sedangkan pada skala *SRQ* terdapat 35 item yang valid dan 2 item yang gugur. Nilai reabilitas skala *SRQ* sebesar 0,956 dan *FoMOs* sebesar 0,868.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas mengenai hubungan regulasi diri terhadap *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada remaja perempuan penggemar K-Pop, subjek penelitian berjumlah 200 orang dan sudah memenuhi kriteria yang ditentukan. Hasil mean empirik regulasi diri dan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1.** Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Regulasi Diri dan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)*

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	Sd	Min	Max	Mean	Sd
Regulasi Diri	35	175	105	23,4	80	140	93,19	10,52
<i>On-FoMO</i>	10	50	30	6,67	29	48	37,84	4,88

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dikatakan bahwa variabel regulasi diri skor rerata empirik lebih kecil daripada skor rerata hipotetik artinya secara umum responden pada penelitian mendapatkan regulasi diri lebih rendah daripada mayoritas umum. Sedangkan pada variabel *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* skor rerata empirik lebih besar daripada skor rerata hipotetik, artinya secara umum responden pada penelitian mendapatkan *On-FoMO* lebih tinggi daripada mayoritas umum.

Uji normalitas dan uji linearitas dilakukan untuk menguji kelayakan data penelitian. Jika tingkat signifikansi *Kolmogrov-Smirnov* lebih besar dari 0,05 asumsinya adalah data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogrov-Smirnov* pada penelitian ini didapatkan hasil signifikansi sebesar  $0.066 > 0.05$ , maka dari itu asumsi normalitas terpenuhi. Lalu,

hasil uji linearitas didapatkan bahwa nilai F dari variabel regulasi diri adalah 1,059 dan nilai P 0,391 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel X regulasi diri memiliki hubungan linearitas terhadap variabel Y *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)*.

**Tabel 2** Uji Hipotesis

Variabel	N	Pearson Correlation	Asymp.Sig. (2-tailed)	Keterangan
Regulasi Diri dan <i>Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)</i>	200	0,109	0,124	Tidak Berkorelasi

Berdasarkan dari tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa hasil uji hipotesis menggunakan korelasi *pearson* yaitu 0,109 dengan nilai signifikansi  $p = 0,124$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa  $p > 0,05$ . Dari penjelasan ini disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak dan hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima artinya tidak terdapat hubungan antara regulasi diri (variabel bebas) dengan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* (variabel terikat). Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yakni terdapat hubungan antara regulasi diri dan *On-FoMO* pada remaja perempuan penggemar K-Pop ditolak.

Tidak terdapat korelasi yang signifikan pada variabel regulasi diri terhadap *On-FoMO* dalam hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh adanya karakteristik yang unik pada sampel penelitian yakni remaja perempuan penggemar K-pop memiliki pola perilaku *online* yang berbeda dari remaja pada umumnya seperti intensitas penggunaan media *online* yang intens dan adanya keingintahuan atau rasa penasaran yang tinggi untuk terlibat aktif dalam mengikuti berbagai aktivitas hingga perkembangan seputar K-Pop, pengaruh teman sebaya (*peer group*) atau kelompok penggemar (fandom K-Pop) serta faktor budaya dapat memengaruhi tingkat *On-FoMO*. Hal tersebut terlihat dari data hasil deskriptif bahwa mayoritas responden menggunakan waktunya untuk terhubung secara *online* mengakses seputar K-Pop lebih dari 5 jam dalam sehari dengan media *online* yang paling aktif digunakan mengakses seputar K-Pop secara *online* yaitu Instagram (33,5%) dan bergabung dalam fandom K-Pop serta terlibat aktif melakukan berbagai aktivitas seputar K-Pop dengan aktivitas yang paling banyak dilakukan secara *online* oleh responden yaitu 25,5% saling berkomunikasi, mencari setiap perkembangan informasi dan kegiatan yang sedang dilakukan oleh teman-teman/orang lain/fandom/idol K-Pop.

Dari data hasil deskriptif menggambarkan bahwa adanya keterikatan yang kuat terhadap K-Pop dan idolanya sehingga dapat meningkatkan keinginan mereka untuk selalu terhubung mengikuti setiap aktivitas hingga perkembangan informasi seputar K-Pop dan fandom serta mengarah pada peningkatan *On-FoMO*. Berbagai aktivitas yang dilakukan dalam fandom K-Pop dapat semakin memperkuat ikatan dan meningkatkan keterlibatan mereka satu sama lain (Hidayat dkk., 2022). Menurut Astuti & Kusumiati (2021) faktor eksternal yang memicu kemunculan *FoMO* seperti: a) media *online*, dimana individu yang *FoMO* memiliki kebutuhan untuk terus terhubung mengikuti perkembangan informasi populer dan selalu ingin tahu setiap aktivitas individu lain setiap saat secara *online*; b) pengaruh teman sebaya (*peer group*) yakni lingkungan pertemanan memiliki kekuatan untuk menerima atau menolak seseorang berdasarkan konteks sosialnya. Faktor budaya juga berperan dalam mendorong orang untuk menggunakan teknologi yang dapat memiliki efek tidak langsung pada kecenderungan mereka untuk kecanduan ataupun proses beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

*FoMO* dalam konteks penggemar K-Pop muncul dikarenakan adanya dorongan rasa keingintahuan dan penasaran yang tinggi untuk terus-menerus mengikuti perkembangan K-Pop dan menghabiskan waktu lebih lama mencari tahu berbagai hal seputar K-Pop akibatnya memunculkan pikiran serta emosi negatif seperti perasaan cemas atau takut akan tertinggal informasi, iri saat temannya mendapat informasi lebih dahulu mengenai K-Pop dan ingin selalu terhubung secara *online* agar memperoleh setiap informasi maupun berita yang sama bahkan lebih daripada teman-temannya terkait K-Pop serta idolanya (Fauzia & Diantina, 2019; Rahmawati & Halimah, 2021). Menurut Christina (2019) *FoMO* disertai dengan kebutuhan individu untuk terus-menerus mengikuti

aktivitas *online* individu lainnya dan adanya motif atau dorongan tertentu yang mengarah dalam bentuk tindakan.

Dari hasil penelitian dan fenomena yang ditemukan dapat menjadi penyebab remaja perempuan penggemar K-pop memiliki tingkat *On-FoMO* yang tinggi, terlepas dari kemampuan regulasi diri mereka dan mengindikasikan bahwa meskipun regulasi diri dapat berfungsi untuk mengendalikan diri, perasaan dan perilaku dalam beberapa konteks namun dalam perkembangan dan penggunaan teknologi yang sangat dinamis serta faktor lingkungan sosial dapat memiliki pengaruh yang lebih besar dalam membentuk pengalaman *On-FoMO*. Remaja perempuan penggemar K-pop dapat memiliki tingkat regulasi diri yang berbeda-beda yang tidak selalu berpengaruh pada perasaan takut ketinggalan informasi secara *online* (*On-FoMO*). Sehingga *On-FoMO* dapat dipengaruhi faktor lain dan *On-FoMO* pada subjek penelitian mengindikasikan lebih dipengaruhi oleh intensitas keterhubungan media *online*, ketergantungan atau keterlibatan terhadap kegemaran pada K-Pop serta komunitas penggemar, daripada kemampuan regulasi dirinya.

Hasil penelitian ini didukung penelitian sebelumnya oleh penelitian Se'u & Rahayu (2022), menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan *FoMO* pada remaja akhir usia 18-21 tahun pengguna media sosial di Kota Kupang. Artinya, subjek penelitian lebih mengarahkan perilaku regulasi diri pada hal lain dibandingkan meregulasi perilakunya saat terhubung secara *online* seperti meregulasi diri dalam mengerjakan tugas kuliah dan tugas sekolah, dimana banyaknya tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dan guru menuntut mereka untuk harus mengerjakan tugas kuliah, tugas sekolah dan pekerjaan rumah lainnya, sehingga ketika mereka merasakan kelelahan maka mereka akan melakukan refreshing atau mencari hiburan dengan cara terhubung secara *online* (misalnya mengakses media sosial).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan serangkaian pengujian statistik yang telah dilakukan maka kesimpulan penelitian ini diantaranya : 1) remaja perempuan penggemar K-Pop yang menjadi subjek penelitian memiliki *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* kategori tinggi yaitu 115 responden (57,5%); 2) subjek penelitian ini memiliki regulasi diri kategori sedang yaitu 191 responden (95,5%); 3) tidak terdapat hubungan antara regulasi diri dengan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* pada remaja perempuan penggemar K-Pop. Hal ini terlihat pada hasil uji korelasi *pearson* yaitu 0,109 dengan nilai signifikansi  $p= 0,124$  ( $p>0,05$ ) artinya tidak adanya korelasi yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan *On-FoMO*. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yakni terdapat hubungan antara regulasi diri dan *On-FoMO* pada remaja perempuan penggemar K-Pop ditolak.

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian yaitu bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti variabel regulasi diri dan *Online-Fear of Missing Out (On-FoMO)* yaitu disarankan memperluas variabel penelitian dan mencari variabel yang lain selain regulasi diri atau mempertimbangkan variabel mediasi lain. Misalnya tingkat kecemasan sosial, hubungan parasosial, perbandingan sosial, relasi dan keterlibatan sosial dalam komunitas K-Pop dengan tujuan agar mengetahui dan mendapatkan hasil penelitian yang lebih detail lagi dalam mengkaji tingkat *FoMO* pada remaja perempuan penggemar K-Pop serta mempertimbangkan metode penelitian yang berbeda dalam memprediksi munculnya *On-FoMO* atau regulasi diri.

Penelitian ini memiliki keterbatasan diantaranya persebaran data responden dalam menjawab kuesioner regulasi diri tidak merata sehingga mempengaruhi dan membatasi generalisasi hasil penelitian, sampel penelitian yang spesifik seperti remaja perempuan penggemar K-Pop memiliki ciri khas dan keunikan tersendiri dalam hal perilaku *online* sehingga alat ukur regulasi diri belum optimal dalam mengukur *On-FoMO* pada remaja perempuan penggemar K-Pop yang berbeda dari populasi pada umumnya. Implikasi hasil penelitian yaitu meskipun tidak terdapat korelasi antara kedua variabel, tetapi temuan ini dapat memberikan keunikan yang berbeda dari penelitian terdahulu, sebagai referensi rujukan baru terkait *On-FoMO* dalam konteks remaja perempuan penggemar K-Pop dan menunjukkan bahwa regulasi diri bukan prediktor utama dalam konteks *On-FoMO* bagi kelompok ini, sehingga peneliti selanjutnya perlunya eksplorasi, mengkaji dan mencari variabel lain untuk penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhamid, H. A. (2023). Dampak K-Pop Terhadap Perilaku Remaja di Indonesia. *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humaniora*, 1(01). Retrieved from <https://journal.forikami.com/index.php/nusantara/article/view/185>
- Almaida, R., Gumelar, S. A., & Laksmiwati, A. A. (2021). Dinamika psikologis fangirl K-Pop. *Cognicia*, 9(1), 17-24.
- Ardhini, A. P. D., & Tondok, M. S. (2023). Adiksi Sosial Media: Peran Kecenderungan Fear of Missing Out dan Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi Talenta*, 9(1), 69-77.
- Astuti, C. N., & Kusumiati, R. Y. (2021). Hubungan kepribadian neurotisme dengan fear of missing out pada remaja pengguna aktif media sosial. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2).
- Ayunita, T. P., & Andriani, F. (2018). Fanatisme remaja perempuan penggemar musik k-pop. *Prosiding Konferensi Nasional Komunikasi*, 2(01), 676-685.
- Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan tingkat neurotisme dengan fear of missing out (FoMO) pada remaja pengguna aktif media sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105-117.
- Fauzia, S. F. A., & Diantina, F. P. (2020). Hubungan Fear of Missing Out dengan Adiksi Twitter pada Fans Kingdom X1. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 708-711.
- Hidayat, M., Ahmadiyah, J. N., Sulistiyani, R., Vebryana, L. C., Azzahra, Y., Bobihu, N. A. R., & Maknuna, L. (2022). Keberagaman Pada Kelompok Penggemar K-Pop Di Indonesia. *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-Agama*, 2(2), 106-115.
- Kusumastuti, Frida dkk. 2020. Perilaku Konsumsi Budaya dan Konsumsi Media K-Pop di Kalangan Remaja Perempuan Kota Malang. Universitas Muhammadiyah Malang. <http://jurnal.unma.ac.id/index.php/jika/article/view/1725> diakses 1 September 2024.
- Marseal, A. P., Al Fatihah, A. D., Lestari, I. A., Christina, S. A. R. A. H., Wardono, T. S. Z. G., & Cahyono, R. (2022). Fenomena Fear of Missing Out pada Penggemar K-Pop. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 599-606.
- Munawarah, M., Latipun, L., & Amalia, S. (2019). Kontribusi dukungan teman sebaya terhadap regulasi diri pada remaja. *Psikovidya*, 23(2), 150-163.
- Novalika, G., & Kartasasmita, S. (2022, April). The Correlation between Fear of Missing Out (FoMO) with Quality of Life (Qol) in K-pop Fans. In *3rd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2021)* (pp. 1484-1490). Atlantis Press.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Rahmawati, I., & Halimah, L. (2021). Hubungan antara fear of missing out (fomo) dengan adiksi media sosial pada penggemar selebriti korea. *Prosiding Psikologi*, 7(1), 52-57.
- Rachmadhani, D. A (2023). Pengaruh *Self-Regulation* Terhadap Perilaku Konsumen Pada Remaja K-Pop Fan. Skripsi: Universitas Gadjah Mada. Diunduh dari : [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://etd.repositori.ugm.ac.id/home/detail\\_pencarian\\_downloadfiles/1224147&ved=2ahUKEwja6J6ZxcqKAXVuwjgGHZXABcEQFnoECCgQAQ&usq=AOvVaw33AjG-JKNN3Prygb9lQipy](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://etd.repositori.ugm.ac.id/home/detail_pencarian_downloadfiles/1224147&ved=2ahUKEwja6J6ZxcqKAXVuwjgGHZXABcEQFnoECCgQAQ&usq=AOvVaw33AjG-JKNN3Prygb9lQipy)
- Rosandi, F., Ant, S., PSDM, M., & Djuwita, L. (2023). Dinamika psikologis pada remaja perempuan penggemar K-POP. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 6(1), 25-30.

- Se'u, L. Y., & Rahayu, M. N. (2022). Hubungan antara Regulasi Diri dengan *Fear of Missing Out* pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial di Kota Kupang. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 445.
- Sianipar, N. A., & Kaloeti, 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.
- Ubhe, M. L. Y., Ngguwa, M. A. P., Waju, M. E., Tawa, M. G., Key, K. K., Bii, H. L., & Fono, Y. M. (2023). Dampak Kontrol Diri dan Penggemar K-Pop terhadap Perilaku Remaja. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 2(1), 89-95.