MASALIQ
Jurnal Pendidikan dan Sains

e-ISSN : 2808-8115
p-ISSN : 2809-1051

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/masaliq.v4i4.3168

PENGARUH FEAR OF MISSING OUT TERHADAP PERILAKU PHUBBING PADA IBU RUMAH TANGGA KOTA PADANG

The Influence of Fear of Missing Out on Phubbing Behavior Among Housewives in Padang City

Atikah Az-zahra & Free Dirga Dwatra
Universitas Negeri Padang
tika.azz01@gmail.com; freedirga@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jun 2, 2024	Jun 5, 2024	Jun 8, 2024	Jun 11, 2024

Abstract

The existence of phubbing behavior in housewives is seen from housewives who often use smartphones even though they are interacting face to face. The purpose of this study was to determine the influence of fear of missing out on phubbing behavior in housewives. This study is a type of quantitative correlational research. The sample in this study were housewives representing each sub-district of Padang City totaling 110 people with 10 housewives in each sub-district. The data collection technique used by the researcher was a questionnaire. The data analysis technique in this study used the normality test and simple linear regression test. The results showed that Fear of Missing Out (FoMO) in housewives in Padang City was generally in the moderate category. Phubbing behavior in housewives in Padang City was generally in the moderate category. There is an influence between Fear of Missing Out (FoMO) on Phubbing behavior in housewives in Padang City.

Keywords *: Phubbing ; Fear of Missing Out*

Jurnal Masaliq is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Adanya perilaku phubbbing pada ibu rumah tangga yang dilihat dari ibu rumah tangga yang sering menggunakan smartphone padahal mereka sedang melakukan interaksi tatap muka. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui terdapat pengaruh fear of missing out terhadap perilaku phubbing pada ibu rumah tangga. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga mewakili setiap kecamatan kota padang berjumlah 110 orang dengan masing-masing kecamatan 10 orang ibu rumah tangga. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah dengan kuisioner. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji regeresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Fear of Missing Out (FoMO) pada ibu rumah tangga di Kota Padang secara umum ada dalam kategori sedang. Perilaku Phubbing pada ibu rumah tangga di Kota Padang secara umum ada dalam kategori sedang. Terdapat pengaruh antara Fear of Missing Out (FoMO) terhadap perilaku Phubbing pada ibu rumah tangga di Kota Padang.

Kata Kunci: Phubbing; Fear of Missing Out

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi *smartphone* di era 4.0 saat ini tidak mengenal usia, orang tua maupun anak-anak dapat mengakses teknologi tersebut dengan mudah. Semakin sering *smartphone* digunakan dalam kehidupan sehari-hari akan membuat penggunanya sangat bergantung dan menjadikannya sebagai kegiatan yang harus dan rutin untuk dilakukan.

Semakin berkembangnya zaman, inovasi akan fitur–fitur pada *smartphone* kian melengkapi atau bahkan menggantikan berbagai fungsi mental (Wilmer *et al*., 2017). Dalam hal ini, *smartphone* menjadi benda ajaib yang dapat memenuhi kebutuhan–kebutuhan dasar manusia seperti berkomunikasi, berbelanja sandang, pangan dan papan, *chatting* bahkan menonton serial *movie* atau drama yang dahulu biasa dilakukan dengan melalui *televise* (Syifa, 2020). Berbagai inovasi akan fitur–fitur baru tersebut membuat benda yang satu ini semakin diminati dan laku di pasaran. Hal ini terbukti dengan jumlah pengguna *smartphone* di dunia pada tahun 2019 tercatat sebesar 3,2 miliar naik 5,6% dari tahun sebelumnya dan di Indonesia sendiri jumlah pengguna *smartphone* pada tahun 2019 tercatat sebanyak 92 juta orang (Damashinta, 2019).

Orang tua yang asyik bermain *handphone* sembari mengasuh anaknya menjadi pemandangan yang makin sering dijumpai. Tak jarang mereka kemudian abai dengan buah hatinya akibat terlalu asyik dengan dunia maya. Perilaku yang disebut *parental phubbing* ini rupanya memiliki dampak yang signifikan pada tumbuh kembang anak, (Nariswari, 2023).

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi *phubbing* antara lain adiksi *smartphone*, adiksi *internet*, adiksi media sosial, *fear of missing out*, dan *self control*. Pada penelitian ini penulis memilih faktor *fear of missing out*. Menurut Przybylski *et al.* (2013) *Fear of Missing Out* adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kegelisahan setelah melihat ataupun mengecek sosial media yang dimiliki dan melihat keseruan-keseruan yang sedang dilakukan oleh rekan–rekannya di luar sana dan adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh orang lain di dunia maya. Hal ini ini pun dicirikan dengan adanya keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menunjukkan bahwa variabel *fear of missing out* memiliki pengaruh positif terhadap *phubbing* melalui adiksi *smartphone*. Artinya terjadinya *phubbing* karena *fear of missing out* melemahkan individu dengan membangkitkan rasa tidak aman dan disebabkan terkait penggunaan *smartphone* secara terus-menerus.

Perilaku *fear of missing out* dapat terjadi kapan saja bahkan saat seseorang tersebut dalam keadaan sibuk (Martin et al., 2018). *Fear of Missing Out* merupakan perasaan bosan dan kesepian yang berhubungan langsung dengan penggunaan *internet* dan media sosial (Burke, Marlow, dan Lento, 2010; Kross et al., 2013). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perilaku *fear of missing out* memiliki hubungan dengan beberapa kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (Classen et al., 2020), depresi, kecemasan (Ho et al., 2019), gangguan tidur, emosi yang tinggi, tidak adanya kontrol diri dan penurunan kualitas hidup (Kater & Schlarb, 2020).

Fear of Missing Out menjadi sebuah permasalahan sosial karena terbukti menjadi prediktor pada beberapa perilaku yang merugikan salah satunya selalu ingin terhubung dengan media sosial sehingga rela berjam-jam mengakses media sosial untuk mengetahui aktivitas orang lain dan mengabaikan aktivitas diri sendiri. *Fear of Missing Out* dapat menyerang atau mengganggu siapa saja dalam melakukan kegiatan atau aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti remaja, dewasa, pria, wanita dan juga kalangan ibu rumah tangga.

Hasil penelitian didukung oleh penelitian Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) yang mengemukakan bahwa *fear of missing out* memprediksi adiksi *smartphone* yang kemudian memprediksi *phubbing*. Adiksi *smartphone* merupakan penggunaan *smartphone* dengan intensitas yang tinggi sehingga menimbulkan masalah pada aktivitas sehari-hari. Adiksi *smartphone* ditunjukkan oleh dimensi gangguan dalam kehidupan sehari-hari, antisipasi positif (perasaan

senang dan stress yang berkurang ketika menggunakan *smartphone*) perasaan gelisah ketika tidak menggunakan *smartphone*, hubungan yang berorientasi pada *cyberspace*, penggunaan yang berlebihan, dan toleransi (kegagalan untuk mengendalikan penggunaan *smartphone*).

Hal ini bisa dihubungan dengan perilaku *phubbing*, dengan adanya perasaan takut dan cemas maka ibu-ibu yang berdampak *phubbing* akan sering mengecek *smartphone*. Salah satu contohnya adalah dari pemberitaan yang ada di media sosial. Para ibu yang tidak mengetahui berita terbaru akan merasa takut dan gelisah karena merasa ketinggalan informasi. Kemudian munculnya perasaan tertantang untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan, yang memicu mereka untuk melampiaskan kepada media sosial untuk memenuhi kebutuhannya.

Penelitian ini mengambil subjek ibu rumah tangga karena belum adanya yang meneliti mengenai perilaku *phubbing* terhadap ibu rumah tangga. Selama ini yang diteliti hanya perilaku *phubbing* terhadap remaja. Dari hasil observasi dan wanwancara peneliti melihat adanya perilaku *phubbbing* pada ibu rumah tangga yang dilihat dari ibu rumah tangga yang sering menggunakan *smartphone* padahal mereka sedang melakukan interaksi tatap muka.

Permasalahan yang terjadi seiring perkembangan waktu yang terjadi pada ibu rumah tangga terkait aspek-aspek sosial budaya. *Fear of Missing Out* yang timbul akibat kebiasaan yang dilakukan berulang-ulang sehingga membuat ketergantungan ibu rumah tangga agar tidak tertinggal informasi di media sosial menjadi permasalahan yang timbul di dalam keluarga. Pada dasarnya saat sedang berkumpul ibu rumah tangga yang memiliki *fear of missing out* yang tinggi akan merasa cemas dan takut diabaikan ketika ia tidak tahu apa yang telah dilakukan oleh orang lain di luar sana sehingga ia memiliki keinginan yang kuat untuk terus mengecek media sosial dan melakukan *scrolling timeline* dengan menggunakan *smartphone* supaya tidak ketinggalan informasi mengenai aktivitas yang dilakukan oleh orang lain diluar sana.

Sebaliknya ketika ibu rumah tangga memiliki *fear of missing out* yang rendah ia tidak gelisah dan tidak cemas bila mengetahui bahwa teman-temannya sedang bersenang-senang tanpa dirinya, tidak merasa risau ketika orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga dari dirinya, dan dapat mengendalikan keingintahuannya mengenai aktivitas teman-temannya sehingga ia akan mampu mengendalikan penggunaan *smartphone*-nya dan ketika berkomunikasi dengan orang disekitarnya ia akan dapat berfokus pada interaksi yang sedang berlangsung dengan lawan bicara. Tidak mengabaikan lawan bicara dan dapat merespon lawan bicara dengan lebih leluasa.

Dari observasi, wawancara, dan penelitian terdahulu terlihat bahwa perilaku *phubbing* sudah banyak terjadi dikarenakan perkembangan *smartphone*. Perilaku tersebut merupakan bentuk kurangnya kesopanan dan penghargaan kepada orang lain yang berdampak buruk bagi individu sendiri dan juga orang lain.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang memiliki *smartphone* dan menggunakan media sosial di Kota Padang. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik *purposive random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga mewakili setiap kecamatan kota padang berjumlah 110 orang dengan masing-masing kecamatan 10 orang ibu rumah tangga. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah dengan kuisioner. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji regeresi linear sederhana.

HASIL

Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogrov Smirnov*. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai residual dengan bantuan program SPSS Versi 22. Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki signifikansinya > 0,05. Namun, jika nilai signifikansi < 0,05, maka data dapat disimpulkan tidak berdistribusi normal.

Tabel 1 . Hasil Uji Normalitas Residual

Variabel	Asymp.Sig (2-tailed)	Keterangan
Phubbing	0,382	Normal
Fear of Missing Out	0,556	Normal

Pada tabel pengujian di atas diperoleh hasil signifikansi untuk variabel *phubbing* 0,382 dan untuk variabel *fear of missing out* 0,556. Hasil tersebut membuktikan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 sehingga bisa dikatakan bahwa distribusi data dari kedua variabel pada penelitian ini adalah normal.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel ada hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai persyaratan dalam analisis korelasi atau regresi linear. Dua variabel dikatakan ada pengaruh yang

linier bila signifikan ≥ 0,05. Hasil analisis atau regresi linier dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	*Sum of Squares*	df	F	Sig
Deviation from Linearity	658.027	43	0,798	0,783

Hasil pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai F *deviation from linearity* dari variabel *phubbing* dan *fear of missing out* adalah 0,798 dan nilai p sebesar 0,783. Melalui tabel di atas menunjukkan bahwa data penelitian ini memiliki hubungan yang linear.

Peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan uji regresi linear sederhana. Uji regresi linear sederhana dilakukan guna melihat apakah ada pengaruh variabel *phubbing* (X) terhadap *fear of missing out* (Y). Uji hipotesis dilakukan dengan cara melihat taraf signifikansi statistik regresi linear sederhana dengan program SPSS 22.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	R Square	F	Sig	Keterangan
Phubbing dan *Fear of Missing Out*	0,456	0,208	28,320	0,000	Signifikan

Pada tabel diatas diketahui nilai signifikansinya 0,000 (p < 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H1 diterima, yaitu terdapat pegaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga, dan H0 ditolak. Dalam mengetahui besar pengaruh *fear of missing out* maka melalui tabel diperoleh koefisien determinan (R square) dikalikan 100 (0,208x100) dan diperoleh hasil 20,8%. Dapat disimpulkan bahwa pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tanggga kota Padang sebesar 20,8%.

PEMBAHASAN

Tujuan dilakukan penelitian ini yaitu guna mengetahui pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga di Kota Padang. Selain itu penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa persen *fear of missing out* mempengaruhi perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga. Pembahasan yang diuraikan pada penelitian berdasarkan hasil dan temuan dari uji regresi linear sederhana yang menunjukkan bahwa ada pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga di Kota Padang. Kemudian nilai r square dari hasil uji hipotesis adalah 0,208 dapat diartikan bahwa pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* sebesar 20,8% sedangkan 79,2% lainnya berasal dari faktor-faktor lain.

Fear of missing out adalah perasaan takut/cemas akan ketinggalan informasi mengenai kegiatan orang lain atau berita terbaru melalui media sosial. Rasa takut ini berkaitan dengan pandangan bahwa orang lain lebih bahagia, lebih menarik, lebih sukses karena memiliki kehidupan dan profesi yang lebih baik. Perasaan *fear of missing out* bisa menimpa pada orang-orang dari semua jenis kelamin dan usia. Orang yang mengalami *fear of missing out* kurang puas dengan hidup mereka karena mereka terus-menerus membandingkan hidup mereka dengan orang lain, (Taswiyah, 2022).

Ibu rumah tangga yang mengalami *fear of missing out* merasa tertekan dan cemas karena takut melewatkan pengalaman atau informasi yang dianggap penting atau menarik. Mereka mungkin merasa terus-menerus perlu untuk terhubung dengan media sosial atau aplikasi pesan untuk memastikan bahwa mereka tidak melewatkan sesuatu yang penting. *Fear of missing out* dapat mengganggu kemampuan ibu rumah tangga untuk berkonsentrasi pada tugas-tugas sehari-hari dan meningkatkan risiko gangguan dalam pekerjaan rumah tangga atau pekerjaan yang dibayar. Mereka mungkin sering terganggu oleh pemikiran tentang apa yang terjadi di media sosial atau kegiatan lainnya yang mereka rasa perlu mereka ikuti.

Evolusi klasifikasi gangguan yang terkait dengan penggunaan internet telah menyebabkan munculnya fenomena baru yang disebut FoMO atau *Fear of Missing Out*. *Fear of missing out* ditandai dengan keinginan kuat untuk terus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain di luar dunia maya. Alnurma (2020) memaparkan bahwa individu memiliki dorongan untuk melakukan perbandingan pada kemampuan yang dimiliki dengan orang lain. Dorongan tersebut memunculkan adanya perilaku saling membandingkan antar pengguna internet dan mengindikasi adanya keinginan untuk ingin terus-menerus terkoneksi satu sama lain di media sosial .

Perkembangan teknologi saat ini mempermudah kita untuk memperoleh banyak informasi di luar sana, perasaan *fear of missing out* ini bisa menimpa semua jenis kelamin dan usia. Individu yang mengidap *fear of missing out* mempunyai tingkat kebahagiaan hidup lebih rendah sebab selalu mempersamakan hidupnya dengan pihak lain. Asri Wulandari (2020) menyatakan *fear of missing out* dapat diketahui dengan indikasi yang muncul yaitu selalu memeriksa *gadget*. Kerutinan memegang ponsel sepertinya tidak dapat dihilangkan. Seseorang yang menderita *fear of missing out* akan terus menerus memeriksa ponselnya saat terbangun tidur dapat juga sebelum tidur seolah tidak mau tertinggal berita.

Berdasarkan karakteristik responden, penelitian ini dilakukan pada ibu rumah tangga yaitu dengan usia antara 20 sampai lebih dari 30 tahun. Hasil deskripsi juga menunjukkan bahwa ibu rumah tangga yang paling banyak berada pada rentang usia lebih dari 30 tahun. Dan berdasarkan media sosial yang digunakan kebanyakan para ibu rumah tangga pengguna media sosial lebih dari 4 seperti *WhatsApp, Facebook, Instagram, Tiktok* maupun *Twiter*.

Pada hasil kategorisasi dapat dilihat bahwa perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga berada pada kategori sedang. *Phubbing* adalah gabungan dari kata "*phone*" dan "*snubbing*", menurut Haigh (2015) diartikan sebagai tindakan menyakiti orang lain dalam interaksi sosial karena lebih berfokus pada *smartphone*nya. Karadag, et, al (2015) menyebutkan bahwa *phubbing* dapat digambarkan sebagai individu yang melihat *smartphone* saat berbicara dengan orang lain, sibuk dengan *smartphone*-nya dan mengabaikan komunikasi interpersonal. Hubungan antara *Fear of Missing Out* dan perilaku *phubbing* telah dibuktikan oleh studi yang menentukan *Fear of Missing Out* yang berlebihan pada penggunaan *smartphone* akan melakukan *phubbing* (Franchina et al., 2018).

Fear of missing out dapat memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga. *Phubbing* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku mengabaikan orang lain di sekitar kita karena terlalu fokus pada perangkat elektronik, seperti ponsel atau tablet. Dalam konteks ibu rumah tangga, ada beberapa cara di mana *fear of missing out* dapat mempengaruhi perilaku *phubbing* yaitu ibu rumah tangga yang mengalami *fear of missing out* mungkin cenderung terus memeriksa ponsel mereka untuk memastikan bahwa mereka tidak melewatkan informasi atau peristiwa penting yang terjadi di media sosial atau pesan grup. Ketika ibu rumah tangga merasa tertekan oleh *fear of missing out*, mereka mungkin kurang hadir secara mental dalam interaksi sehari-hari dengan anggota keluarga mereka. Mereka mungkin terlalu terlibat dalam perangkat mereka, membuat mereka tidak benar-benar hadir dalam percakapan atau kegiatan keluarga. *Fear of missing out* dapat

menyebabkan ibu rumah tangga mengalihkan perhatian mereka dari anak-anak dan pasangan mereka ke perangkat elektronik. Mereka mungkin terlibat dalam *phubbing*, mengabaikan interaksi langsung dengan orang-orang yang paling penting dalam hidup mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *fear of missing out* berpengaruh terhadap perilaku *phubbing*. Penelitian oleh Al-Saggaf dan O'Donnel (2019) dengan judul *the role of state boredom, state of Fear of Missing Out and state loneliness in stet phubbing*, didapati hasil jika *Fear of Missing Out* tinggi maka sikap *phubbing* juga tinggi. Dalam hal peneliti meneliti khususnya pada ibu rumah tangga.

Fear of missing out dan *phubbing* adalah masalah yang kompleks dan bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk pola pengasuhan, kondisi stres, dan kebiasaan individu. Mengatasi *fear of missing out* dan *phubbing* memerlukan kesadaran diri dan upaya aktif untuk memprioritaskan interaksi sosial yang nyata dan kualitas waktu bersama keluarga.

Kecemasan akan kehilangan dapat memicu perasaan dan persepsi kepada orang lain sedang bersenang-senang, melalui aktivitas yang lebih baik, atau menghadapi hal-hal yang lebih baik, penyebab *fear of missing out* diantaranya adalah pemakaian media sosial khususnya usia 13 sd 39 tahun (Rautela, S. and Sharma, 2022). Dalam hal ini sesuai dengan karakteristik usia pada penelitian ini dimana ibu rumah tangga berada pada rentang usia lebih dari 30 tahun.

KESIMPULAN

Dari pemaparan temuan penelitian di atas terkait pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada ibu rumah tangga di Kota Padang dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: 1) *Fear of Missing Out* pada ibu rumah tangga di Kota Padang secara umum ada dalam kategori sedang. 2) Perilaku *Phubbing* pada ibu rumah tangga di Kota Padang secara umum ada dalam kategori sedang. 3) Terdapat pengaruh antara *Fear of Missing Out* terhadap perilaku *Phubbing* pada ibu rumah tangga di Kota Padang.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Syifa. (2020). *Intesitas Penggunaan smartphone, Proktinasi akademik, dan perilaku Phubbing pada Mahasiswa*. Jurnal Bimbingan & Konseling, 10-1, 89- 96

Alnurma, K. P. (2020). *Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Remaja Sma N 1 Sumbawa*. Doctoral Dissertation, Universitas Teknologi Sumbawa

Al-Saggaf, Y., and O'Donnel. (2019). *Phubbing: How Frequent? Who Is Phubbed? In Which Situation? And Using Which Apps?*, in: 39th International Conference on Information Systems (ICIS). San Francisco: AISNET, pp. 1-9.

Asri Wulandari, W. U. L. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Fear Of Missing Out Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial. Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung

Burke, M., Marlow, C., dan Lento, T. (2010). *Social Network Activity And Social Well-Being. Conference on Human Factors in Computing Systems* - Proceedings, 3, 1909–1912

Chotpitayasunondh V, Douglas KM . (2016). *How phubbing becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone*. Comput Human Behav

Classen, S., Mason, J., Wersal, J., Sisiopiku, V., & Rogers, J. (2020). Older drivers' experience with automated vehicle technology: interim analysis of a demonstration study. *Frontiers in Sustainable Cities*, *2*, 27.

Damashinta. (2019). *Phubbing Menjauhkan Yang Dekat*. Retrieved from News SoloPos.Com

Franchina, V. (2018). *Fear of Missing Out* as a Predictor of Probelmatic Social Media Use and Phubbing Behaviour among Flemish Adolesence. International Journal of Environmental Research and Public Health. 15, 1- 18

Haigh, A. (2015). Stop phubbing. tersedia di http://stopphubbing.com

Henry H, Wilmer, Lauren E, Sherman and Jason M Chein. (2017). *Smartphone and Cognition A Review of Research Exploring the Links Between Mobile Technology Habits and Cognitive Functioning.*

Ho, et al. (2019). *The Impact Of Corporate Social Responsibility On Financial Performance*: Evidence from commercial banks in Mongolia

Kater M-J, Schlarb A. (2020). *Smartphone Usage in Adolescents-Motives and Link To Sleep Dusturbance, Stress and Sleep Reactivity*. ISSN: 1432-9123

Karadag et all. (2015). *Determinants Of Phubbing, Which is The Sum of Many Virtual Addictions:A Structural Equation Model.* Journal of Behavioral Addictions. https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005

Martin, Florence. (2018). *Engagement Matters: Student Perceptions on The Importance of Engagement Strategies in The Online Learning Environment.* Online Learning 22 (1).

Nariswari, S.L. (2023, July 14). Orangtua Asyik Main Handphone, Anak yang Kena Getahnya. *Kompas.com*. https://lifesttyle.kompas.com. *Orangtua Asyik Main Handphone, Anak yang Kena Getahnya*

Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR, Gladwell V. (2013). *Motivational, Emotional, And Behavioral Correlates of Fear of Missing Out*. Computers in Human Behavior.

Rautela, S., & Sharma, S. (2022). *Fear of missing out (FOMO) to the joy of missing out (JOMO): shifting dunes of problematic usage of the internet among social media users*. Journal of Information, Communication and Ethics in Society, 20(4), 461–479.

Taswiyah, T. (2022). Mengantisipasi Gejala Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Dampak Sosial Global 4.0 dan 5.0 Melalui Subjective Weel-Being dan Joy of Missing Out (JoMO). *Jurnal Pendidikan Karakter JAWARA (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel)*, *8*(1).