



Pengaruh *Fear of Missing Out* dan Kesepian terhadap *Psychological Well-Being* pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial Twitter di Jawa Barat

Tiara Puspita Prameswari¹, Sitti Chotidjah², Diah Zaleha Wyandini³

^{1,2,3}Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Email: tiaraprameswary@upi.edu

Abstract

This study aims to determine the effect of fear of missing out and loneliness on psychological well-being in late adolescents using Twitter in West Java. This study uses a quantitative method with a correlational design. The sample of this study consisted of 385 respondents with the characteristics of late adolescents with an age range of 15-19 years in West Java and actively using Twitter. The sampling technique used is accidental sampling. Researcher used the Fear of Missing Out Scale, the Loneliness Questionnaire, and Ryff's Psychological Well-Being Scale. The data analysis used was multiple linear regression analysis with a significance value of 0.001. Referring to the result of data analysis, it can be concluded that fear of missing out and loneliness affect psychological well-being and the influence given is quite large.

Keywords: *fear of missing out, loneliness, psychological well-being.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari *fear of missing out* dan kesepian terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir pengguna media sosial Twitter di Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian ini terdiri atas 385 responden dengan karakteristik remaja akhir dengan rentang usia 15-19 tahun di Jawa Barat dan aktif menggunakan Twitter. Teknik sampling menggunakan *accidental sampling*. Peneliti menggunakan *Fear of Missing Out Scale*, Skala kesepian, dan *Ryff's Psychological Well-Being Scale*. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda dengan nilai signifikansi 0.001. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa *fear of missing out* and kesepian berpengaruh terhadap *psychological well-being* dengan pengaruh yang besar.

Kata kunci: *fear of missing out, kesepian, psychological well-being.*

Informasi Artikel

Diterima: 27-02-2022

Direvisi: 10-03-2022

Diterbitkan: 01-04-2022



1. PENDAHULUAN

Semakin pesatnya teknologi serta kondisi dunia yang sempat dilanda pandemi COVID-19 membuat masyarakat lebih sering menggunakan internet dan media sosial sebagai akses untuk memperoleh informasi serta menunjang aktivitas sehari-hari. Hal tersebut berdampak pada meningkatnya penggunaan media sosial, salah satunya Twitter. Penggunaan media sosial Twitter di Indonesia cukup meningkat pada tahun 2022. Menurut *We Are Social* (2022), pengguna media sosial Twitter di Indonesia berjumlah 18,4 juta pengguna (lihat <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>, diakses 7 Februari 2022).

Tingginya penggunaan Twitter di Indonesia dapat terjadi karena masyarakat merasa lebih mudah dan cepat dalam mengakses informasi (Nurhadi, 2017). Mereka juga dapat meramaikan *event* tertentu sembari membagikan pemikiran mereka di Twitter. Selain itu, menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 20 responden remaja akhir, remaja biasanya mengakses Twitter karena adanya fitur *autobase* untuk mengumpulkan orang-orang dengan hobi yang sama serta kemudahan dalam mendapatkan teman virtual baru. Adanya fitur-fitur tersebut membuat remaja lebih ingin untuk mengakses Twitter terus menerus. Jika remaja tidak menyaring konten yang diakses, maka akan berdampak kurang baik terutama pada perkembangan remaja dan akhirnya berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja atau *psychological well-being* (PWB).

Konsep *psychological well-being* (PWB) berasal dari pendekatan eudamonik yang menyatakan bahwa kebahagiaan adalah output yang didapat dari fungsi psikologis yang membuat individu mampu mengoptimalkan potensi dalam dirinya (Guerra-Bustamante et al., 2019). Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* (PWB) merupakan suatu keadaan ketika beberapa aspek seperti mental, fisik, dan perkembangan rentang hidup berintegrasi dan berfungsi secara optimal. Individu dengan PWB yang tinggi adalah ketika ia mampu mencapai enam aspek berikut yaitu memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), dapat menentukan pilihan hidup sendiri (*autonomy*), dapat mengelola lingkungannya (*environmental mastery*), keinginan untuk tumbuh dan berkembang (*personal growth*), memiliki hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship*), serta mengenal diri dan dapat menerima diri sendiri (*self-acceptance*) (Ryff, 2014).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sampasa-Kanyinga dan Lewis (2015) menyebutkan bahwa sebagian besar responden siswa dengan kesehatan mental yang rendah merupakan pengguna media sosial dengan intensitas tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Twenge dan Martin (2020) menyebutkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi akan berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis pada remaja. Rendahnya PWB juga dapat disebabkan oleh faktor lain, salah satunya kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Haghayeghi dan Zadeh (2021) menyebutkan bahwa kesepian dapat menurunkan tingkat PWB karena merasa kurang makna dalam hidup.

Fenomena kesepian biasanya terjadi pada remaja akhir yang sedang mengalami fase pencarian identitas diri. Jika remaja tidak mampu melewati fase tersebut, mereka cenderung akan menarik diri dari lingkungan dan mengisolasi diri yang akhirnya menyebabkan mereka mengalami kesepian (Sutanto & Suwartono, 2019). Kesepian merupakan kondisi individu

ketika ia merasa terasing dari lingkungan dan tidak mampu memenuhi kebutuhan berupa hubungan sosial yang bermakna (Resmadewi, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh William dan Braum (2019) maupun Beam dan Kim (2020) menyebutkan bahwa sekitar 20-48% remaja akhir dan dewasa muda mengalami rasa kesepian yang parah. Menurut Bruno (2000) dalam bukunya yang berjudul *Menaklukan Kesepian*, kesepian terdiri dari delapan aspek, yaitu isolasi, penolakan, merasa salah dimengerti, merasa tidak dicintai, merasa tidak memiliki sahabat, malas untuk membuka diri, bosan, dan gelisah. Virnanda (2020) menjelaskan adanya korelasi positif antara kesepian dan *fear of missing out*.

Selain kesepian, rendahnya tingkat *psychological well-being* dapat disebabkan oleh adanya rasa takut jika tertinggal informasi sehingga individu akan mengecek media sosial secara intens (Roberts & David, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Oberst et al. (2017) mengungkapkan bahwa dampak negatif akibat penggunaan media sosial secara berlebihan salah satunya dipengaruhi oleh rasa takut tertinggal akan informasi terbaru atau disebut dengan *fear of missing out* (FoMO). *Fear of missing out* (FoMO) merupakan perasaan yang tidak menyenangkan ketika individu melihat orang lain mengetahui sesuai, memiliki sesuatu, atau melakukan sesuatu lebih banyak daripada dirinya. Istilah FoMO pada saat ini lebih mengarah kepada fenomena yang terjadi di media sosial. FoMO diketahui memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu (Savitri, 2019). Menurut Przybylski et al. (2013), individu yang mengalami FoMO dapat disebabkan oleh tidak terpenuhinya dua kebutuhan psikologis, yaitu kebutuhan yang berhubungan dengan luar diri individu atau *relatedness* dan kebutuhan yang berhubungan dengan dalam diri individu atau *self*, yang terdiri dari *competency* dan *autonomy*.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, FoMO dan kesepian memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap tingkatan *psychological well-being*. Selain itu, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa FoMO dan kesepian masing-masing terdapat hubungan yang signifikan dengan PWB. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh FoMO dan kesepian secara bersamaan terhadap PWB pada remaja akhir pengguna media sosial Twitter di Jawa Barat. Adapun alasan peneliti memilih remaja pengguna Twitter sebagai subjek penelitian karena menurut hasil studi pendahuluan, informasi yang didapatkan di Twitter lebih cepat serta lebih mudah mendapatkan teman virtual baru. Kemudian peneliti memilih Jawa Barat sebagai lokasi penelitian karena menurut *Drone Emprit Academic Universitas Islam Indonesia* (2020) Jawa Barat berada di posisi kedua untuk penggunaan Twitter terbanyak setelah DKI Jakarta dengan rata-rata sebanyak 22.100 cuitan di tahun 2020 (lihat <https://dea.uii.ac.id>, diakses 1 Februari 2022).

2. METODE

2.1 Partisipan

Partisipan pada penelitian ini adalah remaja akhir dengan rentang usia 15-19 tahun, merupakan pengguna Twitter aktif, dan tinggal di provinsi Jawa Barat. Peneliti menetapkan sampel penelitian menggunakan teknik *incidental sampling* dan rumus Lemeshow karena populasinya tidak diketahui, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 385 partisipan. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh

partisipan berjenis kelamin perempuan dengan 290 partisipan dan sisanya partisipan berjenis kelamin laki-laki dengan 95 partisipan.

2.2 Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Terdapat dua variabel independen dan satu variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini terdiri dari X_1 yaitu *fear of missing out*, X_2 yaitu kesepian, sedangkan variabel dependen (Y) dalam penelitian ini yaitu *psychological well-being*.

2.3 Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuisioner yang dikembangkan oleh peneliti terdahulu dan diadaptasi oleh peneliti, kemudian disebarluaskan secara daring melalui *Google Formulir*. Skala yang digunakan adalah skala *fear of missing out*, skala kesepian, dan skala *psychological well-being*.

Instrumen pertama yang digunakan adalah skala *fear of missing out*. Skala ini dimodifikasi dari 10 item pernyataan yang disusun oleh Przybylski et al. (2013). Kuisioner ini diukur menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban antara 1 (Sangat Tidak Sesuai) sampai 5 (Sangat Sesuai). Keseluruhan item merupakan item *favorable* dengan nilai item antara 0,470-0,748 dan reliabilitas sebesar 0,778. Instrumen kedua adalah skala kesepian. Skala ini dikembangkan oleh Bruno (2000) kemudian dimodifikasi. Skala ini terdiri dari 32 item dengan jumlah item *favorable* sebanyak 16 item dan item *unfavorable* sebanyak 16 item. Kuisioner ini diukur menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban antara 1 (Sangat Tidak Sesuai) sampai 5 (Sangat Sesuai). Skala ini memiliki nilai item antara 0,311- 0,711 dan reliabilitas sebesar 0,823. Instrumen ketiga adalah skala *psychological well-being*. Skala yang dikembangkan oleh Ryff (2014) dan dimodifikasi untuk kemudian digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 24 item dengan jumlah item *favorable* sebanyak 8 item dan item *unfavorable* sebanyak 16 item. Kuisioner ini diukur menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban antara 1 (Sangat Tidak Sesuai) sampai 5 (Sangat Sesuai). Skala ini memiliki nilai item antara 0,314- 0,755 dan reliabilitas sebesar 0,831.

2.4 Prosedur

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara online. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik regresi berganda. Teknik ini digunakan untuk melihat ada tidaknya pengaruh X_1 dan X_2 terhadap Y.

3. HASIL

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini (lihat Tabel 1), responden paling banyak berada pada usia 19 tahun dengan jumlah 135 responden dan berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 290 responden. Kemudian, responden paling banyak berdomisili di Bandung Raya dengan jumlah 118 responden. Sementara itu, sebanyak 357 responden mengaku aktif menggunakan Twitter dengan durasi penggunaan Twitter paling banyak sekitar 1-3 jam dalam sehari dengan jumlah 190 responden. Selain itu, sebanyak 334 responden juga mengaku bahwa mereka aktif dalam mengikuti trend atau berita terkini di Twitter.

Tabel 1. Deskripsi Demografi Responden

Variabel	N	%
Usia		
15	43	11.2%
16	64	16.6%
17	79	20.5%
18	64	16.6%
19	135	35.1%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	95	24.7%
Perempuan	290	75.3%
Domisili		
Bandung Raya	118	30.6%
Garut	37	9.7%
Tasikmalaya	5	1.3%
Sukabumi	40	10.3%
Bogor	40	10.3%
Majalengka	14	3.6%
Ciamis/Banjar	24	6.2%
Bekasi	53	13.8%
Aktif Menggunakan Twitter		
Ya	357	92.73%
Tidak	28	7.27%
Durasi Penggunaan Twitter		
1-3 jam sehari	190	49.3%
3-5 jam sehari	115	30%
5-7 jam sehari	52	13.5%
>7 jam sehari	28	7.2%
Aktif Mengikuti Trend/ Berita Terkini di Twitter		
Ya	334	86.8%
Tidak	51	13.2%

Tabel 2. Gambaran Umum Variabel

Variabel	N	%
<i>Fear of Missing Out</i>		
Rendah ($X < 32$)	167	48%
Tinggi ($X > 32$)	218	52%
Kesepian		
Rendah ($X < 79$)	153	40%
Tinggi ($X > 79$)	232	60%
<i>Psychological Well-Being</i>		
Rendah ($X < 73$)	195	51%
Tinggi ($X > 73$)	190	49%

Mengenai gambaran umum penelitian (lihat tabel 2), responden lebih banyak memperoleh skor FoMO yang tinggi sebanyak 218 responden. Begitu pula pada variabel kesepian, responden didominasi oleh kesepian dengan tingkat tinggi sebanyak 232 responden. Sementara itu, skor PWB didominasi oleh tingkat rendah dengan jumlah 195 responden.

Berdasarkan analisis statistika yang telah dilakukan, *fear of missing out* dan kesepian memberikan efek yang signifikan terhadap *psychological well-being*. Hasil uji regresi linier sederhana menggunakan SPSS versi 28 menunjukkan bahwa nilai *R square* variabel FoMO sebesar 0,046 atau FoMO memberikan pengaruh sebesar 4,6% terhadap PWB. Adapun nilai koefisien regresi sebesar -0,407 artinya setiap kenaikan skor FoMO akan menyebabkan rendahnya PWB sebesar 0,407. Sementara itu, nilai *R square* variabel kesepian sebesar 0,369

atau kesepian memberikan pengaruh sebesar 36,9% terhadap PWB. Adapun nilai koefisien regresinya sebesar -0,456 artinya setiap kenaikan skor kesepian akan menyebabkan rendahnya PWB sebesar 0,456. Selain itu, hasil analisis regresi linear berganda variabel *fear of missing out* dan kesepian secara bersamaan terhadap *psychological well-being*. Hasil uji regresi menunjukkan nilai R square dari kedua variabel sebesar 0,405 atau variabel FoMO dan kesepian memberikan pengaruh sebesar 40,5% terhadap tingkatan PWB dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($P < 0,05$) atau pengaruh yang diberikan signifikan.

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana *Fear of Missing Out* dan Kesepian terhadap *Psychological Well-Being*

Variabel	R	R ²	F	a	B	t	P
<i>Fear of Missing Out</i> ^a	0,215	0,046	18,600	85,243	-0.407	-4,313	< 0,001
Kesepian ^a	0,607	0,369	223,627	110,243	-0,456	-14,954	< 0,001
<i>Fear of Missing Out</i> dan Kesepian ^b	0,636	0,405	129,929	121,348		35,572	< 0,001

Keterangan:

a = analisis regresi linier sederhana, b = analisis regresi linier berganda

4. DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa FoMO dan kesepian berpengaruh terhadap PWB. Adapun kontribusi yang diberikan sebesar 40.5%. Artinya FoMO dan kesepian memberikan pengaruh cukup besar terhadap PWB dan kesepian memberikan kontribusi pengaruh paling banyak. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Quoidbach et al. (2019) bahwa hubungan sosial berhubungan kuat dengan kebahagiaan dan saling timbal balik, sehingga hubungan sosial yang baik akan memberikan sikap yang positif bagi individu dan meningkatkan aspek kesejahteraan lainnya. Sebaliknya, hubungan sosial yang tidak terbangun dengan baik akan menciptakan sikap yang negatif pada individu dan akhirnya berdampak pada aspek kesejahteraan lainnya. Penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Hunt et al. (2018) menemukan bahwa pelajar yang membatasi penggunaan media sosial akan berhenti melakukan perbandingan sosial antara dirinya dengan orang lain yang dianggap memiliki pengalaman lebih baik dan mendapatkan lebih banyak teman di lingkungan mereka, sehingga kesejahteraan mereka pun ikut meningkat.

Przybylski et al. (2013) menjelaskan bahwa *Fear of Missing Out* memberikan efek negatif terhadap suasana hati sehingga akan menurunkan rasa puas dalam hidup dan juga kesejahteraan atau well-being. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lyrra et al. (2021) menemukan bahwa individu yang mengalami kesepian cenderung tidak memiliki optimisme mengenai masa depannya, tidak dapat mengelola tugas dan tanggung jawabnya, serta tidak mampu menyukai dirinya sendiri.

Faktor demografi seperti usia dan jenis kelamin serta faktor penggunaan media sosial dapat berperan terhadap tingkatan PWB. Tingginya penggunaan media sosial pada remaja seperti Twitter dapat menyebabkan remaja ingin selalu terhubung dengan media sosial dan akhirnya ia akan merasa takut jika tertinggal informasi. Penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat menurunkan kualitas dan kuantitas hubungan sosial secara langsung yang akhirnya menyebabkan remaja mengalami kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Kardas et al. (2019)

mengemukakan bahwa terdapat prediktor lain yang memberikan kontribusi cukup besar terhadap tingkatan PWB yaitu *gratitude* dan kontribusi dari variabel lainnya yaitu optimisme dan *life satisfaction*.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari *fear of missing out* dan kesepian secara bersama-sama terhadap *psychological well-being*. *Fear of missing out* dan kesepian memberikan pengaruh sebesar 40,5% dengan kontribusi paling banyak diberikan oleh variabel kesepian. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat pengaruh antara *fear of missing out* dan kesepian terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir pengguna media sosial Twitter di Jawa Barat.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, FoMO dan kesepian memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap tingkatan *psychological well-being*. Selain itu, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa FoMO dan kesepian masing-masing terdapat hubungan yang signifikan dengan PWB. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh FoMO dan kesepian secara bersamaan terhadap PWB pada remaja akhir pengguna media sosial Twitter di Jawa Barat. Kemudian hasil penelitian ini menunjukkan bahwa FoMO dan kesepian berpengaruh terhadap PWB. Adapun kontribusi yang diberikan sebesar 40.5%. Artinya FoMO dan kesepian memberikan pengaruh cukup besar terhadap PWB dan kesepian memberikan kontribusi pengaruh paling banyak.

REFERENSI

- Beam, C. R., and Kim, A. J. (2020). Psychological sequelae of social isolation and loneliness might be a larger problem in young adults than older adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), 58-60.
- Guerra-Bustamante, J., León-del-Barco, B., Yuste-Tosina, R., López-Ramos, V. M., and Mendo-Lázaro, S. (2019). Emotional intelligence and psychological well-being in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1-12.
- Haghighyeghi, M., and Zadeh, A. M. (2021). Loneliness and psychological well-being: Examining mindfulness and presence of meaning in life as multiple mediators. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 25(7), 543-551.
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., and Young, J. (2018). No more FOMO: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751-768.
- Kardas, F., Zekeriya, C. A. M., Eskisu, M., and Gelibolu, S. (2019). Gratitude, hope, optimism and life satisfaction as predictors of psychological well-being. *Eurasian Journal of Educational Research*, 19(82), 81-100.
- Lyrta, N., Thorsteinsson, E. B., Eriksson, C., Madsen, K. R., Tolvanen, A., Löfstedt, P., and Välimaa, R. (2021). The association between loneliness, mental well-being, and self-esteem among adolescents in four nordic countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 1-12.

- Nurhadi, Z. F. (2017). Model komunikasi sosial remaja melalui media twitter. *Jurnal Aspikom*, 3(3), 539-549.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., and Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., and Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Quoidbach, J., Taquet, M., Desseilles, M., de Montjoye, Y. A., and Gross, J. J. (2019). Happiness and social behavior. *Psychological science*, 30(8), 1111-1122.
- Resmadewi, R. (2019). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kesepian pada mahasiswi Prodi Kebidanan Poltekkes Surabaya yang tinggal di asrama. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 13(2), 122-135.
- Roberts, J. A., and David, M. E. (2019). The social media party: Fear of missing out (FOMO), social media intensity, connection, and well-being. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 36(4), 386-392.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Sampasa-Kanyinga, H., and Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 380-385.
- 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.
- Sutanto, S. H., dan Suwartono, C. (2019). Hubungan antara kesepian dan keterlibatan ayah pada remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 6(1), 53-68.
- Twenge, J. M., and Martin, G. N. (2020). Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of Adolescence*, 79, 91-102.
- Virnanda, R. (2020). Hubungan antara kesepian dengan ketakutan akan ketinggalan momen pada pengguna instagram di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 671-683.
- Williams, S. E., & Braun, B. (2019). Loneliness and social isolation-A private problem, a public issue. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 111(1), 7-14.