

DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, K. A., Sandri, R., & Kartika, F. C. (2023). Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Dewasa Awal: Ditinjau dari Kontrol Diri. *Seminar Nasional Sistem Informasi (Senasif)*, 7, 4026–4034. <https://jurnalfti.unmer.ac.id/index.php/senasif/article/view/493>
- Afifah, A., & Tjoen Tjie, L. (2024). Kontribusi Fear of Missing Out dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8, 41042–41052.
- Agung, I. M., & Sahara, D. (2023). Validitas Konstrak Skala Kecanduan Media Sosial. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2), 76–85. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i2.21746>
- Aini, Q., Husnawati, & Suhaili. (2023). Hubungan Media Sosial TikTok Terhadap Konsentrasi Belajar. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2, No. 1, 1–12. <https://jurnal.iaihnwpancor.ac.id/index.php/taujih>
- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan Media Sosial (FoMO) pada Generasi Milenial. *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 04, No. 01, 86–106. https://digilib.uinsa.ac.id/26312/1/Aisyah%20Firdaus%20Hariadi_J71214031.pdf
- Akbar, R. S., Aulya, A., Apsari, A., & Sofia, L. (2018). Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMO) pada Remaja Kota Samarinda. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7, No. 2, 38–47. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/view/2404>
- Alaika, O., Doghmi, N., & Cherti, M. (2020). Social Media Addiction Among Moroccan University Students: a Cross Sectional Survey. *PAMJ One Health: Pan African Medical Journal*, 1, 1. <https://doi.org/10.11604/pamj-oh.2020.1.4.21930>
- Alhadi, H. A., & Usiono, U. (2025). Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Produktivitas Gen-Z. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 49–54. <https://doi.org/10.62017/merdeka>

- Ali, M. M., Hariyati, T., Pratiwi, M. Y., & Afifah, S. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Penerapan Nya dalam Penelitian. *Education Journal*, 2(2).
- Amadea, S., Saputera, M. D., & Chris, A. (2023). *Gambaran Fear of Missing Out Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Tahun 2022*. 4(3), 2387–2392.
- Amelia, D. T., & Akbar, A. (2023). Fear of Missing Out (FoMO) pada Masa Dewasa Awal. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, E-ISSN: 2988-2354, 28–37. <https://jurnal.causalita.com/index.php/cs/article/view/5>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *JURNAL PILAR: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Andaryani, D., & Tairas. (2013). Perbedaan Tingkat Self Control pada Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan yang Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 2(3), 206–214.
- Anggreni, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (E. D. Kartiningrum, Ed.; 1st ed.). STIKes Majapahit Mojokerto.
- Astuti, S. W., Nuraeni, R., & Rina, N. (2022). Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pasca Pandemi Covid. *PROMEDIA: Public Relation Dan Media Komunikasi*, 8(2), 220–240.
- Aulia'ul Haque, S., Ramadhan, G., & Matulessy, A. (2021). Interaksi sosial dengan adiksi media sosial pada mahasiswa. *Jurnal Fenomena*, 30(1). <https://doi.org/10.30996/fn.v30i1.5510>
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3315>
- Azmi, N. (2019). *Hubungan Antara Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa* [Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim]. <http://repository.uin-suska.ac.id/25550/1/GABUNGAN%20TANPA%20BAB%20IV.pdf>

- Badan Pusat Statistik. (2024). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin, 2023*.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Basri, N. F., Sugiarto, Sugiarto, A., & Suharsono. (2023). *Hubungan Kecanduan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan Magelang Poltekkes Kemenkes Semarang*. 6(1), 59–64. <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA>
- Basri, N. F., Sunarko, Sugiarto, A., & Suharsono. (2023). Hubungan Kecanduan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan Magelang Poltekkes Kemenkes Semarang. *Jurnal Psimawa*, 6(1), 59–64. <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA>
- Baun, I. V. P., & Rahayu, M. N. M. (2023). Hubungan Social Comparison dengan Self Esteem pada Emerging Adult di Kota Kupang yang Mengakses Media Sosial. *Jurnal Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan & Konseling*, 8, No. 1, 377–394.
- Bestari, I. U., & Widayat, I. W. (2018). Hubungan Antara Fear of Missing Out dengan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 7, 19–29.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). I Don't Want to Miss a Thing": Adolescents' Fear of Missing Out and Its Relationship to Adolescents' Social Needs, Facebook Use, and Facebook Related Stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1–8.

- Bintang, J. M. (2023). Pengaruh Sosial Media pada Masa Dewasa Awal. *PENSA: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 5, Nomor 3, 1–9.
<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pensa/article/view/4345>
- BPS Sumatera Barat. (2022). *Umlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Sumatera Barat (Jiwa)*, 2022.
- Cahyani, R. O., & Pangestuti, R. (2023). *Fear of Missing Out (FoMO) dengan Social Comparison pada Mahasiswa Pengguna Instagram*. 20(1), 567–578.
<https://doi.org/10.18860/psi.v20.i1.20567>
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 140–157.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36563/publiciana.v9i1.79>
- Data Reportal. (2021). *Kebiasaan Media Sosial Anak Muda di Asia Tenggara*.
- Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiamiyu, M. F., & Elhai, J. D. (2019). Fear of Missing Out (FoMO) and Rumination Mediate Relations Between Social Anxiety and Problematic Facebook Use. *Addictive Behaviors Reports*, 9.
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100150>
- Duri, R. (2021). Perbedaan Kontrol Diri (Self Control) Siswa Ditinjau Dari Perlakuan Orang Tua (Otoriter). *Jurnal At-Taujih*, 4(2), 71–80.
<http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>
- Dwilianto, R., Matondang, A. U., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Dewasa Awal. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7, No. 3, 8816–8827.
- Efendi, S., & Manning, C. (1989). *Prinsip-Prinsip Analisis Data, Metode Penelitian Survei (Edisi Revisi)* (M. Singaribun & S. Effendi, Eds.). LP3ES.

- Farida, H., Warni, W. E., & Arya, L. (2021). Self-Esteem dan Kepuasan Hidup dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 4(1), 60–76.
- Firdaus, M. F., Himawati, D., & Arianty, M. (2022). Kontrol Diri pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *Humanis*, 14, 40–45.
- 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, No 4, 1–21.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media Group.
- Gunawan, R. N. G., & Priyanggasari, A. T. S. (2024). Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa dan Kaitannya dengan Kontrol Diri. *SENASIF: Seminar Nasional Sistem Informasi*, 5356–5367.
- Gupta, M., & Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. *World Journal of Clinical Cases*, 9(19), 4881–4889. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i19.4881>
- Hartinah, S., Sriati, A., & Kosasih, C. E. (2019). Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI*, VII (1), 123–133. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>

- Hasbi, A. Z. El, Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). Penelitian Korelasional (Metodologi Penelitian Pendidikan). *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6). <https://publisherqu.com/index.php/AI-Furqan>
- Heryana, A. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 1–11. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- Hulukati, W., & Djibrani, Moh. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 2, Nomor 1, 73–114. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jbk/article/view/1787/0>
- Hutagalung, N. A., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62. <https://doi.org/10.25311/jkh.vol2.iss1.564>
- Isnéniah, D., Nuryani, R., & Lindasari, S. W. (2024). Correlational Study: Self-Esteem and Fear of Missing Out (FoMO) in Emerging Adulthood. *HJK: Holistik Jurnal Kesehatan*, 209–217. <https://ejurnal.malahayati.ac.id/index.php/hjk/article/view/264>
- Jamaludin, Syarifah, A., & Karyadi. (2022). Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan*

Pengabdian Masyarakat, 06, No. 02, 138–155.

<http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>

Jannah, M., Alfiandi, R., & Novitayani, S. (2023). Hubungan Kecanduan Media Sosial dengan Fear of Missing Out pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2).

Januarti Drakel, W., Heny Pratiknjo, M., & Mulianti, T. (2018). Perilaku Mahasiswa dalam Menggunakan Media Sosial di Universitas Sam Ratulangi Manado. *Holistik*, XI (21A), 1–20.

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).
<https://doi.org/10.1186/s41155-021-00181-0>

Khairun, D. Y., & Hakim, I. Al. (2019). Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Untirta*, 4, Nomor 2, 105–111.
<https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1208259&val=10461&title=PROFIL%20TUGAS%20PERKEMBANGAN%20MAHASISWA%20PRODI%20PENDIDIKAN%20KIMIA%20UNIVERSITAS%20SULTAN%20AGENG%20TIRTAYASA>

Komala, K., Rafiyah, I., & Witdiawati. (2022). Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *JNC*, 5(1), 1–11.

Kovan, A., Yıldırım, M., & Gulbahce, A. (2024). The Relationship Between Fear of Missing Out and Social Media Addiction Among Turkish Muslim Students:

A Serial Mediation Model Through Self-Control and Responsibility. *Social Sciences & Humanities Open*, 1–9.

Krisnadi, B., & Adhandayani, A. (2022). Kecanduan Media Sosial pada Dewasa Awal: Apakah Dampak Dari Kesenian? *JCA Psikologi*, 3, Nomor 1, 47–55.

<https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/187>

Kustiawan, W., Nurlita, A., Siregar, A., Siregar, S. A., Ardianti, I., Hasibuan, M. R., & Agustina, S. (2022). Media Sosial dan Jejaring Sosial. *Maktabatun: Jurnal Perpustakaan Dan Informasi*, 2, No. 1 (ISSN: 2797-2275 (Online)), 26–30.

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, Nomor 02 (p-ISSN: 2252-6129), 749–764. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54049>

Kusumawaty, I., Achmad, V. S., Ginting, D. S., Yunike, Liana, Y., Indriyani, D., Martiningsih, W., Solehun, & Lalla, N. S. N. (2022). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. PT. Global Eksekutif Teknologi.

Lestari, A., Suarni, W., & Herik, E. (2023). Kontrol Diri dalam Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi*, 4(3), 499–507.

Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2, No. 1, 1–13.

- Luth, F. I. P., & Maryam, E. W. (2024). *Fear of Missing Out (FoMO), Loneliness, and Social Media Addiction in Early Adults*. 1–10.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21070/ups.5532>
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Meilana, M. S. (2021). Media Sosial bagi Penerimaan Diri, Harga Diri dan Kebahagiaan Remaja: Apakah akan Merusak atau Membangun? *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4 (2), 132–143. <https://doi.org/10.33541/jsvol2iss1pp1>
- Merryaninda, C. D., & Fitrianti, D. (2022). *Hubungan Kontrol Diri Terhadap Ketergantungan Media Sosial pada Dewasa Awal*.
<https://repository.paramadina.ac.id/676/>
- Miftahurrahmah, H., & Harahap, F. (2020). Hubungan Kecanduan Sosial Media dengan Kesenangan pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(1), 153–160.
<http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Miskanik. (2022). Kontrol Diri Sebagai Mediator Konsep Diri, Resiliensi, Dukungan Sosial Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 5(1), 120–129.

- Misrawati, D., Mariyam, R. R., & Deviana, D. (2018). Dampak Adiksi Media Sosial Terhadap Penerimaan Diri dan Kelekatan dalam Relasi Sosial (Adult Attachment). *Biopsikososial*, 2, No. 2.
- Nabilah, Z., Jannah, S. R., & Aiyub. (2023). Gambaran Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala. *JIM FKep*, VII (2), 140–144.
- Nadzirah, S., Fitriani, W., & Yeni, P. (2022). Dampak Sindrom FoMO Terhadap Interaksi Sosial pada Remaja. *Intelegensia: Jurnal Pendidikan Islam*, 10, No. 01, 54–60. <https://ejournal.unisnu.ac.id/JI/article/view/3350>
- Nafisa, S., & Salim, I. K. (2022). Hubungan Antara Fear of Missing Out dengan Kecanduan Media Sosial. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 2, No. 1, 41–48. <https://journal.uir.ac.id/index.php/jicop/article/view/9406>
- Nasution, H. F. (2016). Instrumen Penelitian dan Urgensinya dalam Penelitian Kuantitatif. *Al-Masharif: Jurnal Ekonomi Dan Keislaman*, 4(1), 59–75.
- Nilam Sari, N., & Dwi Purwaningtyas, F. (2023). Self-Control dengan Kecanduan Media Sosial Instagram pada Mahasiswa Universitas Wijaya Putra Surabaya. *Journal of Gender Equality and Social Inclusion (Gesi)*, 2, 1–7.
- Pantu, E. A. (2018). Kecanduan Sosial Media Ditinjau Dari Perbedaan Gender. *SemNasPsi (Seminar Nasional Psikologi)*, 188–196. <https://journal.uml.ac.id/PSN/article/view/44>
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal (Developmental Characteristics of Early Adulthood). *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3, Nomor 1, 1–9.

PDDIKTI. (2024). *Jumlah Mahasiswa di Indonesia*.

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.

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. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>

Purwanda, C., & Ningsih, Y. T. (2024). Kontribusi Self Control Terhadap Kecanduan Media Sosial TikTok pada Mahasiswa Tahun Akhir Universitas Negeri Padang. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 11(2), 573–578. <https://doi.org/10.31604/jips.v11i2.2024>

Puspitasari, C. A., Alwin, D. A., Kamaludin, M., Pratama, M. R., & Azahra, S. A. (2025). Pengaruh Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kepuasan Hidup Mahasiswa Gen Z di Media Sosial. *Jiic: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(1), 1298–1310. <https://jicnusanantara.com/index.php/jiic>

Putra, I. F. (2023). Kecanduan Media Sosial pada Generasi Milenial: Bagaimana Peranan Kontrol Diri dan Fear of Missing Out? *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(01), 93–105.

Putri, I., Dendi, Syukerti, N., Mulyadi, A. I., & Maulana, I. (2022). Media Sosial Sebagai Media Pergeseran Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi Balayudha*, 2 (2), 1–10.

- Radio Republik Indonesia. (2024). *Data Statistik Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia Tahun 2024*.
- Rafiyah, I. (2022). Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Setelah Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Cakrawala Ilmu*, 2 (3), 1049–1054.
- 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(2), 460–465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>
- Rahim, A., Putra, F., & Solina, W. (2022). Ketercapaian Tugas Perkembangan Mahasiswa pada Masa Dewasa Awal di Universitas PGRI Sumatera Barat (Studi pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018). *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 5, Nomor 1, 70–79. <https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/juang/article/view/7962>
- Rizal, R., Shandy, V. R., Rusdi, M. S., & Afriyeni, H. (2024). Kajian Kepuasan Pasien Terhadap Pelayanan Kefarmasian di Apotek Rawat Jalan RSUD Sungai Dareh. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Eksakta*, 3(2), 58–67. <https://doi.org/10.47233/jppie.v3i2.1518>
- Rumyeni, Lubis, E. E., & Rimayanti, N. (2017). Ketergantungan Media Online di Kalangan Mahasiswa Universitas Riau. *Jurnal Komunikasi dan Bisnis*, 3(1), 25–37.
- Şahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The Reliability and Validity Study. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 17 (1), 169–182.

- Sapitri, R. (2021). *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri Remaja MTs Darul Hikmah Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Saputra, A. (2019). Survei Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses and Gratifications. *BACA: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 40 (2), 207–216.
<https://doi.org/10.14203/j.baca.v40i2.476>
- Sarina, Abas, M., & Pambudhi, Y. A. (2023). Self Esteem dan Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) Mahasiswa Psikologi. *Jurnal Sublimapsi*, 4 (1), 69–77.
- Sawal, L., & Rudin, A. (2022). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Rendahnya Self Control Siswa. *Jurnal Attending*, 1(3), 385–392.
- Setiadi, A. (2016). Pemanfaatan Media Sosial untuk Efektivitas Komunikasi. *Jurnal Humaniora*, 16, No. 2.
- Siallagan, A. M., Derang, I., & Nazara, P. G. (2021). Hubungan Kontrol diri dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa di STIKes Santa Elisabeth Medan. *Darma Agung Husada*, 8(1), 54–61.
- Silvialorenza, D. D., Aini, E. Q., & Khoirunnisa, S. (2021). Perkembangan Peran Mahasiswa Universitas Islam Majapahit Terhadap Kegiatan Ekonomi Islam. *JIEB: Jurnal Ilmiah Ekonomi Bisnis*, 7(2), 179–189.
- Sirait, P. N. S., & Brahmana, K. M. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Perilaku Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3, Nomor 4(E-ISSN

2807-4238 and P-ISSN 2807-4246), 6535–6548. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4301>

Sirait, R., & Triwahyuni, P. (n.d.). *Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur*.

Suarni, W., Ilyas, I. A., & Sunarjo, I. S. (2023). Kontrol Diri dan Fenomena Kecenderungan Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi*, 4, No. 1, 29–39. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v4i1.27503>

Sujarwo, S., & Rosada, M. (2023). Hubungan Kontrol Diri dengan Fear of Missing Out pada Pengguna Media Sosial. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi*, 10(1), 178–189. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1>

Surya Putra, R., Rachellia Putri Pratama, S., Putri Intania, C., Febrianti, D., & Yuniar Setyaputri, N. (2025). Peningkatan Kontrol Diri untuk Mengatasi FoMO di Era Media Sosial Melalui Layanan Konseling Multibudaya. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 4.

Susanti, M., Dianto, M., & Triyono. (2023). Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 13341–13346.

Syahfira, J., & Sairah, S. (2024). Hubungan Antara Self-Regulation dengan Sindrom FoMO (Fear of Missing Out) pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Jurnal Islamika Granada*, 4(2), 52–59. <https://doi.org/10.51849/ig.v4i2.172>

Syapitri, H., & Amila. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Press. www.ahlimediapress.com

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 2, 271–324.

Tuahuns, S. Z. W., & Salim, A. (2023). Pengaruh Kepuasan Hidup Terhadap Fear of Missing Out Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram dan Tiktok. *JRIP: Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 3(3), 298–308.

Ulva, M., Dimala, C. P., & Maulidia, A. S. (2024). Penggunaan Media Sosial yang Bermasalah pada Dewasa Awal: Ditinjau dari Fear of Missing Out dan Loneliness. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 7, No. 1, 194–202.

UNESCO. (2024). *Higher Education*.

Warella, V. W., & Pratikto, H. (2021). Kesepian dan kecemasan sosial: Dapatkah menjadi prediktor kecanduan media sosial? *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(1), 1–13.

We are Social. (2024). *Digital 2024: 5 Billion Social Media Users*. <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>

Widiayanti, Gushevinalti, & Perdana, D. D. (2024). Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) pada Generasi Z Pengguna Media Sosial Instagram. *SOURCE: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(1), 54–64. <http://jurnal.utu.ac.id/jsource>

Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5, No. 2, 41–46.

- Yadi, A. (2017). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pertukaran Informasi Dikalangan Mahasiswa di Kota Makassar. *STMIK Profesional Makassar*.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif*. 3(2).
- Yong, M., & Wijaya, E. (2023). Hubungan Self-Esteem dan Fear of Missing Out (FoMO) pada Pengguna Instagram. *Jurnal Multilingual*, 3(1), 100–103.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *American Psychological Association*, 1(3), 237–244.
<https://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
- Yunfahnur, S., Dineva, F. R., & Martina, M. (2022). Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa; Level of Social Media Addiction to Syiah Kuala University Students. *JIM FKep*, 6, No. 3, 8–16.
<https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/19910>
- Yunfahnur, S., R, F. D., & Martina, M. (2022). Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa: Level of Social Media Addiction to Syiah Kuala University Students. *JIM FKep*, 6, 8–16.
- Zalsabila, F., Khumas, A., & Hamid, A. N. (2022). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Menyontek pada Mahasiswa di Kota Makassar. *Pepatudzu : Media Pendidikan Dan Sosial Kemasyarakatan*, 18(1), 51–60.
<https://doi.org/10.35329/fkip.v18i1.2895>
- Zulkifli, N. F. N., & Abidin, M. Z. Z. (2023). Exploring Social Media Addiction among Malaysian University Students. *Forum Komunikasi*, 18(1), 120–146. <https://www.researchgate.net/publication/376597751>