

## Pengaruh FOMO terhadap *Problematic Social Media Use* pada Dewasa Awal Pengguna TikTok di Kota Bandung

Fani Apriliani Darusman, Indri Utami Sumaryanti

Prodi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*faniapriliani606@gmail.com , indri.usumaryanti@gmail.com

**Abstract.** Along with the development of the digital age, there are various application platforms that provide various interesting features on smartphones, one of which is the TikTok application which currently has the highest download rating. In the use of social media in early adulthood, they already have good self-control. Researchers conducted a survey where the use of TikTok social media at this age used 1-3 hours, sometimes even uncontrolled in 1 access. This can lead to new social anxiety, namely Fear of Missing Out, this behavior can also lead to other negative consequences known as Social Media Use Problems. The purpose of this study was to determine how much influence Fear of Missing Out Probelematic Social Media Use had on adult TikTok users in Bandung. Measurements were made using the Fear of Missing Out Scale (FOMOs) and the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). The sample in this study found 280 early adults using TikTok in the city of Bandung. The analysis used is the Simple Regression Test technique. Obtained a significance value of  $0.000 < 0.05$ , it can be said that there is a significant effect between Fear of Missing Out on *Problematic Social Media Use* on TikTok adults in Bandung. The results obtained show an  $R^2$  value of 0.553 which means that 55.3% of Social Media Use Problems are influenced by the Fear of Missing Out variable.

**Keywords:** *Fear of Missing Out, Problematic Social Media Use, Early Adult TikTok use.*

**Abstrak.** Seiring merajanya era digital terdapat kemunculan berbagai platform aplikasi yang menyediakan berbagai fitur menarik dalam smartphone, salah satunya terdapat aplikasi TikTok yang saat ini memiliki peringkat pengunduhan tertinggi. Dalam penggunaan sosmed pada usiadewasa awal sudah memiliki self control yang baik. Peneliti melakukan survei dimana penggunaan sosial media TikTok pada usia ini menggunakan 1-3 jam , bahkan terkadang tidak terkontrol dalam 1 kali pengaksesan. Hal tersebut dapat menimbulkan perilaku kecemasan sosial baru yaitu Fear of Missing Out, perilaku ini juga dapat menimbulkan konsekuensi negatif lain yang dikenal dengan *Problematic Social Media Use*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Fear of Missing Out terhadap Probelematic Social Media Use pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan Fear of Missing Out Scale (FOMOs) dan Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 280 orang dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung. Analisis yang digunakan yaitu teknik Uji Regresi Sederhana. Didapatkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Fear of Missing Out terhadap *Problematic Social Media Use* pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung. Hasil yang diperoleh menunjukkan nilai  $R^2$  sebesar 0,553 yang memiliki arti bahwa 55,3% *Problematic Social Media Use* dipengaruhi oleh variabel Fear of Missing Out.

**Kata Kunci:** *Fear of Missing Out, Problematic Social Media Use, Dewasa awal pengguna TikTok.*

## A. Pendahuluan

Di Indonesia penggunaan internet menunjukkan peningkatan, dimana survei APJII periode 2019-kuartal II 2020 menyebutkan jumlah pengguna di Indonesia mencapai 196,7 juta pengguna atau naik menjadi 73,7% dari total populasi mencapai 266,9 juta. Pengguna yang menjadi kontributor terhadap jumlah pengguna internet dengan persentase 56,4% dari 55,7% di tahun sebelumnya adalah pulau Jawa. Hal yang menyebabkan hal tersebut terjadi yaitu dikarenakan pembangunan infrastruktur internet di Jawa terus mengalami perkembangan. Terdapat beberapa ibu kota yang menjadi penetrasi paling tinggi diantaranya DKI Jakarta 85%, Bandung 82,5%, dan Surabaya 83%.

Berdasarkan data statistik bahwa jumlah pengguna media sosial di Indonesia saat ini mencapai 150 juta orang, 16,4 juta diantaranya berada di Jawa Barat dan Kota Bandung (JabarProv, 2019). Studi dan riset data oleh HootSuite (We are Social) pada tahun 2020 menyebutkan bahwa Persentase pengguna media sosial tertinggi ada pada kelompok umur 25-34 tahun dengan persentase sebesar 35,4%. Seiring berjalannya masa di era digital, terdapat berbagai platform aplikasi yang menyuguhkan hal menarik seperti pembuatan video, salah satunya aplikasi TikTok yang saat ini sedang marak diunduh oleh masyarakat. Pada periode ini, pemasang aplikasi TikTok terbanyak adalah Amerika Serikat dengan 9,7% (6.324.000) dan Indonesia sebanyak 8,5% (5.542.000) dengan total unduhan tersebut Indonesia memperkuat posisi sebagai negara pengguna TikTok terbesar keempat di dunia.

Dengan banyaknya jumlah pengguna media sosial di Indonesia dan khususnya di Jawa Barat dan Kota Bandung, banyak yang dapat di peroleh individu sebagai penggunanya tidak hanya hal positif yang di dapatkan akan tetapi hal tersebut dapat menimbulkan konsekuensi yang negatif dimana penggunaan media sosial tersebut mengalami *Problematic Social Media Use* (Keyda, Andini dan Aisyah, 2019). Sejalan dengan hasil survei dengan mengobservasi dan mewawancarai terkait bagaimana perilaku seseorang yang menggunakan media sosial TikTok yang saat ini sedang booming di kalangan masyarakat, terdapat banyak kasus mengenai perilaku penggunaan media sosial tersebut.

*Problematic Social Media Use* disebutkan merupakan sebagai perubahan suasana hati, dimana individu yang mengalaminya merasakan suasana hati yang pada awalnya merasa senang menggunakan hingga menjadi perasaan negatif ketika tidak dapat mengakses media sosialnya (Banyai dkk, 2017). Dengan penggunaan jejaring sosial, selain dapat memperluas juga dapat mencari kembali orang yang ada dalam jaringan pertemanan yang telah di bangun sebelumnya (Daryono, 2003). Terdapat perbedaan dalam hal penggunaan media sosial berdasarkan usia, dimana pada usia dewasa awal sejatinya individu sudah memiliki *self-control* yang lebih baik ketimbang remaja, dimana hal tersebut dapat membantu dalam pengontrolan penggunaan media sosialnya agar tidak berlebihan, hingga memberikan dampak yang negatif pada penggunanya (detik.com, 2015).

Dalam perkembangannya media sosial juga dapat menimbulkan perilaku kecemasan sosial baru yang di sebut sebagai *Fear of Missing Out (FOMO)*, dimana seseorang yang mengalami hal tersebut merasakan ketakutan akan tertinggal ataupun kehilangan informasi (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013). FOMO juga disebutkan sebagai dorongan yang kuat dimana seseorang dapat berada di dua tempat atau lebih dalam satu waktu, hal tersebut didasari dari rasa takut akan kehilangan sesuatu, media sosial yang di gunakannya di jadikan sebagai wadah kebahagiaan khususnya dalam merasakan momen yang dialami orang lain (Abel, Buff & Burr, 2016).

Terdapat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Keyda, Andi, Aisyah (2019) sampel dalam penelitian ini berjumlah 254 remaja dalam rentang usia 12-22 tahun hasil penelitian tersebut memiliki signifikansi secara positif yang artinya semakin tinggi seseorang dalam memiliki perasaan takut, cemas, gelisah maupun khawatir bila tidak ikut terlibat dalam kegiatan sosial bersama orang disekitarnya, ia akan cenderung semakin memiliki keterikatan dengan media sosialnya hingga menimbulkan konsekuensi negatif bagi dirinya.

Penelitian lain oleh Victoria Franchina dkk (2018), temuan studi survei skala besar diantaranya 2663 remaja Flemish, juga menyebutkan hasil dari penelitian ini bahwa FOMO adalah prediktor positif dari seberapa sering remaja menggunakan beberapa platform media

sosial dan beberapa banyak platform yang mereka gunakan secara aktif.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Fear of Missing Out (FOMO) pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung, mengetahui bagaimana *Problematic Social Media Use* (PSMU) pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung dan juga untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Fear of Missing Out (FOMO) terhadap *Problematic Social Media Use* pada Dewasa Awal Pengguna TikTok di Kota Bandung

## **B. Metodologi Penelitian**

### ***Fear of Missing Out***

FOMO adalah kecemasan yang dialami individu ketika orang lain mengalami pengalaman berharga, sementara individu tersebut tidak mengalaminya. FOMO ditandai dengan adanya keinginan untuk terus berhubungan dengan apa yang orang lain lakukan (Pryzbylski dkk, 2013).

Menurut Pryzbylski (2013) dimensi yang mewakili aspek Fear of Missing Out;

1. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan relatedness Kebutuhan seseorang untuk dapat merasa terus terhubung, kebersamaan dengan orang lain.
2. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan self Berkaitan dengan autonomy dan competence.

### ***Problematic Social Media Use***

Problematic Social Media Use merupakan suatu dorongan dari motivasi yang kuat untuk menggunakan media sosial, dimana diperlukan pengorbanan dalam waktu yang banyak serta usaha untuk dapat beraktivitas di media sosial walaupun mengganggu aktivitas sosial, pendidikan, pekerjaan, hubungan interpersonal, serta kesehatan dan kesejahteraan psikologisnya (Andreassen & Pallesen, dalam Kircaurun, Jonason, & Griffiths, 2018).

Menurut model biopsikososial pengguna media sosial bermasalah dapat ditentukan oleh berbagai gejala (Griffiths, 2015);

1. *Mood modification*
2. *Salience*
3. *Tolerance*
4. *Withdrawal*
5. *Conflict*
6. *Relapse*

### **Pengukuran**

Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan adalah Fear of Missing Out Scale (Pryzbylski et al. 2013) yang diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Gilang Santika (2015) dan Bergen Social Media Addiction Scale (Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012), yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Indri Utami Sumaryanti, Salma Azizah, Fanni Putri Diantina, Endah Nawangsih (2020).

### **Prosedur**

Pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner yang berisikan alat ukur secara online yang disebarakan melalui media sosial.

Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung. Dalam penelitian ini sampel minimal yang harus dijadikan responden sebanyak 271 orang pada usia dewasa awal pengguna TikTok. Pada saat proses pengambilan data, jumlah responden yang mengisi kuesioner sebanyak 280 orang dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung.

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan yaitu nonprobability sampling dengan teknik snowball sampling. Snowball sampling merupakan teknik penentuan sampel yang diawali dengan jumlah yang sedikit atau pada lingkup yang kecil, hingga meluas menjadi lingkup yang besar atau menyebar (Sugiyono, 2013). Teknik snowball diibaratkan sebagai bola salju yang menggelinding yang akan membuat bola atau lingkaran dari salju tersebut menjadi semakin besar (Sugiyono, 2013).

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Pengaruh FOMO terhadap *Problematic Social Media Use* pada Dewasa Awal Pengguna TikTok di Kota Bandung

Penelitian ini melibatkan 280 orang responden dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung.

**Tabel 1.** Kategorisasi Fear of Missing Out

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	49	17,5%
Sedang	185	66,1%
Rendah	46	16,4%
<b>Total</b>	<b>280</b>	<b>100%</b>

**Tabel 2.** Kategorisasi Tidak Terpenuhinya Kebutuhan Psikologis akan Relatedness

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	52	18,6%
Sedang	176	62,9%
Rendah	52	18,6%
<b>Total</b>	<b>280</b>	<b>100%</b>

**Tabel 3.** Kategorisasi Tidak Terpenuhinya Kebutuhan Psikologis akan Self

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	37	13,2%
Sedang	186	66,4%
Rendah	57	20,4%
<b>Total</b>	<b>280</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 data yang diperoleh dari 280 orang dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung, ditemukan bahwa sebagian besar dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung sebanyak 66,1% (185 orang) memiliki fear of missing out pada tingkat kategori sedang. Dalam tabel 3.2 pada setiap aspeknya diketahui bahwa dari 280 orang dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung sebanyak 62,9% (176 orang) pengguna TikTok di Kota Bandung masuk pada kategori sedang pada aspek tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan relatedness, dimana kebutuhan akan relatedness digambarkan bahwa seseorang merasa ingin memiliki kesempatan untuk dapat terus berinteraksi dengan orang lain dan terus mengembangkan kompetensi sosialnya. menurut Przyblyski dkk (2013) jika seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan psikologis akan relatedness hal tersebut mengakibatkan individu merasakan kecemasan dan akan terus mencoba mencari tahu tentang apa yang dilakukan orang lain dengan yang dapat dilihat pada sosial medianya.

Pada Fear of Missing Out juga terdapat aspek lainnya yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan self, dimana pada tabel 3.3 di jelaskan dari 280 dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung pada aspek ini berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 66,4% (186 orang) dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung mengalami tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan selfnya. Kebutuhan psikologis akan self ini berkaitan dengan competence dan autonomy, dimana competence ini merupakan keinginan yang

melekat untuk memiliki interaksi dengan lingkungan yang efektif. Pada aspek ini menurut Przyblyski (2013), aspek ini berkaitan dengan keyakinan individu tersebut untuk melakukan tindakan dengan efisien dan efektif. Dari hasil menunjukkan sebagian besar dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung berada pada kategori sedang, yang artinya individu tersebut rendah dalam kebuasannya akan competence dimana menurut teori jika seseorang yang mengalami tidak terpenuhina kebutuhan psikologis akan self memungkinkan individu merasa frustrasi dan putus asa (Przyblylski dkk, 2013).

**Tabel 4.** Hasil Deskriptif *Problematic Sosial Media Use*

No	Kategori	Interval	F	P
1	Rendah	$6 < X < 18$	101	36,1%
2	Tinggi	$19 < X < 30$	179	63,9%

Berdasar tabel 4. dari data yang di dapatkan dari 280 dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung menunjukkan bahwa 63,9% (179 orang) berada pada kategori tinggi. Karakter kepribadian dari *Problematic Social Media Use* digambarkan sebagai individu yang mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosialnya dalam kehidupan nyata (Kircaburun dkk. 2018). Sebagian besar dewasa awal pengguna Tiktok di Kota Bandung berada pada kategori tinggi hal tersebut merupakan bentuk dari kekurangan stimulasi sosial yang akhirnya membuat dirinya cenderung terikat dengan segala aktivitas dalam media sosial (Kircaburun dkk. 2018)

**Tabel 5.** Hasil Pengujian Parameter Regresi Linier Sederhana

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1967.723	1	1967.723	122.625	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4460.988	278	16.047		
	Total	6428.711	279			

Dari tabel 5. sampel sebanyak 280 dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung dilakukan pengujian parameter regresi linier sederhana, pengujian tersebut dilakukan guna untuk melihat ada tidaknya pengaruh variabel bebas (Fear of Missing Out) terhadap variabel bebas (*Problematic Social Media Use*), dimana hasil yang didapatkan bahwa nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Fear of MissingOut terhadap *Problematic Social Media Use* pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keyda, Andi, Aisyah (2019), bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara positif yang artinya semakin tinggi seseorang mengalami atau memiliki perasaan takut, cemas, gelisah maupun khawatir jika tidak terlibat dengan apa yang orang lain kerjakan, ia akan memiliki rasa keterikaran dengan sosial medianya yang akan menimbulkan konsekuensi negatif.

**Tabel 6.** Hasil Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.553 <sup>a</sup>	.306	.304	4.00584

Selain itu dilakukan pengujian uji regresi linier sederhana dalam tabel 3.6 yang mendapatkan hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,553 atau (55,3%). Hal tersebut menunjukkan bahwa 55,3% *Problematic Social Media Use* dipengaruhi oleh variabel Fear of Missing Out. Sedangkan sisanya sebesar 44,7% dipengaruhi oleh variabel yang tidak disebutkan dalam model penelitian ini. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Victoria Francina dkk (2018) yang menjelaskan FOMO adalah prediktor yang lebih kuat untuk penggunaan platform yang lebih bersifat publik. Selain itu terdapat hasil penelitian juga yang menyebutkan bahwa Fear of Missing Out dalam penggunaan sosial media menjadi sumber kebahagiaan seseorang, khususnya dalam hal ikut merasakan setiap momen yang dialami oleh orang lain dari hasil mendapatkan informasi tersebut. Hal tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif dari penggunaan sosial media yang dikenal sebagai *Problematic Social Media Use* (Keyda, Andi dan Aisyah, 2019).

**Tabel 7.** Presentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-Laki	52	18,6%
Perempuan	228	81,4%
Total	280	100%

Selain itu, pada tabel 3.7 disebutkan berdasarkan data yang di dapatkan dapat di lihat bahwa presentase pengguna TikTok didominasi oleh perempuan 81,4%, dimana dijelaskan mengenai hal tersebut dalam penelitian yang di lakukan oleh Wahyuni, E. N., & Maksum, A., (2020) dimana di jelaskan bahwa perempuan kemungkinan akan rentan mengalami hal tersebut di bandingkan laki-laki, selain itu penelitian yang di lakukan oleh Simsek, A., Simsek, A., Elciyar, K., Kizilhan, T. (2019) bahwa perubahan emosional sering kali terjadi pada perempuan, dimana hal tersebut mengacu pada aspek mood modification, M. D. Griffiths et al. (2014) menyebutkan bahwa mood modification merupakan konsekuensi dari penggunaan sosial media.

**Tabel 8.** Presentase Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
16-20 tahun	69	24,6%
21-25 tahun	145	51,8%
26-30 tahun	31	11,1%
31-35 tahun	12	4,3%
36-40 tahun	23	8,2%
Total	280	100%

Dalam tabel 3.8. Hasil dari penelitian ini juga menyebutkan bahwa pengguna terbanyak sosial media tiktok berada pada rentang usia 21-30 tahun sebanyak 265 orang atau

sekitar 87,5% pengguna Sosial Media TikTok. Menurut survey APJII pada tahun 2019 pengguna internet tertinggi ada pada rentang usia tersebut yaitu 20-29 tahun. Studi dan riset data oleh HootSuite (We are Social) pada tahun 2020 juga menyebutkan pada usai 25-34 tahun dengan persentase sebesar 35,4% merupakan pengguna tertinggi. Pada usia ini individu berada pada tahap intimacy dimana individu berusaha mengembangkan diri dan menjalin relasi lebih luas (Daryono, 2003). Pada usia ini juga individu memiliki dorongan untuk merasa terus terhubung dengan orang lain hal tersebut berkaitan dengan membina hubungan yang hangat, dekat juga komunikatif. Dengan penggunaan jejaring sosial, selain dapat memperluas juga dapat mencari kembali orang yang ada dalam jaringan pertemanan yang telah dibangun sebelumnya (Daryono, 2003).

Dari data hasil penelitian juga didapatkan bahwa pengguna sosial media TikTok ini telah menggunakan sosial media selama 1-2 tahun sebanyak 266 orang yang artinya 95% individu menggunakan media sosial TikTok sudah cukup lama dan jika dikaitkan dengan durasi penggunaannya pun 89,2% individu atau sekitar 250 orang mengakses TikTok selama 1-4 jam dalam satu kali mengakses. Rentang penggunaan waktu sekitar 15 menit dalam satu kali pengecekan sosial media dan dilakukan berulang dapat dikatakan seseorang mengalami FOMO dan bisa mengakibatkan pada penggunaan sosial media yang bermasalah atau PSMU. Aktivitas yang biasanya seorang yang mengalami FOMO lakukan adalah berupa pengecekan, merefresh, dan penggunaan SNS lainnya. (Australian Psychological Society, 2015; Stillman & Stillman, 2018; Dossey, 2014).

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan Berdasarkan hasil pengolahan data beserta pembahasan yang telah di paparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

Sebagian dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki Fear of Missing Out pada tingkat kategorisasi sedang yaitu sebesar 66,1% dengan jumlah frekuensi 185 orang.

Sebagian besar dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki *Problematic Social Media Use* pada tingkat kategorisasi tinggi yaitu sebesar 63,9% dengan jumlah frekuensi 179 orang.

Terdapat pengaruh yang signifikan antara Fear of Missing Out terhadap *Problematic Social Media Use* pada dewasa awal pengguna TikTok di Kota Bandung, dimana sebesar 55,3% *Problematic Social Media Use* dipengaruhi oleh variabel Fear of Missing Out, sedangkan sisanya 44,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak disebutkan dalam model ini.

#### **Acknowledge**

Penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada Ibu Indri Utami Sumaryanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, bantuan, arahan ilmu juga motivasi kepada peneliti dalam menyusun penelitian ini., juga kepada Ibu Lilim Halimah BHSC., MHPSY selaku dosen wali yang telah membimbing dan menuntun penyusunan selama menjalani perkuliahan. Selain itu peneliti ucapkan terimakasih kepada kedua orang tua, kaka dan keluarga peneliti juga rekan yang telah memberikan perhatian, doa, dorongan, motivasi kepada peneliti dalam penyusunan dan penyelesaian penelitian ini dan seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini, dan tak lupa peneliti ucapkan terimakasih kepada pihak lainnya yang telah turut membantu peneliti.

#### **Daftar Pustaka**

- [1] Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252. <http://dx.doi.org/10.1037/adb0000160>
- [2] Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ... & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS One*, 12(1), e0169839.

- <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
- [3] Fang, J., Wang, X., Wen, Z., & Zhou, J. (2020). Fear of missing out and *Problematic Social Media Use* as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive behaviors*, 106430. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106430>
- [4] Fauzia, A. Z., Maslihah, S., & Ihsan, H. (2019). Pengaruh tipe kepribadian terhadap self-disclosure pada dewasa awal pengguna media sosial instagram di Kota Bandung. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(3), 151-160. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i3.23434>
- [5] Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of *Problematic Social Media Use* and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(10), 2319. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- [6] Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B., & Griffiths, M. D. (2020). Uses and gratifications of *Problematic Social Media Use* among university students: A simultaneous examination of the Big Five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 525-547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- [7] Kircaburun, K., Jonason, P. K., & Griffiths, M. D. (2018). The Dark Tetrad traits and problematic social media use: The mediating role of cyberbullying and cyberstalking. *Personality and Individual Differences*, 135, 264-269.
- [8] Kota Bandung dalam Angka 2019. Dipetik 01 13,2021, dari [bandungkota.bps.go.id](http://bandungkota.bps.go.id): <https://bandungkota.bps.go.id/publication/2019/08/16/bd52ff3d885d75c04ddcfb17/kota-bandung-dalam-angka-2019>
- [9] Kus, J. Daria., Griffiths, D. Mark . (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14, 311; <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- [10] Pertiwi, W. K. (2020, 09 11). Indonesia Sumbang Angka Unduhan TikTok Terbanyak di Dunia. Dipetik 10 25, 2020, dari [Kompas.com](http://Kompas.com): <https://tekno.kompas.com/read/2020/09/11/15010037/indonesia-sumbang-angka-unduhantiktok-terbanyak-di-dunia>
- [11] 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. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- [12] Risdyanti, K. S., Faradiba, A. T., & Syihab, A. (2019). Peranan fear of missing out terhadap problematic social media use. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(1), 276-282. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.V3I1.3527>
- [13] Rayana, U. (2020, 09 15). Meski Indonesia Salah Satu Pengguna TikTok Terbesar, ByteDance Pilih Singapura Sebagai Sasaran Investasi. Dipetik 10 25, 2020, dari SELULAR.ID: [https://selular.id/2020/09/meski-indonesia-salah-satu-pengguna-tiktok-terbesar-bytedance-pilih-singapura-sebagai-sasaran-investasi/#:~:text=Negara%2Dnegara%20dengan%20pemasangan%20aplikasi,persen%20\(5.542.000\)](https://selular.id/2020/09/meski-indonesia-salah-satu-pengguna-tiktok-terbesar-bytedance-pilih-singapura-sebagai-sasaran-investasi/#:~:text=Negara%2Dnegara%20dengan%20pemasangan%20aplikasi,persen%20(5.542.000)).
- [14] Schreckinger, B., Rassow, O., Ducharme, J., Khvan, O., & Quinn, G. (2014). The history of FOMO. *Boston Magazine*.
- [15] Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- [16] Xanidis, N., & Brignell, C. M. (2016). The association between the use of social network sites, sleep quality and cognitive function during the day. *Computers in Human Behavior*, 55, 121-126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.004>
- [17] Kanya Paramitha, Gita, Raihana Hamdan Stephani. (2021). *Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 132-139.