

***Problematic Social Media Use pada Ibu Rumah Tangga di Masa Pandemi
Covid-19: Peran Fear of Missing Out***

***Problematic Social Media Use for Housewives during the Covid-19 Pandemic:
The Role of Fear of Missing Out***

BERNADETA WINONA LALITA RIADI¹, INDAH MULYANI²

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma

Email: winonalalita@student.gunadarma.ac.id

Abstrak. Kebijakan pemerintah selama masa pandemi Covid-19 untuk menjaga jarak menjadikan media sosial sebagai salah satu sarana untuk tetap menjalin silaturahmi, mencari hiburan, ataupun mendampingi anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh di kalangan ibu rumah tangga. Penggunaan media sosial yang berlebihan dan berdampak negatif pada seseorang didefinisikan sebagai *problematic social media use* (PSMU), di mana salah satu faktor penyebabnya adalah *fear of missing out* (FoMO), yaitu bagian kepribadian yang ditandai dengan rasa takut atau khawatir yang berlebihan bila tertinggal informasi sosial tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh FoMO terhadap PSMU pada ibu rumah tangga. Responden dalam penelitian ini berjumlah 233 ibu rumah tangga yang memiliki akun media sosial dan aktif menggunakannya selama kurang lebih satu tahun belakangan. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Form*. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa FoMO berpengaruh sebesar 29,3% terhadap PSMU pada ibu rumah tangga, sedangkan sebesar 70,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hasil tersebut dapat menjelaskan bahwa munculnya perilaku PSMU di kalangan ibu rumah tangga dapat dikarenakan adanya rasa khawatir yang berlebihan akan tertinggal informasi sosial. Hal tersebut didukung oleh hasil data deskriptif yang menunjukkan bahwa hampir separuh responden merasa ada yang kurang, bosan, bahkan stres saat tidak mengakses media sosial sehari penuh.

Kata Kunci: PSMU, FoMO, ibu rumah tangga, Covid-19.

Abstract. The government policy to maintain social distance during Covid-19 pandemic made social media tools to establish friendships, seek entertainment, or accompany children during school from home among housewives. Excessive use of social media that impacts negatively on a person is defined as the *problematic social media use* (PSMU). One of the contributing factors of PSMU is *fear of missing out* (FoMO), which is a trait that is characterized by fear or excess when the social information is left behind. The purpose of this study was to empirically test whether fear of missing out affects the *problematic social media use* among housewives. Respondents in this study are 233 housewives who had social media accounts and actively used them for the past one year. Data collection was carried out through a *Google Form*. The results of this study indicate that FoMO has as many as 29.3% to PSMU among housewives, while 70.7% is influenced by other factors outside this study. These results can explain that the emergence of PSMU behavior among housewives can be due to excessive worry that social information

will be left behind. The results of this study is supported by the results of descriptive data which shows that almost half of the respondents feel that something is lacking, bored, and even stressed when they do not access social media for a full day.

Keywords: PSMU, FoMO, housewives, Covid-19.

PENDAHULUAN

Tanggal 2 Maret 2020 adalah pertama kalinya virus Corona masuk ke Indonesia dan ditemukan sebanyak dua kasus. Penambahan kasus yang terjadi mendasari pemerintah memberlakukan *social distancing* pada pertengahan Maret 2020. Hal ini merupakan salah satu upaya untuk memutus mata rantai penyebaran Covid-19 (Azanella, 2020). Salah satu bidang yang terdampak adalah bagian pendidikan, di mana pembelajaran dilakukan secara daring atau dari rumah (pembelajaran jarak jauh). Adanya pembelajaran jarak jauh menjadikan orang tua sebagai salah satu penanggung jawab utama dalam proses pendidikan anak. Artinya, bahwa apabila sebelum pandemi anak-anak berada di bawah pengawasan guru selama mereka belajar di sekolah maka sekarang orang tua memiliki andil yang lebih besar, karena kegiatan pembelajaran dilakukan secara daring di rumah (Garbe, Ogurlu, Logan, & Cook, 2020). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan Koskela, Pihlainen, Piispa-Hakala, Vornanen, dan Hämäläinen (2020) yang menyatakan bahwa diperlukan adanya kerja sama yang baik antara guru dan orang tua demi mewujudkan pendidikan yang optimal bagi anak.

Salah satu *platform* yang menyediakan

sarana untuk *chatting*, mencari informasi, atau untuk mendampingi anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh adalah media sosial. Berdasarkan hasil wawancara (Lalita, komunikasi personal, 2 Juni 2021) dengan lima ibu rumah tangga menunjukkan bahwa akses media sosial dilakukan untuk berbagai kepentingan salah satunya adalah komunikasi dengan guru selama masa pembelajaran jarak jauh. Dua dari lima ibu rumah tangga menyatakan bahwa media sosial juga menjadi sarana melihat kegiatan orang tua lain bersama anak dalam pembelajaran mandiri (di luar kelas daring). Tidak hanya itu, rata-rata dari ibu rumah tangga yang di wawancara juga mengatakan bahwa media sosial juga digunakan menjalin silaturahmi dengan teman dan keluarga, mencari hiburan dengan menonton *streaming*, mencari informasi terkait pandemi, juga untuk berdiskusi dengan guru maupun orang tua murid lainnya mengenai keperluan pembelajaran anak.

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial di kalangan ibu rumah tangga semakin meningkat di masa pandemi ini. Data ini sejalan pula dengan hasil survei yang dilakukan Kemp (2021) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia mencapai 61,8%, meningkat sebesar 6,3% apabila dibandingkan dengan bulan Januari 2020. Menurut Griffiths (2005)

penggunaan media sosial yang kompulsif dapat dikategorikan sebagai gangguan perilaku yang disebut *social media addiction*, di mana gejalanya meliputi perubahan spesifik terkait suasana hati, masalah toleransi terhadap orang lain, perasaan berharga, *withdrawal* atau menarik diri, *conflict* dan *relapse* atau kecenderungan untuk kambuh. Istilah ini berkaitan dengan *social media sites* dan *problematic social media use* yang merupakan fenomena kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, seperti usia, *gender*, tingkat pendidikan, tempat tinggal, dan relasi sosial (Kircaburu, Alhabash, Tosuntaş, & Griffiths, 2018). Selain itu, terdapat beberapa gejala psikologis, seperti mudah tersinggung, cemas, dan merasa terikat bila durasi akses dikurangi, serta berbagai masalah interpersonal (Bányai, Zsilla, Király, Maraz, Elekes, Griffiths, Andreassen, & Demetrovics, 2017).

Menurut Abel, Buff, dan Burr (2016) salah satu penggunaan media sosial yang berlebihan disebabkan oleh adanya keterikatan, perilaku yang mudah marah dan gelisah serta rasa takut tertinggal informasi sosial tertentu atau menjadi mudah membandingkan keadaan disebut dengan *fear of missing out* (FoMO). Individu dengan FoMO akan cenderung mengakses media sosial secara kontinyu agar ketakutannya teratasi, karena apabila sampai terlewat maka timbul perasaan tidak puas, cemas, dan ada sesuatu yang dirasa kurang. FoMO berperan sebagai mediator antara kepribadian dan PSMU secara signifikan

(Angesti & Oriza, 2018). Hal ini sejalan dengan Setiadi dan Agus (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara tingkat FoMO dengan durasi penggunaan media sosial karena adanya ketidakpuasan diri pada kebutuhan psikologi dasar, yakni *competence*, *autonomy*, dan *relatedness*.

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa FoMO dapat meningkatkan penggunaan media sosial hingga masuk dalam kategori PSMU dimana salah satunya dapat terjadi pada ibu rumah tangga.

METODE

Responden penelitian. Penelitian ini melibatkan 233 ibu rumah tangga sebagai responden dengan rata-rata usia responden 28 tahun. Kuesioner penelitian ini memuat data diri, pernyataan persetujuan, dan skala pengukuran dari kedua variabel. Bagian pengantar pada kuesioner tertulis kriteria responden yang dibutuhkan, yakni (1) ibu rumah tangga yang memiliki media sosial, dan (2) aktif menggunakan media sosial tersebut.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengambilan sampel menggunakan *non-probability* dengan teknik *purposive sampling*.

Instrumen penelitian. *Problematic social media use* diartikan sebagai penggunaan *platform* media sosial secara kompulsif sehingga masuk dalam kategori gangguan perilaku yang

menimbulkan masalah terkait *salience*, *tolerance*, *withdrawal*, gangguan *mood*, *conflict*, dan *relapse* atau kecenderungan untuk kambuh. Skala PSMU yang digunakan merupakan adaptasi dan modifikasi dari skala *The Generalized Problematic Internet Use* menurut Caplan (2010) yang disusun berdasarkan dimensi *preference for online social interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficit self-regulation*, *cognitive preoccupation*, dan *compulsive internet use*. Salah satu aitem dalam skala ini adalah 'Saat merasa terpuruk, saya menggunakan internet agar merasa lebih baik'. Seluruh aitem berjumlah 15 dan bersifat *favorable* dengan variasi 5 poin jawaban, yaitu 'Sangat Tidak Sesuai' (1) hingga 'Sangat Sesuai' (5). Tidak ada aitem yang gugur dalam skala ini, dengan $\alpha = 0,876$.

Fear of missing out merupakan bagian dari kepribadian yang ditandai dengan perasaan takut kehilangan informasi sosial tertentu, sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah perilaku seperti mudah marah atau gelisah. FoMO dalam penelitian ini diukur menggunakan skala orisinal *Fear of Missing Out* menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (2013) yang disusun berdasarkan aspek *competence*, *autonomy*, dan *relatedness* dengan keseluruhan aitem berjumlah 10. Contoh aitem dalam skala ini adalah 'Saya khawatir apabila teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya' di mana kategori respons mulai dari 'Sangat Tidak Sesuai' hingga 'Sangat Sesuai'. Rentang skor 1-5 dan $\alpha = 0,862$.

Prosedur penelitian. Alat ukur dipersiapkan dengan menerjemahkan skala orisinal kemudian dinilai oleh *expert judgement*. Pengambilan data penelitian dilakukan selama 12 hari di mana peneliti mendapatkan bantuan dari relasi pertemanan dan keluarga untuk meneruskan kuesioner kepada calon responden yang sesuai. Selain itu, pada bagian awal kuesioner juga dilengkapi dengan *inform consent* sehingga setiap responden dalam penelitian ini secara sukarela melakukan pengisian.

Analisis data. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi sederhana untuk melihat persentase PSMU yang dipengaruhi oleh FoMO. Tahapan analisa yang pertama adalah melakukan uji validitas, reliabilitas, daya diskriminasi aitem, dilanjutkan dengan uji asumsi dan uji regresi sederhana. Selanjutnya yaitu analisis deskriptif variabel untuk menentukan mean empirik (ME) dan standar deviasi hipotetik (SDH).

HASIL

Hasil penelitian berdasarkan pertanyaan terbuka menunjukkan bahwa penggunaan media sosial didominasi untuk *chatting*. Secara berurutan selanjutnya penggunaan untuk melihat pembaruan teman atau artis, ini termasuk dengan mencari *gossip*, kemudian untuk mencari informasi atau berita, mengunggah pembaruan di akun pribadi, dan untuk belanja daring baik melalui ataupun di luar fitur *e-commerce* yang

tersedia. Responden yang tidak memiliki kesempatan untuk mengakses media sosial dalam sehari penuh didominasi oleh pernyataan

Tabel 1. Pertanyaan terbuka

Kategorisasi Jawaban Pertanyaan Terbuka	N	Persentase
Yang dilakukan saat mengakses media sosial		
<i>Chatting</i>	66	28,34%
Mencari informasi atau berita	60	25,75%
Melihat pembaruan dari teman	44	18,88%
Mencari resep masakan	23	9,87%
Mencari gossip atau pembaruan artis	20	8,58%
Mengunggah pembaruan	12	5,15%
Belanja daring	8	3,43%
Perasaan saat tidak sempat mengakses media sosial dalam sehari penuh		
Biasa saja	135	57,94%
Merasa ada yang kurang dan tertinggal informasi	57	24,47%
Merasa bosan, galau, tidak nyaman, dan stress	41	17,59%

Uji regresi sederhana dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* mempengaruhi *problematic social media use* sebesar 23,9% dan 70,7% lainnya dipengaruhi

merasa biasa saja, selebihnya ada perasaan kurang atau tertinggal informasi, dan merasa bosan, galau, tidak nyaman, bahkan *stress*.

oleh faktor lain di luar penelitian ini. Nilai mean empirik pada variabel PSMU sebesar 35,86 dan FoMO sebesar 23,97. Berdasarkan pada besaran angka ini, maka kedua variabel berada pada kategori sedang. Dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Sederhana

Variabel	Mean	R ²	F	Sig.
PSMU	35.86	.293	95.825	.000
FoMO	23.97			

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic social media use* terhadap ibu rumah tangga dalam masa pandemi Covid-19. Responden yang memiliki tingkat FoMO lebih tinggi akan mengalami dorongan untuk memeriksa media sosial secara berkala dalam rentang waktu tertentu di segala situasi, seperti disebutkan pada penelitian Abel, Buff, dan Burr (2016). Penelitian sebelumnya yang dilakukan Blackwell, Leaman, Trampusch, Osborne, dan Liss (2017) menunjukkan bahwa FoMO menjadi salah satu *predictor* yang secara signifikan berpengaruh sebesar 31,4% terhadap perilaku kecanduan bermedia sosial. Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Elhai, Levine, Dvorak, dan Hall (2016) menyatakan bahwa

FoMO merupakan salah satu *predictor* terkuat untuk *smartphone addiction*, di samping depresi dan kecemasan. Dalam mengakses media sosial, gawai merupakan salah satu perangkat yang digunakan. *Smartphone addiction* yang juga dikenal dengan istilah *problematic social media use* yaitu bentuk penggunaan media sosial yang berlebihan dan tidak sehat, ditandai dengan kurangnya kontrol terhadap perilaku salah satunya dipengaruhi oleh tingkat FoMO (Franchina, Abeele, Rooij, Coco, Marez, 2018). Hasil penelitian ini sejalan pula dengan studi yang dilakukan oleh Müllera, Wegmanna, Stolzea, dan Branda (2020) yang menyatakan bahwa *fear of missing out* bertindak sebagai pengaruh utama dari kecenderungan dan dorongan menunda melakukan sesuatu atau prokrastinasi, serta membatalkan perjanjian dengan orang lain akibat *problematic social media use*.

Pemberlakuan *physical distancing* atau di masa sekarang ini dikenal sebagai pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) menjadi salah satu penyebab serba terbatasnya kondisi, seperti untuk bertatap muka secara langsung dengan orang lain. Beberapa kegiatan yang melibatkan interaksi banyak orang dialihkan secara daring, salah satunya kegiatan belajar mengajar. Selain dari guru, siswa dalam rentang usia prasekolah sampai remaja masih sangat membutuhkan pendampingan dari orang tua, seperti ibu, sehingga peran atau tugas ibu menjadi bertambah. Pendampingan terhadap pendidikan anak juga dilakukan saat aktivitas

pembelajaran mandiri (Putra, Liriwati, Tahrim, Syafrudin, & Aslan, 2020). Hal ini merupakan salah alasan penggunaan media sosial di kalangan ibu rumah tangga juga meningkat dan meluas. Sejalan pula dengan hasil survei yang dilakukan Kemp (2021) menyebutkan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia pada Januari 2021 mencapai 61,8%, meningkat sebesar 6,3% apabila dibandingkan dengan bulan Januari 2020.

Selain untuk melakukan pendampingan anak dalam masa pendidikan, penggunaan sosial media untuk *chatting*, melihat dan mengunggah status, foto, atau video merupakan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjaga hubungan antara masa kini dan masa lalu, seperti disebutkan Atchley (1989) dalam teori kontinuitas mengenai dorongan untuk mempertahankan hubungan. Singkatnya, media sosial menjadi pilihan sebagai hiburan setelah menyelesaikan peran ibu rumah tangga lainnya, seperti yang diungkapkan dalam ragam jawaban pertanyaan terbuka mengenai waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial.

Ragam jawaban untuk pertanyaan mengenai apa yang dilakukan saat mengakses media sosial yang paling banyak adalah untuk *chatting* karena ibu rumah tangga memiliki kebutuhan untuk mengobrol dan berinteraksi, baik dengan teman maupun keluarga, terutama di masa pandemi ini. Interaksi atau diskusi antar orang tua dan dengan guru dijumpai oleh media sosial. Maka tidak menutup kemungkinan bahwa ibu rumah tangga dapat mengalami rasa

bosan, galau, tidak nyaman, bahkan *stress* saat tidak dapat mengakses media sosial. Ragam jawaban kedua yaitu penggunaan media sosial untuk mencari informasi atau berita berkaitan dengan kondisi saat ini yang demikian dinamis dengan banyaknya informasi yang beredar dan salah satunya ada dalam media sosial membuat masyarakat perlu memilah dan memilih dengan teliti mana yang merupakan fakta, mana yang hoaks atau palsu. Artinya, eksistensi media sosial sangat dibutuhkan dalam masa pandemi karena aksesnya yang cukup mudah untuk berbagi, mengunggah, mengunduh, dan memberikan reaksi terkait informasi yang tersedia. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saud, Mashud, dan Ida (2020) terkait penggunaan sosial media selama pandemi yang meningkat salah satunya untuk mencari informasi. Ragam jawaban ketiga adalah penggunaan media sosial untuk melihat pembaruan dari teman. Jawaban ini menarik karena berdasarkan observasi dan diskusi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ibu rumah tangga cenderung dekat dengan *gossip* sebagai salah satu bentuk hiburan yang dibutuhkan. Setelah dilakukan pengolahan data, mencari *gossip* justru menempati posisi kelima, setelah kebutuhan untuk mencari resep masakan dan mengunduh pembaruan.

Maka dari itu, bagi konselor atau praktisi psikologi agar melakukan studi secara khusus mengenai sosial media sehingga dapat memilih intervensi yang tepat dalam mengatasi masalah klien dengan perilaku *problematic*

social media use yang kemungkinan munculnya disebabkan oleh *fear of missing out*. Bagi ibu rumah tangga diharapkan mampu membangun komunikasi yang baik dalam rumah tangga, bekerja sama dengan anggota keluarga agar membentuk kesepakatan mengenai penggunaan media sosial. Sehingga mencegah terjadinya perilaku penggunaan sosial media yang bermasalah. Namun, apabila sudah timbul perilaku ini dan dirasa mengganggu, maka ibu rumah tangga diharapkan bersedia mencari bantuan psikolog ataupun konselor. Bagi pasangan atau suami agar membangun komunikasi yang baik dalam rumah tangga terutama mengenai waktu menggunakan gawai saat anggota keluarga ada di rumah, baik sebagai upaya pencegahan terjadinya *problematic social media use* maupun untuk mengatasi hal tersebut sekiranya telah terjadi. Apabila perilaku PSMU telah cukup mengganggu, pasangan kiranya dapat berinisiatif untuk mencari bantuan konselor atau psikolog. Penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic social media use* pada ibu rumah tangga. Berdasarkan penelitian Abel, Buff, dan Burr (2016); Elhai, Levine, Dvorak, dan Hall (2016); Franchina, Abeele, Rooij, Coco, Marez, (2018); Müllera, Wegmanna, Stolzea, dan Branda (2020) didapatkan fakta bahwa ada bermacam-macam variabel dan faktor lainnya yang mempengaruhi penggunaan sosial media yang bermasalah dan bahwa berbagai macam lapisan masyarakat bisa terjebak dalam situasi ini. Faktor tersebut antara

lain depresi, rasa cemas, *need for touch*, dan ketidakmampuan untuk meregulasi emosi. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu membahas lebih dalam dan kompleks terkait dengan variabel dan faktor lain yang mempengaruhi *problematic social media use*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji regresi sederhana diketahui bahwa terdapat pengaruh *fear of*

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). *Social media and the fear of missing out: scale development and assessment. Journal of Business & Economics Research* 14 (1), 33-43.
- Angesti, R., & Oriza, I. D. I. (2018). *Peran fear of missing out (FoMO) sebagai mediator antara kepribadian dan penggunaan internet bermasalah. Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2 (2), 790-800.
- Atchley, R. C. (1989). *A continuity theory of normal aging. The gerontologist*, 29, 183-190.
- Azanella, L. A. (20 Juli 2021). *Social distancing disebut bisa tekan penularan corona, bagaimana praktiknya?* Retrieved from <https://www.kompas.com/tren/read/2020/03/16/160000965/social-distancing-disebut-bisa-tekan-penularan-corona-bagaimana-praktiknya-?page=all>
- Bányai, F., Zsila, A., Királt, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S., & Demetrovics, Z. (2016). *Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. Journal PLoS ONE* 12 (1), 1-13.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). *Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. Personality and Individual Differences*, 116, 69-72.
- Caplan. (2010). *Theory and measurement of*

- generalized problematic internet use: a Two-step approach. Computers in Human Behavior*, 26, 1089-1097.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). *Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. Computers in Human Behavior*, 63, 509-516.
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). *Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. International Journal Environment Research and Public Health*, 15(10), 1-18.
- Garbe, A., Ogurlu, U., Logan, N., & Cook, P. (2020). *Covid-19 and remote learning: Experiences of parents with children during the pandemic. American Journal of Qualitative Research*, 4 (3), 45-65.
- Griffiths, M. (2005). *A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use*, 10 (4), 191-197.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (12 Juli 2021). *SE sesjen: Pedoman penyelenggaraan belajar dari rumah dalam masa darurat penyebaran Covid-19*. Retrieved from <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/se-sesjen-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>
- Kemp, S. (10 Agustus 2021). *Digital 2021: Indonesia*. Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia?rq=indonesia>
- Kircaburu, K., Alhabash, S., Tosuntaş, S. B., & Griffiths, M. D. (2018). *Uses and gratifications of problematic social media use among university students: a Simultaneous examination of the big five personality traits, social media platforms, and social media use motives. International Journal Mental Health Addiction*, 14, 1-23.
- Koskela, T., Pihlainen, K., Piispa-Hakala, S., Vornanen, R., & Hämäläinen, J. (2020). *Parent's views on family resiliency in sustainable remote schooling during the Covid-19 outbreak in Finland. Sustainability*, 12, 1-20.
- Müllera, S. M., Wegmanna, E., Stolzea, D., & Branda M. (2020). *Maximizing social outcomes? Social zapping and fear of*

missing out mediate the effects of maximization and procrastination on problematic social networks use. Computers in Human Behavior, 107, 1-10.

Oxford Dictionary. (10 Juli 2019). *Definition of housewife in English*. Retrieved from <https://www.lexico.com/en/definition/housewife>

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, 1841-1848.*

Putra, P., Liriwati, F. Y., Tahrim, T., Syafrudin,

& Aslan. (2020). *The Students Learning from Home Experience during Covid-19 School Closures Policy in Indonesia. Jurnal Iqra': Kajian Ilmu Pendidikan 5 (2), 30-42.*

Saud, M., Mashud, M., & Ida, R. (2020). *Usage of social media during the pandemic: Seeking support and awareness about COVID-19 through social media platforms. Journal of Public Affairs, e02417, 1-9.*

Setiadi, F., & Agus, D. (2020). *Hubungan antara durasi penggunaan jejaring sosial dan tingkat fear of missing out di kalangan mahasiswa kedokteran di Jakarta. Journal of Medicine, 19 (1), 62-69*