

DAFTAR PUSTAKA

- Ainunsiah, S., Wulandari, D. R., & Yusaputra, M. I. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi Kelas XI MAN 2 Parigi). *Jurnal Audience*, 6(2), 289-296.
- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan Media Sosial (Fomo) Pada Generasi Milenial. *Jurnal Audience*, 4(01), 86–106.
- Amadea, S., Saputera, M. D., & Chris, A. (2023). Gambaran *Fear of Missing Out* Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2387-2392.
- Apriyani, R. (2022). Hubungan Self-Esteem Dengan Kesepian Pada Remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2024). *Survei Internet Indonesia 2024*. <https://apjii.or.id>
- Al-Nasa'h, M. (2022). *Fear of Missing Out* (FoMO): The effects of the need to belong. *Journal of Social Sciences*,
- Ball-Rokeach, S. J., & DeFleur, M. L. (1976). A dependency model of mass-media effects. *Communication Research*, 3(1), 3–21.
- Carolina, M., & Mahestu, G. (2020). Prilaku Komunikasi Remaja dengan Kecenderungan FoMo. *JRK (Jurnal Riset Komunikasi)*, 11 (1).
- Cahyanti, D., & Neviyarni, N. (2022). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan *Loneliness* pada siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1)
- Chelmidar, S. (2025). Self-regulation as a strength for adolescents in coping with fear of missing out (FoMO) in social media use.

- Daravit, K. S. (2021). Hubungan Antara Kepuasan Hidup dengan *Fear of Missing Out* (fomo) pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Malang pengguna media sosial
- Fathadhika, S., & Afriani. (2018). Social Media Engagement Sebagai Mediator Antara *Fear of Missing Out* Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profes*, 2(3), 208–215.
- GlobalWebIndex. (2018). *Fear of Missing Out (FoMO) on Social Media: Audience Report 2018*. Trendstream Limited.
- Giancola, M., Mari, E., Palmiero, M., Burrai, J., Quaglieri, A., Lausi, G., dkk. (2025). Adolescence and online vulnerability: The role of *Fear of Missing Out* (FoMO). *PLOS ONE*, 20(9)
- Hardian, A., dkk (2025). Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Remaja di Era Digital. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(1), 1079-1085.
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 1–11.
- Husnita, E., & Alrefi, A. (2024). Hubungan intensitas penggunaan media sosial TikTok dengan fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja. *Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*
- Ilat, I. P., Tapada, J., Durandt, C., & Koyongian, F. (2023). Dampak penggunaan media sosial bagi kesehatan mental remaja. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(10), 830-837.
- Ishak, S., dkk (2023). *Metodologi penelitian kesehatan*. Media Sains Indonesia.

- Maria, F. (2019). Pengaruh Subjective Well-Being terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram pada Remaja di DKI Jakarta. Jakarta.
- Narti, S., & Yanto. (2022). Kajian Dampak Perilaku FoMO Bagi Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 2(1), 126–134.
- Nisa, S. (2019). Hubungan intensitas penggunaan media sosial (jejaring sosial) dengan kecenderungan narsisme dan aktualisasi diri remaja akhir.
- Nagata, J. M., dkk (2025). Prevalence and patterns of social media use in early adolescence. *Computers in Human Behavior Reports*.
- Piko, B. F., Müller, V., Kiss, H., & Mellor, D. (2025). Exploring contributors to FoMO (*Fear of Missing Out*) among university students: The role of social comparison, social media addiction, *Loneliness*, and perfectionism. *Acta Psychologica*, 253, 104771.
- Putri, T. D., Anggari, R. S., & Haswita, H. (2023). Intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), 37–45.
- Putri, K. A. D., & Virlia, S. (2023). Pengaruh Harga Diri Dan Adiksi Sosial Media Terhadap Tingkat Kecemasan Sosial Pada Remaja Yang Menggunakan Tiktok. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 328–341.
- Prajaniti, G. A., Swedarma, K. E., & Manangkot, M. V. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Pada Remaja Di SMAN 3 Denpasar. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 52-64.
- 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),

- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Tereno, S., Verhagen, M., & Buecker, S. (2015). *Loneliness across the life span. Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 250–264.
- Rafiq, A. (2020). Dampak media sosial terhadap perubahan sosial suatu masyarakat. *Global Komunika: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, 3*(1), 18-29.
- Rasmita, D., Zahara, M. U., & Ariadni, D. K. (2024). Relationship of intensity of social media use with *Fear of Missing Out* syndrome in teenagers. *Lontara Journal of Health Science and Technology, 5*(2), 77–83.
- Ramadhani, S. C. (2023) Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian pada Mahasiswa Perantau di Pulau Jawa.
- Roy, D. (2025). *I have so much FoMO! An exploration into psychological variables influencing fear of missing out and Snapchat intensity.* Journal of Social Media Research.
- Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Peran Harga Diri Terhadap *Fear of Missing Out* Pada Remaja Pengguna Situs Jejaring Sosial. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan, 10*(2), 127.
- Sirait, P. N. S., & Brahmana, K. M. (2023). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada remaja. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research, 3*(4), 6535–6548.
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G. C., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: Systematic review and meta-analysis. *JMIR Mental Health, 9*(4),
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif

- Sutinah, S., & Hanifah, R. (2025). Hubungan antara kontrol diri dengan fear of missing out (FoMO) pada siswa pengguna media sosial di SMK X Pringsewu.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku ajar metodologi penelitian kesehatan*. Ahlimedia Book.
- Satria, B. (2025). Menghadapi FOMO (*Fear of Missing Out*) dalam wisata: Peran media sosial dalam pembentukan preferensi destinasi. Atribusi: Jurnal Pengabdian Masyarakat.
- Syamsoedin, W. K., Bidjuni, H., & Wowling, F. (2015). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Manado. *E-Jurnal Keperawatan*, 1-8.
- Tokii, A. S., Sinring, A., & Aryani, F. (2025). *FEAR OF MISSING OUT (FOMO): PENYEBAB, DAMPAK, DAN PENANGANANNYA DI LINGKUNGAN SEKOLAH MENENGAH ATAS*. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 77-85.
- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Spitzberg, B. H. (2020). Gender differences in associations between digital media use and adolescent well-being. *Computers in Human Behavior*.
- 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).
- We Are Social & Meltwater. (2025). *Digital 2025: Global Overview Report*. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report>
- World Health Organization. (2024). *Social isolation and Loneliness*.

- Wedaloka, K. B., & Turnip, S. S. (2019). Gender differences in the experience of *Loneliness* among adolescents in Jakarta. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 16(1).
- Yasirah, S. R., & Khoiryasdien, A. D. (2025). Hubungan antara intensi mengakses media sosial dengan kecenderungan *Fear of Missing Out* pada Gen Z di Yogyakarta. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 5(1), 461–473
- Ziliwu, T. F., Alexander, N., Jesslyn, C., Sary, N. P., & Putra, A. I. D. (2025). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan *Loneliness* pada siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(6).