1. **Definisi Operasional & Instrumen Penelitian *Fear of Missing Out* (FoMO)**

**Tabel 1. Definisi Operasional *Fear of Missing Out* (FoMO)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Variabel Penelitian** | **Definisi Operasional** | **Aspek** |
| Fear of Missing Out (FoMO) | Perasaan takut yang terjadi ketika individu melewatkan sesuatu atau peristiwa penting individu lain sementara individu yang bersangkutan tidak mampu hadir di momen tersebut, sehingga dicirikan dengan adanya keinginan yang kuat untuk terhubung dan mengetahui aktivitas apapun yang orang lain lakukan melalui media sosial | **a. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness.***  *Relatedness* merupakan kedekatan atau keinginan untuk berhubungan dengan orang lain  **b. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self.***  *Self* merupakan diri sendiri yang berkaitan dengan kompetensi dan otonomi |

***Fear of Missing Out* (FoMO) *Scale***

Pada penelitian ini, skala yang digunakan untuk mengukur variabel *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah FoMO *Scale*. Skala tersebut diadaptasi dari Azmi (2019) yang mengadaptasi skala yang dikembangkan oleh Przbybylski (2013) dan memiliki nilai reliabilitas 0.819. Skala ini terdiri dari 8 aitem yang mengukur dua aspek FoMO yang meliputi: tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *Relatedness*dan tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *Self.* Skala ini disusun dengan menggunakan model skala Likert dalam empat (4) alternatif jawaban: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai, dengan skor 4, 3, 2, dan 1 pada masing-masing aitem.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Aspek** | **Nomor Aitem** | | **Jumlah** |
| **Favorabel** | **Unfavorabel** |
| 1 | Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *Relatedness* | 2, 7, 9, 11, 15 | - | 5 |
| 2 | Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *Self* | 1, 12, 14 | - | 3 |
| **Total Aitem**  **Tabel 2. *Blueprint Fear of Missing Out* (FoMO) *Scale* (SMAS)** | | **8** | **-** | **8** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Aspek** | **No Aitem** | **Aitem Favorabel** | **No**  **Aitem** | **Aitem Unfavorabel** | **Alternatif Jawaban** | | | |
| **STS**  **(1)** | **TS (2)** | **S**  **(3)** | **SS**  **(4)** |
| Tidak terpenuhinya kebutuhan akan  *Relatedness* | **7** | 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 |  |  |  |  |  |  |
| **11** | Saya takut teman-teman saya memiliki pengalaman yang lebih berharga daripada saya. |  |  |  |  |  |  |
| **15** | Saya khawatir ketika mengetahui teman-teman saya sedang bersenang-senang tanpa saya. |  |  |  |  |  |  |
| **9** | Ketika saya bersenang-senang, saya akan membagikan detailnya secara online (*update*  *status)* |  |  |  |  |  |  |
| Tidak terpenuhinya kebutuhan akan  *Self* | **14** | Ketika saya melewatkan kumpul-kumpul yang direncaranakan itu mengganggu saya |  |  |  |  |  |  |
| **1** | Ketika saya pergi berlibur, saya terus mengawasi apa yang dilakukan teman-teman saya |  |  |  |  |  |  |
| **12** | Akan mengganggu saya ketika saya melewatkan kesempatan untuk bertemu dengan teman-teman |  |  |  |  |  |  |

1. **Definisi Operasional & Instrumen Penelitian Adiksi Media Sosial TikTok**

**Tabel 3. Definisi Operasional Adiksi Media Sosial TikTok**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Variabel Penelitian** | **Definisi Operasional** | **Aspek** |
| Adiksi Media Sosial TikTok | Perilaku kompulsif, kurangnya kontrol diri, pengabdian terhadap realitas sosial, dan indikasi ketergantungan terhadap media sosial TikTok | 1. **Konsekuensi sosial**   Penggunaan media sosial mempengaruhi kegiatan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.   1. **Pengalihan waktu**   Pengalihan waktu merupakan cerminan waktu yang digunakan oleh pengguna media sosial.   1. **Perasaan kompulsif**   Perasaan kompulsif merupakan kecenderungan yang mencerminkan perasaan pengguna media sosial. |

***Social Media Addiction Scale* (SMAS)**

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel adiksi media sosial TikTok pada penelitian ini adalah *Social Media Addiction Scale (SMAS).* Skala tersebutdiadaptasi dari Azmi (2019) yang mengadaptasi skala yang dikembangkan oleh Manayes (2015) dan memiliki nilai reliabilitas 0.865. Skala ini terdiri dari 15 aitem yang mengukur adiksi media sosial yang meliputi tiga aspek, yaitu: *social consequences* (konsekuensi sosial)*, time**displacement* (pengalihan waktu)*,* dan *compulsive feeling* (perasaan kompulsif). Skala ini disusun dengan menggunakan model skala Likert dalam empat (4) alternatif jawaban: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai, dengan skor 4, 3, 2, dan 1 pada masing-masing aitem.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Faktor** | **Nomor Aitem** | | **Jumlah** |
| **Favorabel** | **Unfavorabel** |  | |
| 1 | *Social Consequences* (Konsekuensi Sosial) | 3, 4, 6, 15,17 | - | 5 | |
| 2 | *Time Displacement* (Pengalihan Waktu) | 5, 11, 18 | - | 3 | |
| 3 | *Compulsive Feeling* (Perasaan Kompulsif) | 1, 2, 8, 14, 16, 20 | 12 | 7 | |
| **Total Aitem** | | **14** | **1** | **15** | |

**Tabel 4. *Blueprint Social Media Addiction Scale* (SMAS)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Aspek** | **No Aitem** | **Aitem Favorabel** | **No Aitem** | **Aitem Unfavorabel** | **Alternatif Jawaban** | | | |
| **STS**  **(1)** | **TS (2)** | **S**  **(3)** | **SS**  **(4)** |
| *Social*  *Consequences* (Konsekuensi Sosial) | **3** | Sejak menggunakan media sosial TikTok, nilai saya menjadi memburuk |  |  |  |  |  |  |
| **15** | Saya sering menggunakan media sosial TikTok meskipun saat berkendara. |  |  |  |  |  |  |
| **6** | Saya memilih bermain media sosial TikTok daripada mendatangi pertemuan dengan teman-teman |  |  |  |  |  |  |
| **4** | Saya selalu terpikir media sosial TikTok meskipun saya tidak sedang menggunakannya. |  |  |  |  |  |  |
| **17** | Keluarga saya sering mengeluhkan keasyikan saya dengan media sosial TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| *Time Displacement* (Pengalihan Waktu) | **5** | Saya merasa bosan jika tidak mengakses media sosial TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| **18** | Tanpa terasa hari bisa berlalu begitu saja ketika saya menggunakan media sosial TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| **8** | Ketika saya menggunakan media sosial TikTok waktu berlalu tanpa saya sadari. |  |  |  |  |  |  |
| *Compulsive Feeling* (Perasaan Compulsif) | **16** | Saya merasa menggunakan media sosial TikTok lebih lama dari yang dimaksudkan |  |  |  |  |  |  |
| **1** | Saya sering mengabaikan tugas sekolah semenjak menggunakan TikTok | **12** | Meskipun saya suka mengakses media sosial TikTok, namun saya tetap mengutamakan tugas sekolah saya |  |  |  |  |
| **20** | Saya merasa kesal ketika seseorang menyela saya ketika saya menggunakan media sosial TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| **11** | Saya merasa sulit untuk tidur lebih awal setelah menggunakan media sosial TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| **2** | Saya akan kecewa jika harus mengurangi jumlah waktu yang saya habiskan untuk menggunakan sosial media TikTok. |  |  |  |  |  |  |
| **14** | Saya merasa lebih sering mengakses media sosial TikTok sejak saya mulai menggunakannya |  |  |  |  |  |  |