

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ma'ruf. 2015. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Abubakar, Rifa'i. 2021. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Aini, F. N. dkk. 2022. Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Pembelajaran *Daring* Melalui Konseling *Rational Emotive Therapy* dengan Teknik Desensitisasi Sistematis. *Muria Research Guidance and Counselling Journal*. Vol. 1, No. 1. Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023.
- Alam, Rudi dkk. 2023. *Bimbingan dan Konseling dalam Peningkatkan Peran Sekolah*. NTB : Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.
- Amin, Z. N. 2017. *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori dan Contoh Aplikasi Penerapan)*. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.
- Anastasya, Y. A, dkk. 2021. Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Kecenderungan FoMO selama Pandemi COVID-19 pada Ibu Bekerja. *Jurnal Diversita*, Vol. 7, No. 1. Diakses pada tanggal 27 Agustus 2023.
- Astika, Hanidar, dkk. 2022. Konseling Kelompok untuk Mengurangi Fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) Remaja Kota Tegal. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 2. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.
- Astuty, S. F, dan Widodo Winarso. 2021. Terapi Kelompok dengan Teknik Desensitisasi untuk Mengatasi Kecemasan dalam Menyelesaikan Masalah

- Matematika. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, Vol. 4, No. 1. Diakses pada tanggal 26 Agustus 2023.
- Aye, Sofyan dkk. 2021. Pola Kecemasan Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Pacaran: Kajian Perspektif Behavioral. *Jurnal Psikologi Konseling*. Vol. 19, No. 2. Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023.
- Azizah, Emma dan Fahyuni B. 2021. Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Humanistik* 45. Vol. 9, No. 1. Diakses pada tanggal 14 Oktober 2023.
- Br Tarigan, Ernita. 2018. Meningkatkan Kedisiplinan Siswa dalam Proses Belajar Mengajar melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VII-3 SMP Negeri 1 Gebang Tahun 2017-2018. *Jurnal Tabularasa PPS Unimed*. Vol. 15, No. 3. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2023.
- Dewi, Ni Wayan Puspita dan I Wayan Ramantha. 2016. Profesionalisme Sebagai Pemoderasi Pengaruh Kemampuan Investigatif Pada Pembuktian Kecurangan oleh Auditor. *Jurnal Akuntansi Universitas Udayana*. Vol. 15, No. 2. Diakses pada tanggal 6 November 2023.
- Dimas, Muhammad dan Sari Nalurita. 2023. Pengaruh Promosi dan Kemudahan Penggunaan Aplikasi Terhadap Keputusan Pembelian *Shopeefood* Pada Mahasiswa Universitas Dirgantara Marsekal Suryadarma Jakarta. *Jurnal Imiah M-Progress*, Vol. 13, No. 1. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2023.
- Fadjarajani, Siti, dkk. 2020. *Metodologi Penelitian Pendekatan Multidisipliner*. Gorontalo: Ideas Publishing.

- Fahmi, N. N. dan Slamet. 2016. Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Jurnal Hisbah*. Vol. 13, No. 1. Diakses pada tanggal 13 September 2023.
- Fanani, Iqbal, dkk. Pengaruh Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisasi terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) (Studi Kasus RSUD UKI). *Fundamental Management Journal*. Vol. 1, No. 1. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2023.
- Fauzy, Ahmad et al. 2022. *Metodologi Penelitian*. Jawa Tengah: CV. Pena Persada.
- Firosad, A. M, dkk. 2016. Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mengurangi Fobia Mahasiswa. *Jurnal Universitas Negeri Padang*, Vol. 5, No. 2. Diakses pada tanggal 27 Agustus 2023.
- Fitri, E. N. dan Marjohan. 2016. Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. Vol. 2, No. 2. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2023.
- Gaho, Jidarhati dkk. 2021. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Role Playing* dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol. 1, No. 2. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2023.
- Giri, P. A. S. P. 2020. Mereduksi Kecemasan dengan Teknik Desensitisasi Sistematis. *Jurnal Pendidikan*. Vol. 21, No. 1. Diakses pada tanggal 14 Oktober 2023.

- Gunawan, Andreas Aldo. 2016. Pengaruh Kompensasi dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan Pada PT Gesit Nusa Tangguh. *Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis*. Vol. 16, No. 1. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2023.
- Hardani, dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Hayat, Abdul. 2016. *Konsep Konseling Berdasarkan Ayat-ayat Al-Qur'an*. Yogyakarta: LkiS Yogyakarta.
- Heiriyah, Ainun dan Aminah. 2022. Efektivitas Teknik Desensitisasi Sistematis dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*. Vol. 4, No. 2. Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023.
- Hikmawati, Fenti. 2020. *Metodologi Penelitian*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Jabbar, A. A. dkk. 2019. Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk Meningkatkan Kematangan Karir. *Jurnal SELARAS*. Vol. 2, No. 1. Diakses pada tanggal 14 Oktober 2023
- Khadijah, Khairiyah, dkk. 2023. *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam Perspektif Teori *Solution Focused Brief Counseling*. *Research and Development Journal Of Education*, Vol. 9, No. 1. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.
- Khairunisa dkk. 2019. Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Menurunkan Tingkat Glossophobia Peserta

Didik Sekolah Menengah Atas (SMA). *Jurnal SELARAS*. Vol. 2, No. 2.

Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023.

Khoirunnissa, dkk. 2023. Peran Konselor Menghadapi Fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Konseli di Era *Society 5.0*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 7, No. 3. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.

Komala, Kintan, dkk. 2022. Gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Jurnal Unpad*. Vol. 5. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2023.

Lubis, N. L. dan Hasnida. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.

Masdudi. 2015. *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Cirebon: Nurjati Press.

Maysitoh, dkk. 2020. Tingkat Kecenderungan FoMO (*Fear of Missing Out*) Pada Generasi Milenial. *Journal of Counseling, Education and Society*. Vol. 1, No. 1. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2023.

McGinnis, P. J. 2020. *Fear of Missing Out Tepat Mengambil Keputusan di Dunia yang Menyajikan Terlalu Banyak Pilihan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Mudrikah, Chilmiyatul. 2019. Hubungan antara Sindrom FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja. Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Muhlizardy, dkk. 2022. Sosialisasi Berinternet Sehat dan Aman Pada Remaja di Sekolah SMP Muhammadiyah 7 Surakarta. *Jurnal Pengabdian*

Masyarakat Indonesia, Vol. 2, No. 3. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2023.

Mulkiyan. 2017. Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 5, No. 3. Diakses pada tanggal 13 September 2023.

Nasution, H. S. dan Abdillah. 2019. *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*. Medan: LPPPI.

Nuryadi, dkk. 2017. *Dasar-dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: SIBUKU MEDIA.

Pairunan, I. K dkk. 2023. Pengaruh Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Pada Siswa SMP Negeri 1 Rantepao. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Diakses pada tanggal 14 Oktober 2023.

Perdana, Putra Idham & Endah Mujiasih. 2017. Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumtif Membeli Pakaian Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. Vol. 6, No. 4. Diakses pada tanggal 17 November 2023.

Prasasti, Suci. 2019. Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Wanita di Balai Rehabilitasi Wanita Surakarta. *Open Journal System Prosiding SEMNAS*. Vol. 39, No. 1. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2023.

Prasetiawan, Hardi. 2016. Upaya Mereduksi Kecanduan *Game Online* Melalui Layanan Konseling Kelompok. *Jurnal Fokus Konseling*. Vol. 2, No. 2. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2023.

- Pratama, Erico Dwi. 2022. Implementasi Model Long-Short Term Memory (LSTM) pada Klasifikasi Teks Data SMS Spam Berbahasa Indonesia. *The Journal on Machine Learning and Computational Intelligence (JMLCI)*.
- Przybylski, A. K, dkk. 2013. *Motivational, emotional, and correlates of fear of missing out. Computers in Human Behavior* 29. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.
- Purwoko, Budi. 2020. *Pendekatan Konseling*. Jawa Tengah: CV. Pena Persada.
- Puspasari, Heny dan Weni Puspita. 2022. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 13, No. 1. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2023.
- Putri, L. S, dkk. 2019. Gaya Hidup Mahasiswa Pengidap *Fear of Missing Out* di Kota Palembang. *Jurnal Masyarakat dan Budaya*, Vol. 21, No. 2. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2023.
- Rahmadi. 2011. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin: Antasari Pers.
- Ramadhan, Pradana Ayif et al. 2022. Hubungan antara Self Disclosure dan Loneliness pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Kota Palembang. *Bandung Conferences Series: Psychology Science*.
- Rizki Kurniawan dkk. 2023. Mereduksi FoMO Pada Era Society 5.0 Menggunakan Pendekatan Konseling Kognitif Behavioral. *Journal Education and Counseling*. Diakses pada tanggal 23 April 2024.
- Rofiq, A. A, dkk. 2021. Bagaimana Konseling Islami dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Mengatasi Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19?. *Jurnal*

Konseling dan Pendidikan, Vol. 9, No. 2. Diakses pada tanggal 26 Agustus 2023.

Rukminingsih, dkk. 2020. *Metode Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Erhaka Utama.

Sahir, S. H. 2021. *Metodologi Penelitian Cet. Ke-1*. Yogyakarta: KBM Indonesia.

Savitri, J. A. 2019. *Fear of Missing Out dan Kesejahteraan Psikologis Individu Pengguna Media Sosial di Usia Emerging Adulthood*. *Acta Psychologia*. Vol. 1, No. 1. Diakses pada tanggal 14 Oktober 2023.

Sianipar, N. A, dkk. 2019. Hubungan antara Regulasi Diri dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa tahun pertama Fakultas Dakwah dan Komunikasi Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, Vol. 8, No. 1. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.

Sidiq, Umar dan Miftachul Choiri. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV. Nata Karya.

Siradjuddin, M. S, dkk. 2023. *Fear of Missing Out* (Sebuah Tinjauan Fenomenologi di Universitas Mandala Waluya. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, Vol. 1, No. 1. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2023.

Siregar, Syofian. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*. Jakarta: Kecana.

Sugiantoro, Budi. 2018. Teknik Desensitisasi Sistematis (*Systematic Desensitization*) dalam Mereduksi Gangguan Kecemasan Sosial (*Social Anxiety Disorder*) yang dialami Konseli. *Jurnal Nusantara of Research*, 5 (1). Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023.

- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukarti, Sri, dkk. 2018. Mengurangi *Bullying* Verbal Melalui Konseling Kelompok dengan Teknik Kontrak Perilaku. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*. Vol. 7, No. 1. Diakses pada tanggal 13 September 2023.
- Syaamil Quran Cordova (Al-Qur'an dan Terjemah). 2007. Bandung: PT SYGMA EXAMEDIA ARKANLEEMA.
- Tandon, Anushree, dkk. 2021. *Fear of missing out (FoMO) among social media users: a systematic literature review, synthesis and framework for future research*. Emerald Publishing Limited, Vol. 31, No. 3. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.
- Taswiyah. 2022. Mengantisipasi Gejala *Fear of Missing Out* (FoMO) Terhadap Dampak *Social* Global 4.0 dan 5.0 Melalui *Subjective Weel-Being* dan *Joy of Missing Out* (JoMO). *Jurnal Pendidikan Karakter*, Vol. 8, No. 1. Diakses pada tanggal 27 Agustus 2023.
- 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*. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2023.
- Wibaningrum, Gayatri, dkk. 2020. *Fear of Missing Out Scale Indonesian Version: An Internal Structure Analysis*. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, Vol. 9, No. 2. Diakses pada tanggal 23 Agustus 2023.

Wijayanti, Ratna dan Daniar. P, dkk. 2021. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.

Lumajang: Widya Gama Press.

Yusuf, Muri. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Zahroh, Lailatuz dan Ima F. S. 2022. Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi Diri terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, Vol. 4, No. 3. Diakses pada tanggal 27 Agustus 2023.