

Pengaruh antara *Loneliness* dan Budaya *Fear of Missing Out* dengan *Quarter Life Crisis* pada Civitas Akademik Statistika Unisba

Jasmine Azalia Pangesti*, Winda Aya Haliza, Gina Nur Fatimah,
Ghea Putri Amalia P, Ilham Faishal Mahdy

Prodi Statistika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,
Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*10060120098@unisba.ac.id, 10060120078@unisba.ac.id, 10060120093@unisba.ac.id,
10060120080@unisba.ac.id, ilham.faishal@unisba.ac.id

Abstract. Quarter Life Crisis phase is a phase that occurs by a person with an age range of 20 - 40 years. In this phase, a person often experiences anxiety and uncertainty of goals, plans. This Quarter Life Crisis phase can cause a person to feel anxious about the future and tend to compare their lives with the lives of others or what is usually called Fear of Missing Out (FOMO). FOMO or a condition where a person feels that other people's lives are more fun and causes a person to lock themselves up. Because of this, the person can lead to experiencing Loneliness. So the purpose of this study is to see the influence or impact between FOMO (Fear of missing Out), Loneliness, and Quarter Life Crisis on the academic community of statistics at the Islamic University of Bandung. By using Path Analysis, it is concluded that Quarter Life Crisis has a positive effect on Fear of Missing Out (FOMO) and Fear of Missing Out (FOMO) has a positive effect on Loneliness. Therefore, the Quarter Life Crisis phase can cause someone to experience Fear of Missing Out (FOMO) and someone who experiences Fear of Missing Out (FOMO) can cause Loneliness.

Keywords: *Fear of Missing Out (FOMO), Loneliness, Path Analysis, Quarter Life Crisis.*

Abstrak. Fase *Quarter Life Crisis* adalah fase yang terjadi oleh seseorang dengan rentang usia 20 – 40 tahun. Pada fase ini, seseorang sering kali mengalami kecemasan dan ketidakpastian tujuan, rencana. Fase *Quarter Life Crisis* ini dapat menyebabkan seseorang merasa cemas akan masa depan dan cenderung membandingkan hidup mereka dengan kehidupan orang lain atau yang biasanya disebut dengan *Fear of Missing Out (FOMO)*. FOMO atau kondisi dimana seseorang merasa kehidupan orang lain lebih menyenangkan dan mengakibatkan seseorang mengurung diri. Karena hal tersebut orang tersebut bisa mengarahkan mengalami *Loneliness*. Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh atau dampak antara FOMO (*Fear of missing Out*), *Loneliness*, dan *Quarter Life Crisis* pada civitas akademik statistika Universitas Islam Bandung. Dengan menggunakan Analisis Jalur didapat kesimpulan bahwa *Quarter Life Crisis* berpengaruh positif terhadap *Fear of Missing Out (FOMO)* dan *Fear of Missing Out (FOMO)* berpengaruh positif terhadap *Loneliness*. Oleh karena itu, fase *Quarter Life Crisis* dapat menyebabkan seseorang mengalami *Fear of Missing Out (FOMO)* dan seseorang yang mengalami *Fear of Missing Out (FOMO)* dapat menyebabkan *Loneliness*.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out (FOMO), Loneliness, Analisis Jalur, Quarter Life Crisis.*

A. Pendahuluan

Quarter Life Crisis adalah masa-masa krisis emosional yang umumnya terjadi di usia sekitar 20-40 tahun. Pada masa *Quarter Life Crisis* seseorang akan mengalami kecemasan dan ketidakpastian tujuan, rencana, dan bahkan hubungan. *Harvard Business Review* melaporkan bahwa fenomena *Quarter Life Crisis* umumnya berkembang melalui empat fase. Fase pertama adalah ketika individu merasa terjebak dalam suatu bentuk komitmen, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Fase kedua ditandai dengan perasaan terisolasi atau kesepian, yang bisa muncul akibat perpindahan ke kota baru atau berakhirnya suatu hubungan asmara. Dalam periode isolasi ini, individu cenderung merenungkan posisi mereka dalam kehidupan dan mungkin mempertimbangkan untuk mengubah rencana mereka. Fase ketiga melibatkan eksplorasi terhadap aktivitas baru, kelompok sosial, atau peluang karier (Meidianingsih et al., n.d.). Pada akhirnya, individu tersebut akan keluar dari krisis ini dengan sudut pandang yang baru. Salah satu masalah utama terkait *Quarter Life Crisis* adalah bahwa individu yang mengalaminya sering kali merasa tidak memiliki alasan untuk berjuang, karena mereka beranggapan bahwa periode ini seharusnya menyenangkan dan relatif mudah. Akibatnya, baik mereka sendiri maupun orang-orang di sekitar mereka mungkin cenderung mengabaikan permasalahan yang mereka hadapi [1]. Menurut [2], *Quarter Life Crisis* merupakan reaksi individu terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, dan terlalu banyaknya pilihan-pilihan yang disertai rasa panik dan tidak berdaya. Dijelaskan oleh [1], pada masa *Quarter Life Crisis* ini seseorang cenderung mengisolasi diri dan lama-lama akan mengalami *loneliness* atau kesepian (Nurfadilah et al., 2023).

Loneliness adalah pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan [3]. Dimana orang yang kesepian bisa diakibatkan dengan tidak memiliki, teman, tidak memiliki hubungan asmara, maupun hubungan dengan keluarga yang tidak baik. Survey *Loneliness* yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* di Inggris pada Mei tahun 2010, dari 2256 orang ditemukan 24% yang merasakan kesepian, dimana subyek berumur 18-34 tahun lebih merasakan kesepian daripada subyek berumur di atas 55 tahun [4]. Dengan perkembangan digital, sosial media yang banyak digunakan orang dengan rentang dewasa awal ini bisa menyebabkan FOMO (*Fear of Missing Out*). Dimana secara teoritis, [5] mendefinisikan FOMO (*Fear of Missing Out*) merupakan ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain dimana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. Ketika seseorang terkena FOMO Dia merasa kehidupan orang lain itu lebih menyenangkan dibanding kehidupan dia. Hal ini bisa menyebabkannya seseorang mengurung diri karena selalu merasa kekurangan dan akhirnya mengisolasi diri (Satyahadewi et al., 2023). Hal ini tentu dapat berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* yang dihadapi orang pada rentang dewasa awal.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk melihat bagaimana pengaruh antara *Loneliness* dan *Fear of Missing out* terhadap *Quarter Life Crisis*. Metode statistik yang digunakan yaitu Analisis Jalur atau *Path Analysis*. *Path Analysis* adalah pengembangan dari model regresi yang digunakan untuk menguji hubungan kausal dalam matriks korelasi, sesuai dengan model yang dikemukakan oleh peneliti. Sama seperti regresi, analisis jalur memiliki fungsi prediktif. Model ini digambarkan dengan panah berarah tunggal untuk menunjukkan hubungan sebab-akibat. Pembobotan regresi dihitung oleh model dan dibandingkan dengan matriks korelasi dari data yang diamati, lalu dinilai kecocokan modelnya (*goodness of fit*).

Berdasarkan uraian permasalahan yang sudah dijelaskan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh atau dampak antara FOMO (*Fear of missing Out*), *Loneliness*, dan *Quarter Life Crisis* pada *civitas* akademik statistika Universitas Islam Bandung. Manfaat dari penelitian yang dilakukan adalah untuk menambah pengetahuan dan pemahaman tentang *Quarter Life Crisis*, FOMO (*Fear of Missing Out*) dan *Loneliness*. Adapun manfaat penelitian ini bagi masyarakat umum yaitu untuk meningkatkan kesadaran bahwa *Loneliness* dan FOMO (*Fear of Missing Out*) ada di sekitar kita dan agar penelitian ini dapat berguna bagi pengembangan ilmu sosial di kalangan dewasa awal terutama pada permasalahan *Quarter Life Crisis*, FOMO (*Fear of Missing Out*), dan *Loneliness*.

B. Metodologi Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif yaitu metode analisis jalur. Dengan data yang digunakan adalah data primer yang dikumpulkan pada tanggal 25 November 2022 hingga tanggal 6 Desember 2022 dengan menggunakan kuesioner untuk pengumpulan datanya secara *online* dan *offline* kepada responden yang terdiri dari data pribadi civitas akademik FMIPA Universitas Islam Bandung dengan rentang umur 20 – 40 tahun dan instrumen untuk mengukur *Loneliness*, *Fear of Missing Out* (FOMO), dan *Quarter Life Crisis* (QLC). Adapun alat dan bahan dalam penelitian ini adalah program *SPSS 23 for windows* dan kuesioner pada *google form* dan kertas.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *probability sampling* dengan metode *stratified random sampling*. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin, dengan tingkat presisi yang ditetapkan pada penelitian ini sebesar 5%. Adapun rumus Slovin dan besarnya sampel minimal pada penelitian ini adalah:

$$n = \frac{N}{(1 + Ne^2)} = \frac{121}{[1 + (122 \times 0.05)^2]} = 92.898 \approx 93$$

Dimana: n = Sampel penelitian, N = Populasi penelitian, e = *Margin error*

Jumlah sampel yang telah didapat dibagi ke dalam 3 kelas sesuai dengan strata agar penentuan jumlah sampel dalam masing – masing kelas mempunyai proporsi yang sama. Perhitungan jumlah sampel pada setiap strata dihitung dengan menggunakan rumus:

$$n_h = \frac{N_h}{N} \times n$$

Dimana: n_h = Jumlah sampel pada strata ke-h, N_h = Jumlah populasi pada strata ke-h

Dengan menggunakan rumus di atas dimana jumlah populasi 121 dan total sampel penelitian sebanyak 93 didapat sampel untuk mahasiswa angkatan 2020 sebanyak 69, mahasiswa angkatan 2021 sebanyak 26 orang, *staff* dan dosen sebanyak 5 orang. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan bentuk item *favorable* dan *unfavorable*.

Uji validitas pada penelitian ini menggunakan Korelasi Pearson *Product Moment*. Jika nilai $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ atau nilai probabilitas $\leq \alpha$ (0.05) maka instrumen atau item-item pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total dan dinyatakan valid. Hasil dari uji ini menghasilkan kesimpulan bahwa pertanyaan yang valid untuk dimasukkan pada kuesioner ada sebanyak 39.

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha*. Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan diperoleh nilai koefisien reliabilitas pada variabel *Fear of Missing Out* sebesar 0.806 yang berarti reliabel, nilai koefisien reliabilitas pada variabel *Loneliness* sebesar 0.736 yang berarti cukup reliabel, dan nilai koefisien reliabilitas pada variabel *Quarter Life Crisis* sebesar 0.856 yang berarti reliabel. Dalam hal ini berarti, pertanyaan tersebut jika dipergunakan untuk mengukur variabel yang sama akan mendapatkan informasi 80.6%, 73.6%, dan 85.6% sama.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis jalur (*Path Analysis*). Analisis jalur adalah hubungan sebab akibat yang terjadi pada regresi berganda jika variabel bebasnya mempengaruhi variabel terganggunya tidak hanya secara langsung, tetapi juga tidak secara langsung [6]. Analisis jalur dikembangkan sebagai metode untuk mengevaluasi pengaruh langsung maupun tidak langsung dari variabel independen terhadap variabel dependen. Metode ini merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk mengkaji ketergantungan antara sejumlah variabel dalam suatu model. Analisis jalur berguna untuk menguji hubungan antara model kausal yang telah dirancang oleh peneliti berdasarkan pertimbangan teoretis dan pengetahuan yang ada. Selain didasarkan pada data, hubungan kausal ini juga dipandu oleh pengetahuan, formulasi hipotesis, dan analisis logis [7]. Dalam *Path Analysis* terdapat asumsi yang perlu terpenuhi yaitu (1)Residual berdistribusi normal, (2)Hubungan antar variabel bersifat linier dan aditif, (3)Model bersifat rekursif (sistem aliran kausal satu arah) dan tidak ada pembalikan umpan dan sisaan untuk peubah endogen, Variabel terikat (endogen) diukur dalam sekurang-kurangnya skala interval, (5)Variabel penjelas diukur tanpa kesalahan, (6)Spesifikasi model tepat untuk menginterpretasikan koefisien jalur.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada penelitian ini menggunakan metode analisis jalur (*Path Analysis*) yang diolah menggunakan bantuan software AMOS (*Analysis Moment of Structural*). Asumsi yang digunakan pada metode ini adalah asumsi normalitas. Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah *residual* dalam model path mengikuti distribusi normal atau tidak. Model *path* yang baik adalah model dimana *residual* nya mengikuti distribusi normal.

Tabel 1. Asumsi Normalitas

	Signifikansi	Keterangan
Residual model 1	0.072	Normal
Residual model 2	0.2	Normal

Residual model 1 yaitu antara QLC terhadap FOMO dan *residual* model 2 yaitu antara *Fear of Missing Out (FOMO)* terhadap *Loneliness*. Berdasarkan hasil pengujian *Kolmogorov Smirnov* model 1 didapat nilai signifikansi sebesar 0.072 dan model 2 sebesar 0.200 yang mana lebih besar dari 0.05, maka dapat dikatakan bahwa *residual* pada masing-masing model berdistribusi normal.

Hubungan antara Variabel Linier dan Aditif

Menggunakan Uji RESET (*Regression Specification Error Test*). Uji RESET membantu mengidentifikasi apakah model regresi yang digunakan telah salah dispesifikasi, misalnya dengan mengabaikan variabel penting atau memilih bentuk fungsi yang salah. Uji ini dapat mendeteksi apakah ada hubungan non-linear antara variabel independen dan variabel dependen yang tidak terhitung dalam model linear yang digunakan. Jika model linear tidak cukup memadai, uji ini dapat memberikan indikasi bahwa hubungan antar variabel mungkin lebih kompleks. Hasil dari uji linier aditif adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Uji Linier Aditif

Model	P-Value	Keputusan
Model 1 (FOMO ~ QLC)	0.1741	Linier dan Aditif
Model 2 (<i>Loneliness</i> ~ FOMO)	0.009423	Tidak Linier dan Aditif

Model Bersifat Rekursif

Model bersifat rekursif apabila model hanya memiliki aliran kausal (anak panah) menuju satu arah dan tidak ada pembalikan umpan dan sisaan untuk peubah endogen. Berdasarkan asumsi ini, hanya peubah endogen yang tidak mempunyai pengaruh bolak – balik. Model yang telah dibentuk oleh peneliti tidak mengindikasikan adanya pengaruh bolak – balik sehingga asumsi model bersifat rekursif terpenuhi.

Variabel Endogen diukur Sekurang-kurangnya Skala Interval

Model analisis jalur menggunakan variabel yang memiliki skala interval atau rasio. Data pada penelitian ini merupakan data dengan skala ordinal. Oleh karena itu, data dikonversi terlebih dahulu ke dalam rasio interval menggunakan *Succesive Interval* pada software Excel Menggunakan Add-Ins Stat 97.xla

Variabel Penjelas Diukur Tanpa Kesalahan

Data dari masing – masing variabel yang diukur atau diteliti telah diobservasi secara langsung peneliti sesuai dengan prosedur sehingga untuk asumsi ini telah terpenuhi.

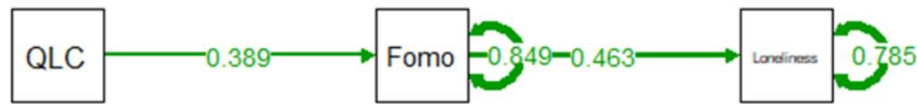
Spesifikasi Model Tepat untuk Menginterpretasikan Koefisien Jalur

Model yang dianalisis dispesifikasikan dengan benar merupakan asumsi yang diuji berdasarkan teori dan konsep yang relevan. Dalam model ini, telah dispesifikasikan dengan benar sesuai

teori dan konsep yang ada.

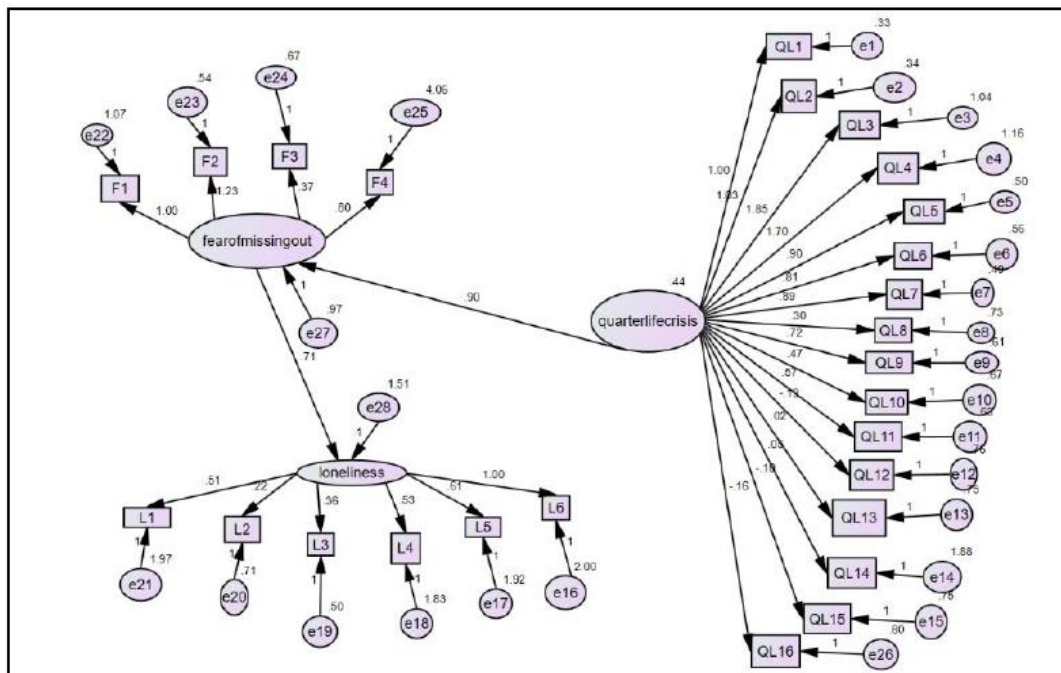
Pembuatan Path Diagram

Diagram jalur menampilkan gambaran dari hubungan antar peubah sesuai dengan asumsi yang digunakan dan juga dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai hubungan antar peubah dibandingkan melalui persamaan. Adapun diagram jalur pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Koefisien Diagram Jalur

1. Koefisien regresi sebesar 0.389 menunjukkan bahwa peningkatan dalam Quarter Life Crisis berhubungan dengan peningkatan dalam Fear of Missing Out (FOMO). Ini berarti, semakin tinggi tingkat QLC, semakin tinggi pula kecenderungan seseorang mengalami FOMO.
2. FOMO berpengaruh pada Loneliness dengan koefisien regresi sebesar 0.463, yang menunjukkan bahwa peningkatan dalam FOMO juga diikuti oleh peningkatan dalam Loneliness. Dengan kata lain, semakin besar seseorang merasa takut ketinggalan, semakin besar pula kemungkinan mereka merasa kesepian. Koefisien regresi sebesar 0.849 dalam lingkaran menunjukkan bahwa ada komponen atau efek diri (self-effect) yang kuat pada FOMO. Ini bisa diartikan sebagai FOMO yang memperkuat dirinya sendiri dalam model.
3. Koefisien regresi sebesar 0.785 menunjukkan bahwa Loneliness memiliki komponen atau efek diri yang cukup signifikan, yang berarti bahwa perasaan kesepian bisa memperkuat dirinya sendiri seiring waktu.



Gambar 1. Diagram untuk Setiap Indikator dalam Variabel

Gambar di atas menunjukkan koefisien terstandar satu variabel ke variabel lainnya.

Koefisien terstandar bernilai 0-1 dan dapat membandingkan mana yang lebih besar peranannya namun tidak bisa melihat signifikansi jalur tersebut. Gambar di atas menunjukkan bagaimana peran indikator dalam setiap variabel. Dimana variabel FOMO diukur oleh empat variabel yaitu F1, F2, F3 dan F4. Variabel *Loneliness* diukur oleh enam indikator yaitu L1, L2, L3, L4 L5 dan L6. Dan Variabel QLC diukur oleh enam belas indikator yaitu Q1 hingga Q16.

Gambar di atas menunjukkan hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *Quarter Life Crisis* (QLC) ditunjukkan melalui jalur dengan koefisien sebesar 0.90, yang mengindikasikan bahwa FoMO memiliki pengaruh positif yang sangat kuat terhadap terjadinya QLC. Ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat FoMO yang dirasakan seseorang, semakin besar kemungkinan individu tersebut mengalami QLC. Selain itu, jalur dari *Loneliness* ke QLC dengan koefisien sebesar 0.44 menunjukkan bahwa perasaan kesepian juga berdampak positif terhadap QLC, meskipun pengaruhnya tidak sekuat FoMO. Dalam hubungan antara FoMO dan *Loneliness*, jalur dengan koefisien sebesar 0.71 menunjukkan bahwa FoMO berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan perasaan kesepian. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki tingkat FoMO yang tinggi cenderung lebih rentan merasa kesepian, yang pada gilirannya juga dapat mempengaruhi terjadinya QLC.

Setiap indikator memiliki *error term* (misalnya, e1, e2, e21, dan selanjutnya.), menunjukkan bahwa variasi dalam indikator yang tidak dijelaskan oleh variabel laten. Besar kecilnya nilai *error* ini menunjukkan seberapa baik variabel laten menjelaskan variabel indikatornya. Misalnya, e16 memiliki nilai 2.00, yang menunjukkan bahwa ada variasi yang cukup besar pada L6 yang tidak dijelaskan oleh *Loneliness*.

Selanjutnya dilakukan uji kecocokan untuk menguji apakah data sampel cocok dengan distribusi dari populasi tertentu. Berikut adalah ringkasan hasil uji kecocokan atau *goodness of fit* untuk model struktural.

Tabel 3. Ringkasan Uji *Goodness of Fit Model* Struktural

Indikator	Standar	Hasil	Keterangan
CMIN/DF	≤ 2	2.411	Tidak fit
GFI	≥ 0.9	0.614	Tidak fit
AGFI	≥ 0.9	0.544	Tidak fit
PGFI	≥ 0.9	0.52	Tidak fit
NFI	≥ 0.9	0.439	Tidak fit
CFI	≥ 0.9	0.559	Tidak fit
TLI	≥ 0.9	0.518	Tidak fit
PRATIO	Antara 0 - 1	0.914	Good fit
RMSEA	≤ 0.08	0.119	Tidak fit

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa model penelitian belum fit terhadap data yang tersedia. Karena model masih belum fit sebaiknya harus kembali ke tahap spesifikasi parameter model dan memotong jalur yang tidak signifikan. Pada penelitian kali ini, peneliti memutuskan untuk tidak memotong jalur yang tidak signifikan.

Analisis Hubungan antar Variabel

Untuk mengetahui hubungan antar variabel dapat dilakukan dengan melihat nilai *Critical Ratio* (CR) dan nilai *probability* (p) dari setiap hubungan antar variabel laten. Kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan jika nilai CR lebih dari nilai t_{tabel} dan nilai p kurang dari 0.05. Nilai tersebut dapat dilihat pada *output software* AMOS dari keluaran *Weight* dan *Covariance*. Ringkasan hasil analisis hubungan antar variabel dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 3. Hasil Analisis Hubungan antar Variabel

	Hubungan antar Variabel	Nilai CR	Nilai <i>p</i>	Keterangan
H1	QLC terhadap FOMO	4.189	0.00	Ada hubungan signifikan
H2	FOMO terhadap Loneliness	3.79	0.00	Ada hubungan signifikan

Dari hasil analisis hubungan antar variabel menunjukkan bahwa kedua hipotesis memiliki hubungan yang signifikan karena memiliki nilai CR lebih dari t -tabel = 1.661 dan nilai *probability* kurang dari atau sama dengan 0.05. Maka C.R dikatakan bahwa terdapat hubungan antara *Quarter Life Crisis* (QLC) dengan *Fear of Missing Out* (FOMO) dan *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan *Loneliness*.

Analisis Pengaruh antar Variabel

Tabel 4. Hasil Analisis Pengaruh antar Variabel

	Koefisien jalur		<i>p</i>
	QLC	FOMO	
FOMO	0.52	0.00	0.00
<i>Loneliness</i>	0.00	0.552	0.00

Dari hasil estimasi didapat *Quarter Life Crisis* (QLC) berpengaruh positif terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan nilai koefisien *standardized* sebesar 0.520 dan signifikansi pada (*P*) 0.00 yang berarti signifikan pada 0.05. Selanjutnya *Fear Of Missing Out* (FOMO) berpengaruh positif terhadap *Loneliness* dengan nilai koefisien *standardized* sebesar 0.552 dan signifikansi pada (*P*) 0.00 yang berarti signifikan pada 0.05.

D. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian menggunakan *path analysis* dapat disimpulkan bahwa *Quarter Life Crisis* berpengaruh positif terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) dan *Fear of Missing Out* (FOMO) berpengaruh positif terhadap *Loneliness* pada civitas Akademik Statistika Universitas Islam Bandung yang berada di fase *Quarter Life Crisis* yaitu pada rentang umur 20-40 tahun. Oleh karena itu, fase *Quarter Life Crisis* dapat menyebabkan seseorang mengalami *Fear of Missing Out* (FOMO) dan seseorang yang mengalami *Fear of Missing Out* (FOMO) dapat menyebabkan *Loneliness*. Karya tulis ini dibuat agar masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran permasalahan hidup tentang *Fear of Missing Out*, *loneliness* dan *Quarter Life Crisis*. Harapannya peneliti selanjutnya dapat meneliti sampel dari populasi yang lebih besar agar hasil yang didapat lebih mewakili permasalahan dalam penelitian.

Acknowledge

Alhamdulillah puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah – Nya kami dapat menyelesaikan penelitian ini. Kami selaku penulis sadari bahwa penelitian ini tidak akan selesai tanpa doa, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ilham Faishal Mahdy, S. Stat., M. Stat selaku dosen pembimbing yang telah membantu dan memberikan bimbingan serta arahan kepada kami dalam proses penyusunan penelitian ini. Serta kepada Kang Muhammad Arik Verdiansyah selaku asisten laboratorium Statistika yang telah membantu kami dengan memberikan masukan, arahan, dan bimbingannya dalam penyusunan penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada responden dan seluruh pihak yang telah berperan dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu sosial dan pengetahuan bagi masyarakat terutama untuk masyarakat yang berumur pada rentang dewasa awal.

Daftar Pustaka

[1] Malpani, Snehal. 2021. *onlinedegrees.bradley.edu Hold On!: A Story of Surviving a*

- Crysis. Chennai: Notion Press 2021.
- [2] Afnan, Rahmi Fauzia, dan Meydisa Utami Tanau. 2020. “Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis.” *Jurnal Kognisia* 3(1): 23–29.
 - [3] Perlman, Daniel, dan Letitia Anne Peplau. 1998. “Loneliness.” : 571–581.
 - [4] Mental Health Foundation. 2010. “The mental health foundation survey.Laporan Penelitian, Mental Health Foundation.” Mental Health Foundation.
 - [5] Przybylski, Andrew K., Kou Murayama, Cody R. Dehaan, dan Valerie Gladwell. 2013. “Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out.” *Computers in Human Behavior* 29(4): 1841–48.
 - [6] Retherford, Robert D., dan Minja Kim Choe. 1993. “Statistical Models for Causal Analysis.” *Statistical Models for Causal Analysis*.
 - [7] Retnawati, H. (2017). Analisis Jalur, Analisis Faktor Konfirmatori dan Pemodelan Persamaan Struktural. In *Workshop Teknik Analisis Data* (Vol. 19).
 - [8] Meidianingsih, Q., Wardani, D. E., Salsabila, E., Nafisah, L., & Mutia, A. N. (n.d.). Perbandingan Performa Metode Berbasis Support Vector Machine untuk Penanganan Klasifikasi Multi Kelas Tidak Seimbang (Vol. 23, Issue 1).
 - [9] Nurfadilah, K., Notodiputro, K. A., Sartono, B., & Nas, A. (2023). Premarital Sex Behavior Model with Lasso Generalized Linear Mixed Model and Group Lasso Generalized Linear Mixed Model (Vol. 23, Issue 1).
 - [10] Satyahadewi, N., Aprizkiyandari, S., & Risky Oprasianti. (2023). Regresi Data Panel dalam Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi IPM di Kalimantan Barat. *Statistika*, 23(2), 123–131. <https://doi.org/10.29313/statistika.v23i2.2201>