

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M., Nasir, N., & Afriyenti, L. U. (2025). Perbedaan Tingkat Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Alumni Pesantren Berdasarkan Gender. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 14(4), 181-190.
- Aji, W. T., Rosiana, M., Musida, A. A., & Wahyuni, F. (2025). Hidup Demi Eksistensi dan Validasi di Tengah Tren FOMO Sosial Media. *Mandub: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, 3(1), 161-175.
- Akalia, F., Lestari, M. A., & Wijayani, M. R. (2025). Hubungan Antara *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial Pada Siswi SMK Putra Bangsa Depok. *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin*, 2(3), 49-65.
- Akbar, M., & Hakim, M. (2024). Peran Perbandingan Sosial Terhadap Timbulnya Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Akibat Perilaku Berjejaring Sosial di Media Sosial. *Jurnal Psikologi Sosial*, 22(1), 31-40. <https://doi.org/10.7454/jps.2024.05>
- Akoglu, H. (2018). User's Guide to Correlation Coefficients. *Turkish Journal of Eemergency Medicine*, 18(3), 91-93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Alkis, Y., Kadirhan, Z., & Sat, M. (2017). Development and Validation of Social Anxiety Scale For Social Media Users. *Computers in Human Behavior*, 72, 296-303.
- Alutaybi, A., Al-Thani, D., Mcalaney, J., & Ali, R. (2020). Combating Fear of Missing Out (FOMO) on Social Media: The FOMO-R Method. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(17), 6128.
- 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.
- Amal, I. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial, Mindfulness, dan Jenis Kelamin Terhadap Kecemasan Sosial pada Pengguna Instagram (*Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*). *Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Ambarwati, S., El-Fikri, D. N. S., & Setiyaji, N. R. (2025). The Influence of Self-Disclosure and Social Media Addiction on Social Anxiety in Emerging Adults Users of Instagram Close Friend Feature. *Cultural Narratives in Digital Society*, 1(1).

Amelia, D. T. (2023). *Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Masa Dewasa Awal. CAUSALITA: Journal Of Psychology*, 1(1), 28-37.

American Psychological Association. *Social Anxiety*. Dalam APA Dictionary of Psychology. Diakses Pada 22 Maret 2025, Dari <https://Dictionary.Apa.Org/Social-Anxiety>.

Anisa, A., Risnawati, R., & Chamidah, N. (2022). Pengaruh *Word of Mouth* Mengenai *Live Streaming* Tiktok Shop Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen. *Jurnal Komunikasi Pemberdayaan*, 1(2), 131-143.

Anisah, N., Sartika, M., & Kurniawan, H. (2021). Penggunaan Media Sosial Instagram Dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Pada Mahasiswa. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 4(2), 94-112.

Anisykurli, M. I. (2022). Kecemasan Sosial Pada Remaja: Bagaimana Peranan Body Image?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 263-273.

Anjani, N., & Deslinda, G. (2025). The Correlation Between Trait Mindfulness and Fear of Missing Out Among Students Who Use Instagram. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 11(1), 171–184. <https://doi.org/10.29210/1202525544>

Annabillah, F. A., & Boer, K. M. (2023). Fitur Close Friends Instagram Sebagai Keterbukaan Diri Mahasiswa Yang Mengalami Kecemasan Bermedia Sosial. *Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika Dan Komunikasi*, 4(3), 1550-1565. <https://doi.org/10.35870/jimik.v4i3.379>

Aresti, N. G., Lukmantoro, T., & Ulfa, N. S. (2023). Pengaruh Tingkat *Fear Of Missing Out (FOMO)* dan Tingkat Pengawasan Orang Tua Terhadap Tingkat Kecanduan Penggunaan Tiktok Pada Remaja. *Interaksi Online*, 11(3), 272-284.

Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From The Late Teens Through The Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>

Arons, A., & Seligman, H. K. (2024). The Emerging Adulthood Gap In Diabetes Prevention Research. *Lancet Regional Health. Americas*, 32, 100699. <https://doi.org/10.1016/j.lana.2024.100699>

Arrogante, O. (2022). Sampling Techniques and Sample Size Calculation: How and How Many Participants Should I Select For My Research? *Técnicas De Muestreo Y Cálculo Del Tamaño Muestral: Cómo y cuántos participantes debo*

seleccionar para mi investigación. *Enfermería Intensiva*, 33, 44–47.
<https://doi.org/10.1016/j.enfi.2021>.

Asih, D. S. (2024). *Public Display of Affection* (Pamer Kemesraan) Dalam Jejaring Sosial Instagram Oleh Mahasiswa. *Jurnal PUBLIQUE*, 5(1), 102-118.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). Survei Internet APJII 2024. Diakses Pada 22 Maret 2025, Dari <https://Survei.Apjii.Or.Id>.

Aslamiyah, F., Santi, D. E., & Ananta, A. (2024). Kecemasan Sosial Dewasa Awal: Adakah Peran Kecenderungan Kecanduan Media Sosial dan Body Dissatisfaction? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1).
<https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10471>

Asrulla, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) Dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320-26332.

Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92-107.

Azis, A., Purwasetiawatik, T. F., & Taibe, P. (2025). *Fear Of Negative Evaluation* dan Perilaku Asertif Mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 251-258.

Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201-210.

Bahri, M., & Kholidin, F. I. (2024). Terjebak Dalam Ketakutan: Kualitatif Tinjauan Sistematis Kecemasan Sosial Pada Kehidupan Remaja. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 7(1), 98-110.

Bakioğlu, F., Yılmaz, O., & Karakose, S. (2022). The On-Fomo Inventory: A Multidimensional Scale Of Fear Of Missing Out. *BMC Psychology*, 10(143), 1-10.

Barry, C. T. & Wong, M. Y. (2020). Fear Of Missing Out (Fomo): A General Phenomenon or An Individual Difference?. *Journal Of Social And Personal Relationships*, 37(12), 1-15. <https://doi.org/10.1177/0265407520945394>.

Bowo, A. N. A., Paryanto, P., & Iqbal, M. (2023). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Manajemen dan Pendidikan*, 3(1), 21-32.

- Bujang, M. A., & Baharum, N. (2016). Sample Size Guideline for Correlation Analysis. *World Journal of Social Science Research*, 3(1), 37–46. <https://doi.org/10.22158/wjssr.v3n1p37>
- Cahyani, R. O., & Pangestuti, R. (2023). Fear Of Missing Out (FOMO) dengan Social Comparison pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 20(1), 568–578. <https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v20i1.20567>
- Carmelita, A. F. P. N., & Anggraini, R. (2025). Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Fathana*, 3(1), 41–48. <https://doi.org/10.22373/fjpa.v3i1.579>
- Chafza, Z. N., & Maryam, E. W. (2024). Hubungan Rasa Syukur dan Kecemasan Sosial di Kalangan Remaja. *Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 8–8.
- Chasanah, U., Ekowati, W., & Anam, A. (2021). Penggunaan Instagram Berhubungan dengan Insomnia pada Mahasiswa di Jurusan Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman. *Journal of Bionursing*, 3(3), 214–218. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2021.3.3.116>
- Clarence, V., & Dariyo, A. (2026). Peran Mediasi Adiksi Media Sosial dalam Pengaruh FOMO terhadap Kecemasan Sosial pada Dewasa Awal. *YASIN*, 6(1), 791–802. <https://doi.org/10.58578/yasin.v6i1.8966>
- Deviv, S., Asri, & Rurung Lawa, F. (2024). Social Media Utilisation and Its Implications for Student Ethics in Higher Education. *Journal of Indonesian Scholars for Social Research*, 4(1), 7–11.
- Diptania, A. A. M., Hardika, I. R., & Retnoningias, D. W. (2024). Kepribadian Introvert dan Gejala Kecemasan Sosial pada Mahasiswa Psikologi di Bali. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, 8(3), 197–209.
- Elfariani, I., & Anastasya, Y. A. (2023). Regulasi Diri dan Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(1), 57–67.
- Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2020). Fear Of Missing Out (FOMO): Overview, Theoretical Underpinnings, and Literature Review on Relations With Severity of Negative Affectivity and Problematic Technology Use. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43(2), 203–209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>
- Elsayed, H. A. E. (2025). Fear of Missing Out and Its Impact: Exploring Relationships With Social Media Use, Psychological Well-being, and Academic Performance

- Among University Students. *Frontiers in Psychology*, 16, 1582572. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1582572>
- Fajriah, T., & Ningsih, E. R. (2024). Pengaruh Teknologi Komunikasi Terhadap Interaksi Sosial di Era Digital. *Merdeka Indonesia Jurnal International*, 4(1), 149–158. <https://doi.org/10.5555/miji.v4i1.99>
- Fauzi, D. P., Arifiana, I. Y., & Efendy, M. (2024). Membangun Kepercayaan: Intimasi Pertemanan dan Self-disclosure pada Mahasiswa Baru. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 51–59. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i03.11718>
- Febriana, I., Nainggolan, M. A. O., Pohan, N. F., Siregar, U. H., & Hutahaeen, M. B. (2025). Pengaruh Penggunaan Sosial Media Instagram Terhadap Cara Berkomunikasi Mahasiswa. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 3(2), 1-8.
- Febyantari, R. (2019). *Instagram Story* Sebagai Bentuk *Self Disclosure* Bagi Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Jember. *MEDIAKOM*, 2(2), 159-183.
- Fitri, H., Hariyono, D. S., & Arpandy, G. A. (2024). Pengaruh Self-Esteem Terhadap *Fear Of Missing Out* (FOMO) Pada Generasi Z Pengguna Media Sosial. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 21-21.
- Fitria, N. I. (2025). FOMO (*Fear of Missing Out*) dan Pengaruh Media Sosial terhadap Kepuasan Hidup. *Mekomda: Media Komunikasi Dakwah*, 3(1), 18-22.
- Hakim, Z. L., Damopoli, M. R. P., Putri, K. A., & Prasetyaningtyas, P. V. (2023). Fear Of Missing Out (FOMO) pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Parade Riset Mahasiswa*, 1(1), 257–268. <https://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/PARS/article/view/2567/1717>
- Herman, F., Sambul, A. M., & Paturusi, S. D. E. (2018). Pengukuran skala kecemasan sosial pada pengguna media sosial berusia dewasa awal. *Jurnal Teknik Informatika*, 13(1), 1-9.
- Hidayat, M. (2025). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram dan Dukungan Sosial Virtual Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa Sosiologi Universitas Hasanuddin= The Influence of Instagram Social Media Use and Virtual Social Support on Social Anxiety Among Sociology Students At Hasanuddin. *University (Doctoral Dissertation, Universitas Hassanuddin)*.
- Hidayat, P. (2020). Interaksi Sosial *Online* dan Kecemasan Sosial Sebagai Prediktor Kecanduan Internet Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 14(2), 83-92.

- Jallaleng, R. A., Nadir, M., & Lauda, H. (2022). Pengaruh Kecemasan Sosial Terhadap Keaktifan Mahasiswa Dalam Pembelajaran Pada Program Studi Ppkn Universitas Al-Asyariah Mandar. *Journal Pegguruang: Conference Series*, 4(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.35329/jp.v4i1.2468>
- Jannah, M., Alfiandi, R., & Novitayani, S. (2023). Hubungan Kecanduan Media Sosial dengan *Fear Of Missing Out* Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 149-156.
- Kaloeti, D. V. S., Kurnia, S. A. & Tahamata, V. M. (2021). Validation and Psychometric Properties of The Indonesian Version of The Fear of Missing Out Scale in Adolescents. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 34(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00181-0>.
- Kansil, A., Solang, D. J. & Lovihan, M. A. K. (2025). Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 9(2), 270–281. <https://doi.org/10.32492/idea.v9i2.92012>
- Kargin, M., Türkben Polat, H., & Coşkun Şimşek, D. (2020). Evaluation of Internet Addiction and Fear of Missing Out Among Nursing Students. *Perspectives in psychiatric care*, 56(3), 726–731. <https://doi.org/10.1111/ppc.12488>.
- Khairina, N., Rahmawati, D. S. R., & Indriani, F. (2024). Kecemasan Pada Dewasa Awal Akibat Fear Of Missing Out (FOMO). *Flourishing Journal*, 4(7), 296-303. <https://doi.org/10.17977/um070v4i72024p296-303>
- Kholisah, N., & Suhesty, A. (2025). *Fear of Missing Out* dan Narsisme: Faktor Pendorong Adiksi Instagram di Kalangan Mahasiswa. Ganaya: *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(2), 139-152.
- Komala, K., Rafiyah, I., & Witdiawati. (2022). Gambaran *Fear of Missing Out* (FOMO) pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *JNC*, 5(1), 1-8.
- Kusumaisna, K., & Satwika, Y. W. (2023). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Fear Of Missing Out (FOMO) pada Dewasa Awal Pengguna Aktif Media Sosial di Kota Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 749–764. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i2.54049>
- Kunhao, Z., Ma'rof, A. A., Naquiddin, M., & Azam, D. (2024). The Impact of Social Comparison, Fomo, Cyberbullying, and Social Media Addiction on Social Anxiety Among Malaysian Youth. *International Journal Of Academic Research in Business and Social Sciences*, 14(12), 234–248.

- Lahia, T. L., Salakay, S., & Bandjar, A. (2022). Pengaruh Penggunaan Instagram Terhadap Perilaku Fear of Missing Out (Studi pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Angkatan 2018-2020 Universitas Pattimura). *Jurnal Ilmu Komunikasi Pattimura*, 1(2), 181–195
- Laila, N. (2025). Hubungan Fear Of Missing Out (FOMO) dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa (*Skripsi*). Universitas Medan Area. <https://repositori.uma.ac.id>
- Laily, I. M., Astutik, A. P., & Haryanto, B. (2022). Instagram Sebagai Media Pembelajaran Digital Agama Islam di Era 4.0. Munaddhomah: *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 160-174.
- Lasmana, T., & Khoiriyati, A. (2025). Analisis Dampak Pengguna Sosial Media Terhadap Produktivitas Akademik Mahasiswa. *Jurnal Publikasi Ilmu Manajemen*, 4(1), 1-12.
- Latupeirissa, A., & Wijono, S. (2022). Self-Esteem dengan Self-Presentation pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 226-234.
- Li, X., Dai, X., Zhong, J., & Li, L. (2021). Psychometric Evaluation of A Chinese Version of The Fear of Missing Out Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 1-12.
- Maghfiroh, F. S., Hidayah, L., Masajida, N. T. M., Zahroh, Z. Z. Z., Katmawanti, S., Kurniawati, E. D., & Rachmawati, W. C. (2023). Dampak Fear of Missing Out (FOMO) pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu keolahragaan. In *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional Sexophone*, 176–183.
- Mahadewi, R. Y., Asmara, A. K., Kurniasari, R., & 2, W. J. (2023). Fenomena FOMO pada Mahasiswa Berorganisasi di Yogyakarta. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 7(2), 77-86.
- Maharani, L., & Zamroni. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok dengan Fear Of Missing Out (FOMO) pada Remaja. *Takaya*. 1(4), 286–293. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/takaya/article/view/46851>
- Mahardhika, I. C., Adi, S., Indah, I., & Baidi, F. (2024). Dampak FOMO pada Kecemasan Mahasiswa Pengguna Media Sosial. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(22), 18-24. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14286534>
- Mahendra, S. (2025). Peran Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Nasional Mahasiswa di Era Digital. *LANCAH: Jurnal Inovasi dan Tren*, 3(1), 13-16.

- Maisantri, V., Sari, N. Y., & Fitri, A. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres dan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Prodi Profesi Ners. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2), 137–148. <https://doi.org/10.37287/jppp.v7i2.4867>
- Mardhiyah, Z., & Maghfirah, A. (2025). Fear of Missing Out (FOMO) pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial: Bagaimana Korelasi Dengan Kecerdasan Emosional. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 40(1), 1-12.
- McBride, N. L., Bates, G. W., Elphinstone, B., & Whitehead, R. (2022). Self-Compassion and Social Anxiety: The Mediating Effect of Emotion Regulation Strategies and The Influence of Depressed Mood. *Psychology and psychotherapy*, 95(4), 1036–1055. <https://doi.org/10.1111/papt.12417>
- Meivanda, R. M., & Zuhri, S. (2024). Pemanfaatan Media Sosial Instagram dalam meningkatkan *brand awareness* pada Akun @photose. id. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(1), 691-702.
- Mukhlisatul'Izzah, N. (2025). The Moderasi Regulasi Emosi pada Pengaruh Body Image terhadap Kecemasan Sosial. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 5(1), 240-253.
- Munajah, M., Agniawati, N. G., & Sari, S. I. (2023). Globalisasi dan Alienasi: Dampak Media Sosial terhadap Keterasingan Manusia. *Integritas Terbuka: Peace and Interfaith Studies*, 2(1), 35-46. <https://doi.org/10.59029/int.v2i1.8>
- Murphy, R. L., & Murphy, K. D. (2025). Factors Influencing The Healthcare Programme Selection of Students in An Irish University. *Currents in Pharmacy Teaching And Learning*, 17(3), 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2024.102238>
- Najib, A., & Rahmawati, R. P. (2024). Self-Control: Protecting Students' Mental Health from Fear of Missing Out (FOMO). *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, 15-24.
- Nasution, J. S., Harahap, A. L., Hasibuan, F. I., Fadillah, N., & Gajah, Z. H. (2025). Manfaat Media Sosial Sebagai Sarana Pengembangan Kreativitas Mahasiswa di Era Digital. *Ami: Jurnal Pendidikan Dan Riset*, 3(1), 43-49.
- Ningsi, N. (2025). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Rasional Emotif Behavior Terapi untuk Mereduksi Kecemasan Sosial. *Journal of Counseling Intervention & Assessment (JCIA)*, 1(1), 20-25.

- Nissa, F. K., Sukayawati, F., & Indriana, M. W. (2022). Pengaruh Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Nusantara. *Kampret Journal*, 1(3), 50-54.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, F. T., Syaputra, A. K., & Tourista, V. (2025). Tingkat Depresi Mahasiswa Ditinjau dari Intensitas Penggunaan Media Sosial. *Humanitis: Jurnal Homaniora, Sosial dan Bisnis*, 3(1), 268-281.
- Nugroho, M. W. (2022). Perspektif Mahasiswa Terhadap Literasi Digital di Aplikasi Instagram Sebagai Media Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajarannya*, 6(1), 26-35.
- Nurfadilla, R. S., Athar, M. A., Afifah, N. Z., & Syarifah, R. (2024). Perilaku FOMO pada Mahasiswa Generasi Z di Prodi BK UHAMKA. *Indonesian Gender and Society Journal*, 5(2), 56–65. <https://doi.org/10.23887/igsj.v5i2.90991>
- Nurhaswinda, N., Zulkifli, A., Gusniati, J., Zulefni, M. S., Afendi, R. A., Asni, W., & Fitriani, Y. (2025). Tutorial Uji Normalitas dan Uji Homogenitas dengan Menggunakan Aplikasi SPSS. *Jurnal Cahaya Nusantara*, 1(2), 55-68.
- Nurhidayatun, F., Mujaoroah, R. N., Winarsih, R. S., Wicaksono, Y. T., & Febrianti, A. T. (2025). Fear Of Missing Out (FOMO) Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 4(1), 19-27.
- Nuriyah, N., & Nurlela, A. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku dan Prestasi Belajar Remaja SMP N 12 Kota Serang. *Jurnal Masyarakat Digital*, 1(2), 48-61.
- Peldi, S. (2024). Penggunaan Media Sosial Sebagai Representasi Gaya Hidup Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(2), 78-83.
- Permadi, D. A. (2022). Kecemasan Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Remaja. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 2(1), 7–13. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2022.v2i1.7-13>
- Permadi, C., & Gifari, A. (2022). Penggunaan Fitur Media Sosial Live dan Ads dalam Promosi Produk Bisnis. *AKSELERASI: Jurnal Ilmiah Nasional*, 4(3), 56-64.
- Poetri, F. T., & Hairunnisa. (2022). Analisis Penggunaan Instagram Sebagai Media Presentasi Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. *eJournal Ilmu Komunikasi*, 10(3), 118–128.

- Poetry, T., Tjalla, A., & Hidayat, D. R. (2024). Gambaran Kecemasan Sosial Remaja Akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 34-40.
- Praditha, K. S. G., & Wulanyani, N. M. S. (2024). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa: Literature Review. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(2), 2506-2524.
- Pradwita, A. Y., & Santoso, B. (2025). Pengaruh Konten Akun Instagram@ *Urbansneaker Society* terhadap Minat Beli Sepatu pada Mahasiswa FKI UMS. *Jurnal Indonesia: Manajemen Informatika dan Komunikasi*, 6(2), 914-922.
- Prioridata. (2025). *Social Media Usage Statistics*. Diakses pada 19 Maret 2025, dari <https://prioridata.com/data/social-media-usage/>
- 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.
- Pujiastuti, T., Pebriyanti, L., Oktavia, R., Joharman, E. E. Y., & Sari, A. D. O. (2025). Dampak *Fear Of Missing Out* (FOMO) Terhadap Kehidupan Diri Mahasiswa Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(2), 488-498.
- Purnomo, C. W., Oktaviyanti, T., & Hastami, Y. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Sosial dengan Durasi Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa Kedokteran. *Plexus Medical Journal*, 2(2), 65-69. <https://doi.org/10.20961/plexus.v2i2.467>
- Puspitarini, D. S., & Nuraeni, R. (2019). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Promosi. *Jurnal Common*, 3(1), 71-80.
- Puspitasari, C. A., Kamaludin, M., Pratama, M. R., & Azahra, S. A. (2025). Pengaruh Fenomena *Fear Of Missing Out* terhadap Tingkat Kecemasan dan Kepuasan Hidup Mahasiswa Gen Z di Media Sosial. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(1), 1298-1310.
- Putra, R., & Desmita, D. (2023). Perbedaan Fear Of Missing Out (FOMO) pada Mahasiswa dan Mahasiswi di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar. *Jurnal Psikologi*, 7(2), 123-131.
- Radu, E., & Rahman, F. (2025). The Mediating Role of Fear Of Missing Out (FOMO) in The Relationship Between Social Media Engagement and Sleep Disturbance in Teenagers. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 6(6), 1-9. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.6.6.13>

- Rahardjo, L. K. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). *Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 460–465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>.
- Rahma, A. A. R., Ardianti, H., & Firman, K. (2024). Peran Media Sosial Dalam Dinamika Sosial Masyarakat Kontemporer. *Jurnal Komunikasi Digital Dan Penyiaran Islam*, 1(2), 24-29.
- Rajan, B., Jose, L. G., & Sundar, T. (2022). Are You Hooked to the ‘Gram’? Exploring the Correlation between Loneliness, the Fear of Missing Out, and Instagram Usage among Young Indians. *Palabra Clave*, 25(2), 1-22. <https://doi.org/10.5294/pacla.2022.25.2.5>
- Ramadhani, N. P., & Ardelia, V. (2025). Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(3), 1159–1169. <https://doi.org/10.26740/cjpp.1159-1169>
- Ramdhany, L. A., & Hakim, M. A. (2024). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Perempuan Pengguna Instagram dan Twitter. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 9(1), 57-74.
- Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Psychosocial Well-Being and Social Media Engagement: The Mediating Roles of Social Comparison Orientation and Fear of Missing Out. *New Media & Society*, 21(7), 1486-1505. <https://doi.org/10.1177/1461444818823719>
- Rohmah, N., Damayanti, E., Salsabila, Y., Arifin, Y. A. D. R., Agustina, R., Mangkuluhur, A., & Yosiawan, O. (2023). Motivasi Mahasiswa Keperawatan Dalam Perspektif Gender Berbasis Teori Attention, Relevance, Confidence, And Satisfaction Attributes. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1), 48–56.
- Rosilah, R., Witantra, A. P., & Fathony, I. I. (2025). Pengelolaan Konten Instagram di Indonesia Power. *Jurnal Riset Komunikasi Terapan*, 2(1), 1-10.
- Saputra, D. S. B. (2023). Gambaran Fear Of Missing Out: FOMO pada Mahasiswa Tingkat 3 Prodi D3 Keperawatan di ITSK RS Dr. Soepraoen Malang (*Doctoral dissertation, ITSK RS dr. Soepraoen*).
- Sari, C. (2022). Kesepian, Kecemasan Sosial dan *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi Volume*, 15(1), 65–73.

- Sari, I. P., Jannah, P. M., & Salmiyati. (2025). Gambaran fear of missing out pada generasi Z di Kota Pekanbaru. *Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa Psikologi*, 4(1), 1-9.
- Savitri, J. A. (2019). Impact of Fear of Missing Out on Psychological Well-Being Among Emerging Adulthood Aged Social Media Users. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 65–72. <https://doi.org/10.21831/pri.v2i2.30363>
- Setiadi, F., & Agus, D. (2020). Hubungan antara Durasi Penggunaan Jejaring Sosial dan Tingkat *Fear of Missing Out* di Kalangan Mahasiswa Kedokteran Di Jakarta. *Damianus Journal of Medicine*, 19(1), 62-69.
- Setiawan, B., Sari, I. J., Larasaty, K., Mahira, N. H., Ramadhani, W. I., & Nugraha, J. T. (2025). Penggunaan Media Sosial di Era Modern Mempengaruhi Pola Komunikasi Mahasiswa. *Journal of Governance and Public Administration*, 2(2), 468-479.
- Setiyani, R. Y. (2018). Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Baru di Fakultas Ilmu Kesehatan dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(1), 16–28.
- Setyaningsih, R., Hidayat, A., & Wibowo, M. (2023). Fear of Missing Out dan Internet Addiction pada Siswa SMK Ditinjau dari Jurusan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(1), 45–53.
- Silvia, S., & Appulembang, Y. A. (2022). Social Comparison dengan Fear Of Missing Out pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 171-178.
- Sikumbang, K., Ramadhina, W., Yani, E. R., Arika, D., Hayati, N., Hasibuan, N. A., & Permana, B. G. (2024). Peranan Media Sosial Instagram Terhadap Interaksi Sosial dan Etika pada Generasi Z. *Journal on Education*, 6(2), 11029–11037. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4888>
- Simanjuntak, T., Situmorang, Y., Harianja, T., Gaol, D. W. L., & Hutahaeen, R. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Identitas Remaja. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 4(1), 354-364.
- Siregar, I.K., & Putri, S.R. (2020). Hubungan *Self-Efficacy* dan Stres Akademik Mahasiswa, *Consilium : Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91-99. Available at: <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>.

- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2024). Metode Survey: *Explanatory Survey dan Cross-Sectional* dalam Penelitian Kuantitatif. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 1696-1708. <https://doi.org/10.56832/edu.v4i3.556>
- Song, X., Zhao, Y., & Zhang, J. (2017). Developing a Measurement Scale of Fear of Missing Out in Mobile Social Media Environment. *Journal of Library and Information Science in China*, 11(12), 45–55.
- Sopiah, A. (2025). Fear of Missing Out (FOMO) Dalam Perspektif Maqashid Syariah. *Syirkatuna: Jurnal Ekonomi Islam*, 13(1), 1-12.
- Soviana, A., Fajrilianti, H. A., Puspitarini, N., Syaferi, N. F., Oka, I., & Mardiyani, N. L. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram @Bemsvundip_ Terhadap Tingkat Penerimaan Informasi di Sekolah Vokasi Universitas Diponegoro. *Jurnal Impresi*, 2(1), 45–52.
- Sugiyono, S. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, S., & Sylvia, I. (2022). Hambatan Interaksi Sosial Mahasiswa Terindikasi Fear of Missing Out (FoMO) (Studi Kasus: Mahasiswa FIS UNP). *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, 5(3), 324-332.
- Suriani, N., & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24-36.
- Tamri, T., Islamuddin, I., & Daulay, M. Y. I. (2024). FOMO And FOBO in Academic Life: A Thematic Analysis of Student Experiences Using The Grounded Theory Approach. *Jurnal Ilmiah Akuntansi, Manajemen dan Ekonomi Islam*, 2(1), 85–94.
- Ulya, F. R., Lestari, D. R., & Agianto, A. (2025). Hubungan Social Comparison dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Instagram di Program Sarjana. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 13(1), 7-17.
- Untari, E. K., Rizkifani, S., Yuswar, M. A., & Robiyanto, R. (2023). Survey Pengetahuan, Sikap dan Persepsi Mahasiswa Kesehatan Mengenai Farmakogenomik. *PHARMACY: Jurnal Farmasi Indonesia (Pharmaceutical Journal of Indonesia)*, 19(2), 184–193. <https://doi.org/10.30595/pharmacy.v19i2.8985>

- Vaishnavi, K. R., Dheepthi, K., Nandhini, G., & Nivetha, P. (2025). FOMO (Fear Of Missing Out) and Social Interaction Anxiety Among Young Adults. *International Journal of Indian Psychology*, 13(2), 5300–5308.
- We Are Social. (2025, Februari). Digital 2025. Diakses pada 19 Maret 2025, dari <https://wearesocial.com/id/blog/2025/02/digital-2025/>
- Wegmann, E., & Brand, M. (2019). A Narrative Overview About Psychosocial Characteristics as Risk Factors of a Problematic Social Networks Use. *Current Addiction Reports*, 6(4), 402-409.
- Wibowo, R. N., Rusuldi, R. C., Arnapi, A. D. P., Adila, V., & Indianti, A. N. (2022). Fear Of Missing Out dan Media Sosial Saat Pandemi COVID-19. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 1103–1112.
- Wibowo, S., & Nugroho, S. P. (2025). Pengaruh *Autonomy, Competence*, dan *Relatedness* terhadap *Green Innovation* Melalui *Sustainable Behavior*. *Paradoks: Jurnal Ilmu Ekonomi*, 8(4), 24-41.
- Widiyanto, A. (2025). Hubungan Paparan Media Sosial Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Mahasiswa Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 15(2), 359-364.
- Wijaya, R., & Putranto, A. (2023). Instagram dalam Perspektif Kapitalisme Lanjut. *Jurnal Mahardika Adiwidia*, 2(2), 93-102.
- Wu, W., Zhang, J., & Jo, N. (2025). Fear of missing out and online social anxiety in university students: Mediation by irrational procrastination and media multitasking. *Behavioral Sciences*, 15(1), 1–13. <https://doi.org/10.3390/bs15010084>
- Yonatan, A. Z. (2025, June 22). 7 Negara Pengguna Instagram Terbanyak 2025. *GoodStats Data*. <https://data.goodstats.id/statistic/7-negara-pengguna-instagram-terbanyak-2025-6xpxl>
- Yudianfi, Z. N. (2022). Kecemasan Sosial pada Remaja di Desa Selur Ngrayun Ponorogo. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 3(1), 12–19.
- Yuhana, E. S., Mariyati, M., & Sugiyanto, E. P. (2023). Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(2), 477-486.
- Yulianti, P., Riadi, A., Zahratunnisa, F., Fatimah, N. A. A., & Arrahima, A. (2024). Kajian Literatur: Penggunaan Media Sosial Sebagai Sarana dalam

Meningkatkan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam pada Generasi Muda. *Indonesian Journal Of Islamic Education*, 2(1), 113-123.

Zanah, F. N., & Rahardjo, W. (2020). Peran Kesepian dan Fear of Missing Out Terhadap Kecanduan Media Sosial: Analisis Regresi pada Mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 286–301. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3386>

Zhang, W., Xu, M., Feng, Y., Mao, Z., & Yan, Z. (2024). The Effect of Procrastination on Physical Exercise among College Students—The Chain Effect of Exercise Commitment and Action Control. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26(8), 611–622. <https://doi.org/10.32604/ijmh.2024.052730>