

	Jurnal Al-Taujih	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN: 2715-7571
		Volume 10 No. 2 Hal 119 - 125
	Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/
	Received August 4th 2023; Accepted November 2th 2024; Published Desember 16th 2024	

KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN *FEAR OF MISSING OUT* PADA SISWA PENGGUNA AKTIF MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

Sarini Ulfah, Akhmad Rizkhi Ridhani & Rudi Haryadi

Sariniulfh@gmail.com

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari

Abstract : *Social media, especially Instagram, has become a popular platform among students, where body image and social comparison can have an impact on their mental health. With a tendency to compare themselves to others on social media and unrealistic standards of beauty, students may experience dissatisfaction with physical appearance and feel anxious about missing out on experiences or increasing feelings of FoMO. This research is very important because body image and FOMO can have a major effect on adolescent mental health. This study aims to determine the relationship between body image and fear of missing out (FoMO) in students who are active users of Instagram social media at SMK Negeri 1 Banjarbaru. The method used in this research is correlational quantitative. Subjects in this study amounted to 131 students obtained through simple random sampling technique. The data analysis used in this study is the Spearman Rank correlation analysis technique. The results of data analysis show that there is no significant correlation between body image and FoMO in students who are active users of Instagram social media. This suggests that students' perceptions of their physical appearance have no direct influence on the level of FoMO anxiety they experience in using Instagram.*

Keywords: *Body image, Fear of missing out, Instagram user students*

Abstrak : Media sosial, khususnya Instagram, telah menjadi platform yang populer di kalangan siswa, di mana citra tubuh dan perbandingan sosial dapat berdampak pada kesehatan mental mereka. Dengan kecenderungan untuk membandingkan diri dengan orang lain di media sosial dan standar kecantikan yang tidak realistis, siswa mungkin mengalami ketidakpuasan dengan penampilan fisik dan merasa cemas akan ketinggalan pengalaman atau meningkatkan rasa FoMO. Penelitian ini menjadi sangat penting karena *body image* dan FOMO dapat berpengaruh besar pada kesehatan mental remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 131 siswa yang diperoleh melalui teknik simple random sampling. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi Spearman Rank. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara *body image* dengan FoMO pada siswa pengguna aktif media sosial instagram. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi siswa tentang penampilan fisik mereka tidak memiliki pengaruh langsung terhadap tingkat kekhawatiran FoMO yang mereka alami dalam penggunaan Instagram.

Kata Kunci: Kata Kunci : *Body image, Fear of missing out, Siswa Pengguna Instagram*

A. PENDAHULUAN

Internet adalah salah satu teknologi yang disukai remaja (Taylor, 2013). Sebagai generasi yang tumbuh di era internet dan kemajuan teknologi, generasi muda milenial selalu terhubung. Menurut survei yang dilakukan oleh Australian Psychological Society pada tahun 2015, remaja menggunakan media sosial setidaknya lima kali setiap hari. Instagram saat ini menjadi salah satu aplikasi populer yang menjamur di kalangan remaja tidak terkecuali di Indonesia. Instagram sendiri pada awal tahun 2016 telah naik jumlah pengguna menjadi lebih dari 400 juta pengguna dengan sekitar 80 juta gambar yang diunggah setiap harinya (Ivana Rizki dkk, 2017).

Menurut survei yang dilakukan oleh Australian Psychological Society [APS] pada tahun 2015, remaja menggunakan media sosial setidaknya lima kali setiap hari. Negara Indonesia ada sekitar 12.000 pengguna yang tergabung dalam komunitas pengguna instagram yang bernama instameet (Pratiwi, 2016). Remaja pengguna media sosial lebih cenderung mengalami cyberbullying (Mierxwa & Jujewicz, 2016), masalah citra tubuh, gangguan tidur, kecemasan, gangguan narsistik, kesepian, dan depresi (Lup, Trub & Rosentral, 2015), serta penggunaan SNS yang berlebihan (Hong, 2014).

Banyaknya selebritis yang memiliki bentuk tubuh sempurna, sehingga memunculkan ungkapan 'body goals', yang mengacu pada upaya yang diperlukan untuk mencapai bentuk tubuh yang diinginkan. Individu membangun citra dan rasa terhadap bentuk fisiknya berdasarkan penampilan tubuhnya sendiri, kemudian berlanjut ke tampilan tubuh orang lain, sehingga melahirkan praduga tentang tubuh perempuan (Denich, 2015). Cash mengatakan bahwa *body image* mulai muncul saat balita menerima pesan dan standar kecantikan dari masyarakat dan kemudian mengevaluasi dirinya sesuai dengan norma tersebut (Mukhlis, 2013).

Istilah *body image* pertama kali dipopulerkan oleh Paul Schilder dalam bukunya *The Image and Appearance of the*

Human Body pada tahun 1935 (Tiara, 2014). *Body image* merupakan cara pandang seseorang mengenai penampilan fisiknya, yakni gambaran yang dibuat sendiri oleh individu dalam pemikirannya yang dipengaruhi oleh budaya, lingkungan, media massa, dan sebagainya (Jena, 2019).

Dalam sebuah penelitian oleh Saputra (2020), ditemukan bahwa perempuan Indonesia seringkali merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan tersebut, yang dapat berujung pada masalah harga diri, gangguan makan, dan konsekuensi negatif lainnya. Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh Brown dan Tiggemann (2016), paparan foto selebriti dengan tubuh sempurna dan indah dapat berdampak negatif pada citra tubuh seseorang. Orang dengan citra tubuh yang baik adalah mereka yang puas dengan penampilannya, menerima bentuk tubuhnya, dan menerima kekurangan yang ada pada tubuhnya. Sebaliknya, mereka yang memiliki citra tubuh negatif adalah mereka yang tidak bahagia dengan penampilannya dan memiliki citra tubuh aktual dan ideal yang berbeda (Safitri & Rizal, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Xin, Xing, Pengfei, Houru, Mengcheng, dan Hong (2017), media sosial dapat memperkuat hubungan siswa dengan teman sebayanya dengan memberikan kesempatan untuk berbagi pendapat dan saling mendukung. Remaja akan mengembangkan *fear of missing out* jika mereka menggunakan media sosial untuk waktu yang lama dan konsisten (Siddik, Mafaza, & Sembiring, 2020). Menurut studi yang dilakukan oleh Reer, Tang, dan Quandt (2019), perbandingan sosial merupakan prediktor yang sangat baik untuk FoMO.

Istilah FoMO diciptakan saat Patrick J. McGinnis menuliskan sebuah artikel yang bertajuk McGinnis 'Two FO's Social Theory di Harvard Business School (HBS) pada tahun 2004 (Solikha, 2022). *Fear of missing out* adalah fenomena seseorang yang memiliki rasa ketakutan jika ketinggalan moment berharga dari individu maupun kelompok lain apabila seseorang itu tidak ikut dalam aktivitas atau moment tersebut hal itu ditandai

juga dengan kemauan agar selalu terhubung dalam aktivitas yang dilakukan individu lain dengan menggunakan media sosial yang dimiliki. (Przyblyski, Murayama, DeHaan dan Gladwell, 2013).

Penelitian terkait *fear of missing out* yang pernah dilaksanakan oleh Bobby dkk (2022), di India menunjukkan hasil bahwa FoMO meningkatkan penggunaan SNS yang berorientasi pada konsumsi dan orientasi perbandingan sosial. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan SNS yang berorientasi pada konsumsi memediasi sebagian hubungan antara FoMO dan orientasi perbandingan sosial. Gordon (2020) menegaskan bahwa *fear of missing out* akan menyebabkan remaja berkonsentrasi pada orang lain, menyebabkan mereka kehilangan kesadaran diri, menderita harga diri yang rendah, dan gagal menikmati hidup mereka sendiri.

Komponen pertama dari *fear of missing out* adalah kekhawatiran bahwa dia kehilangan pengalaman penting yang dialami orang lain (Przybylski dkk, 2013). Komponen ini berfokus pada aspek kognitif dari kecemasan (misalnya khawatir, merenung, dll). Komponen kedua adalah dorongan untuk terus berinteraksi dengan orang lain dalam jejaring sosial. Hasil studi yang dilakukan pada Februari-Mei 2017 oleh RSPH (*Royal Society of Public Health*), yaitu sebuah lembaga independen untuk kesehatan masyarakat di Britania Raya, Inggris yang menyatakan bahwa survei tersebut menyebutkan ada sekitar 40% pengguna media sosial mengidap penyakit FoMO (Akbar dkk, 2018). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Przybylski, anak usia 12 hingga 18 tahun memiliki kecenderungan yang sangat tinggi untuk mengembangkan FoMO. Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Royal Society for Public Health terhadap sekitar 1500 remaja dan dewasa muda di Inggris mengungkapkan bahwa pengguna Instagram mengalami kecemasan, masalah citraa tubuh, kesedihan, perundungan, dan FoMO. Penelitian bertajuk #StatusofMind, yang diketuai oleh Chief Executive RSPH.

Berdasarkan pada pengamatan peneliti di SMK Negeri 1 Banjarbaru tepatnya pada saat pelaksanaan kegiatan konseling kelompok, ada beberapa siswa yang mengikuti kegiatan konseling kelompok merasa tidak percaya diri dengan penampilan fisiknya yang menyebabkan mereka memiliki pemikiran negatif terhadap *body image* sehingga membuat penurunan dalam penerimaan *body image* tersebut. Terdapat pula beberapa siswa lain yang memiliki rasa percaya diri tinggi sehingga membuat remaja tersebut ingin selalu mengikuti trend (dance challeges, prank, membuat story dengan berbagai filter, dll) terbaru di sosial media. Selain itu perasaan untuk ingin selalu terhubung dengan sosial media juga dirasakan oleh banyak siswa walaupun hanya sekedar scrolling saja.

Dari fakta-fakta diatas peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai korelasi antara *body image* dengan *fear of missing out* dengan subjek siswa-siswi pengguna aktif media sosial khususnya instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang mempergunakan angka sebagai data dan hasil penelitian (Jannah, 2018). Desain penelitian korelasi dibuat untuk meneliti bagaimana kemungkinan hubungan terjadi antar variabel dengan memperhatikan koefisien korelasi.

Sugiyono (2016) berpendapat bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang telah memiliki karakteristik tertentu berdasarkan ketentuan dari peneliti yang bertujuan untuk dipelajari dan dirumuskan menjadi kesimpulan. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI yang merupakan pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru. yang berjumlah 195 siswa. Setelah melakukan perhitungan sampel dengan rumus slovin didapatkan hasil 131 siswa.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi.

Skala yang dipilih untuk penelitian ini yaitu skala Likert. Kedua variabel disusun berdasarkan skala Likert yang memuat empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala dari variabel *body image* yang digunakan adalah ialah The Multidimensional *Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBRSQ-AS) oleh Cash & Pruzinsky (2002) yang telah diadaptasi oleh Huwaida (2022) serta dimodifikasi sesuai kebutuhan penelitian. Skala ini memiliki lima aspek, yakni *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh). Skala *fear of missing out* yang digunakan ialah skala yang diungkap oleh Przybylski (2013) yaitu *Fear of missing out Scale* (FoMOs) dan di adaptasi dari Zaitin Humaira (2023).

Instrumen skala melalui proses uji coba terlebih dahulu guna mengetahui validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan dengan dua tahap, tahap pertama yakni melakukan validasi korelasi aitem total dan validasi isi yang dianalisis secara rasional oleh panel atau ahli yang berkompeten (expert judgement). Dalam uji reliabilitas menggunakan rumus alpha cronbach, dimana pada instrumen *body image* mendapatkan nilai alpha 0,523 dalam kategori cukup, sedangkan instrumen FoMO mendapatkan nilai alpha 0,865 dalam kategori sangat tinggi.

Selanjutnya data disebar kepada 131 siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru. Setelah data terkumpul maka dilakukan analisis data. Analisis data yang digunakan yakni uji asumsi yang mencakup uji normalitas dan uji linearitas, dan uji korelasi spearman rank.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Asumsi

Hasil penelitian yang akan dibahas pada bab ini akan menjelaskan secara rinci yang terkait dengan *body image* dan *fear of missing*

out. Acuan yang menjadikan dasar pada penelitian ini adalah mengetahui hubungan *body image* dengan *fear of missing out* pada siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru.

a. Uji Normalitas

Tabel Uji Normalitas

Variabel Penelitian	Koefisien K-S Z	P	Keterangan
<i>Body image</i>	0,071	0,100	Normal
<i>Fear of missing out</i> (FoMO)	0,169	0,000	Tidak Normal

Hasil uji normalitas diatas pada *body image* menunjukkan nilai $p = 0,100$ ($p > 0,05$). Sedangkan hasil pada *fear of missing out* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Variabel *body image* jelas berdistribusi normal karena lebih dari 0,05, namun variabel *fear of missing out* berdistribusi tidak normal karena kurang dari 0,05 maka penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada populasi penelitian.

b. Uji Linearitas

Tabel Uji Linearitas

Variabel Penelitian	Fdeviation from Linearity	P	Keterangan
<i>Body image</i> dan <i>Fear of missing out</i>	1,445	0,105	Linier

Berdasarkan tabel diatas diperoleh Fdeviation from linearity kedua variabel diatas yaitu $F = 1,445$ dengan $P 0,105$ ($p > 0,05$), maka dapat dipahami bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *body image* dengan variabel *fear of missing out* pada siswa pengguna aktif media sosial instagram.

2. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis yang digunakan pada penelitian ini adalah uji sperman rank.

Tabel Uji Hipotesis

Variabel Penelitian	Sperman Rank	P
<i>Body image</i> dan <i>Fear of missing out</i>	-0,098	0,263

Tabel diatas menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,098$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,263$ ($p \geq 0,05$), yang artinya

tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru. Oleh karena itu, berdasarkan uji analisis maka dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini di tolak (H_0 diterima : H_a ditolak). Hal ini bermakna bahwa tingkat *body image* tidak berkorelasi dengan *fear of missing out* (FoMO).

3. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai adanya hubungan antara *body image* dan *fear of missing out* pada siswa pengguna aktif media sosial instagram. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 131 siswa. Semua responden merupakan siswa dan siswi pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru.

Analisis korelasi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *fear of missing out* pada siswa pengguna aktif media sosial instagram. Hal ini ditunjukkan dari nilai korelasi Spearman Rank sebesar $r_{xy} = -0,098$ dan nilai $p = 0,263$ ($p > 0,05$), sehingga dapat dipahami bahwa hipotesis penelitian ditolak.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan Johnson dkk (2019) mengeksplorasi pengaruh penggunaan media sosial pada *body image* dan FoMO pada remaja perempuan. Mereka menemukan bahwa paparan terhadap foto-foto yang di-retouch dan tubuh ideal di media sosial berhubungan dengan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan tubuh) pada remaja perempuan, tetapi tidak ada hubungan yang signifikan dengan FoMO.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukann oleh Lee dan rekan-rekan (2020) menyelidiki pengaruh dukungan sosial terhadap *body image* dan FoMO pada siswa pengguna Instagram. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tinggi dapat membantu mengurangi *body dissatisfaction* dan tingkat FoMO pada siswa, walaupun tidak ada korelasi langsung antara kedua variabel tersebut.

Dalam penelitian lainnya oleh Smith dkk (2018) mengeksplorasi peran self-esteem (harga diri) dalam memoderasi hubungan antara *body image* dan FoMO pada remaja pengguna media sosial. Mereka menemukan bahwa remaja dengan self-esteem yang tinggi cenderung mengalami dampak negatif dari perbandingan sosial yang rendah, yang pada gilirannya berdampak pada tingkat FoMO yang lebih rendah. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Della Salvia H. N dan EeM Munawaroh (2023) pada mahasiswa pengguna media sosial instagram di FIP UNNES yang menyatakan terdapat hubungan positif signifikan yang lemah antara *body image* dengan self esteem sebesar $r_s = 0,245$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Ini berarti bahwa semakin tinggi *body image* mahasiswa, maka semakin tinggi pula self esteem pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Kurniawan Satrio Wicaksono dan Frieda (2019) dengan menggunakan sampel 128 mahasiswa yang menggunakan analisis regresi sederhana, koefisien korelasinya sebesar $r_{xy} = -0,082$ dengan tingkat signifikasnsi $p = 0,355$ ($p < 0,05$), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara harga diri (self esteem) dengan *fear of missing out* (FoMO).

Gambaran mengenai tubuh seseorang memiliki peran penting dalam cara seseorang mengevaluasi dirinya sendiri, di mana citra tubuh atau *body image* ini muncul untuk mempengaruhi cara seseorang merasakan tubuhnya sendiri. Seseorang yang memiliki *body image* positif akan melihat tubuhnya sesuai kondisi yang sebenarnya, merasa bangga dan menerima bentuk tubuhnya, merasa yakin dan nyaman dengan kondisi tubuhnya. Sedangkan seseorang yang memiliki *body image* negatif akan merasa malu, khawatir, dan merasa bahwa hanya orang lain yang memiliki tubuh menarik, sehingga dapat dikatakan citra tubuh merupakan pondasi dasar dari keseluruhan kepribadian manusia (Maemunah, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan platform media sosial terbanyak adalah Instagram. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Aviani (2021) bahwa

pengguna instagram merasa cemas dan cukup khawatir jika tidak terhubung dengan seseorang dan kehilangan informasi dari instagram. Dapat dikatakan bahwa media sosial telah menjadi faktor utama *fear of missing out*.

Penjelasan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun siswa aktif pengguna instagram mungkin memiliki persepsi tertentu tentang tubuh mereka dan mungkin mengalami FoMO terkait penggunaan media sosial, kedua aspek tersebut tidak selalu berkorelasi secara langsung. Faktor-faktor lain seperti pengaruh lingkungan, peran dukungan sosial, budaya, dan pengalaman pribadi mungkin memainkan peran penting dalam mempengaruhi persepsi mereka tentang *body image* dan tingkat FoMO yang mereka alami.

Peneliti melakukan penelitian mengenai *body image* dengan *fear of missing out* berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang menjadi perantara antara kedua variabel tersebut serta minimnya penelitian yang menguji hubungan antara *body image* dengan *fear of missing out* terutama pada pengguna aktif media sosial instagram di Indonesia. Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan, yaitu pendekatan penelitian secara kuantitatif yang digunakan hanya diinterpretasikan dalam angka dan persentase yang kemudian dideskripsikan berdasarkan hasil yang diperoleh, sehingga tidak mampu melihat dinamika psikologis secara lebih kompleks yang terjadi di dalam prosesnya.

D. SIMPULAN

Mengacu pada hasil pembahasan serta analisis data yang telah dilaksanakan, adapula kesimpulan yang diperoleh adalah tidak ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *fear of missing out* (FoMO) pada siswa pengguna aktif media sosial instagram di SMK Negeri 1 Banjarbaru, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,087$ dan $p = 0,314$. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi tentang penampilan fisik tidak secara langsung berdampak pada tingkat kekhawatiran mereka tentang ketinggalan pengalaman di

media sosial. Sehingga dapat dinyatakan bahwa H_a ditolak dalam penelitian ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. S., Aulya, A., Apsari, A., & Sofia, L. (2019). Ketakutan akan kehilangan momen (FoMO) pada remaja kota Samarinda. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7(2), 38.
- Australian Psychological Society [APS]. (2015). Stress & wellbeing: How Australians are coping with life. <https://psychology.org.au/getmedia/ae32e645-a4f0-4f7c-b3ce-dfd83237c281/stress-wellbeing-survey.pdf>
- Bobby, R. R., Zakkariya, K. A., & Mohan, N. (2022). The mediating role of consumption-oriented SNS usage on fear of missing out and social comparison. *International Journal of E-Adoption (IJEa)*, 14(1), 1-20.
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body Image*, 19, 37-43. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144516300936>
- Cash, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep body image remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Gordon, S. (2020, November 30). How FoMO impacts teens and young adults. *Verywell Family*. Diakses pada 13 September 2021, dari <https://www.verywellfamily.com/how-FoMO-impacts-teens-and-youngadults-4174625>
- Hong, Y. Y. (2014). The influence of cultural identity on perceptions of communication behavior stereotypes. *International Journal of Intercultural Relations*, 41, 10-21. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2014.06.001>
- Ivana Rizki, A., & Ruhaena, L. (2017). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan harga diri (Doctoral dissertation, Universitas

- Muhammadiyah Surakarta). Diakses dari <http://eprints.ums.ac.id/53768/>
- Jena, Y. (2019). *Wacana tubuh dan kedokteran*. Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram# instasad?: Exploring associations among Instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252.
- Mierxwa, D., & Jujewicz, J. (2016). A comparative study of machine learning methods for predicting credit risk. *International Journal of Computational Intelligence Systems*, 9(1), 76-90. <https://doi.org/10.1080/18756891.2015.1121018>
- Mukhlis, A. (2013). Pengaruh pelatihan berpikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh (body image dissatisfaction). *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 10(1).
- Pratiwi, E. D. (2016). Faktor yang mempengaruhi niat menggunakan Instagram dengan the theory of reasoned action menggunakan Amos 21. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 2(1), 68-77.
- 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.
- Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out. *New Media & Society*, 21(7), 1486-1505.
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan body image dengan self confidence pada remaja overweight yang mengalami body shaming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2360-2367.
- Siddik, S., Mafaza, M., & Sembiring, L. S. (2020). Peran harga diri terhadap fear of missing out pada remaja pengguna situs jejaring sosial. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 10(2), 127. <https://www.semanticscholar.org/paper/Peran-Harga-Diri-terhadap-Fear-of-Missing-Out-pada-Siddik-Mafaza/99dada86384534c29de6bead1238bf6ca1d8a705>
- Solikha, I. (2022). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan fear of missing out (FoMO) pada siswa SMP NX (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung). Diakses dari <http://repository.unissula.ac.id/26980/>
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Taylor, P. J. (2013). *Empathy: Philosophy, psychology, and the human sciences*. Oxford University Press.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14-18.