

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfasi, Yitshak. "Attachment Style and Social Media Fatigue: The Role of Usage-Related Stressors, Self-Esteem, and Self-Concept Clarity." *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace* 16, no. 2 (14 April 2022).
- Alodokter. "Kenali 5 Penyebab Sulit Konsentrasi dan Cara Mengatasinya," 25 April 2016. <https://www.alodokter.com/sulit-konsentrasi-ini-cara-mengatasinya>.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders- DSM-5*. England: New School Library, 2013.
- Anam, Syaiful, Nurlatifah Fitriyani, dan Mega Fita Yunisah H. "Lupa, Jenuh, Dan Kesulitan Dalam Belajar." *At-Turots: Jurnal Pendidikan Islam* 2, no. 1 (2020).
- Andreassen, Cecilie Schou, Ståle Pallesen, dan Mark D Griffiths. "The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey." *Addictive behaviors* 64 (2017).
- Arunda, T. S. *Jack Ma Pikiran, Tindakan, Pesan-pesan Bisnis yang Mendunia*. Araska Publisher, 2020.
- Ayub, Muhammad Syazwan, Amirul Azha Rozali, Nurazmallail Marni, Muhammad Syazwan Ayub, Amirul Azha Rozali, dan Nurazmallail Marni. "Media sosial dan kecanduan penggunaan menurut Islam." *Jurnal Wacana Hukum Islam dan Kemanusiaan* 13 (2019).
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian Psikologi*. II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi: Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Balitbangkes. *Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2013 Dalam Bentuk Angka*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013.
- Bright, Laura F, Susan Bardi Kleiser, dan Stacy Landreth Grau. "Too much Facebook? An exploratory examination of social media fatigue." *Computers in Human Behavior* 44 (2015).
- Bungin, M. Burhan. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. 4 ed. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2005.

- C, Ms. Ms. *Complaint's Therapy*. Jakarta: Mizan, 2011.
- Caplan, Scott E. "Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use." *CyberPsychology & behavior* 10, no. 2 (2006).
- Caturtami, Citias Yabina. "Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa di Kota Bandung." *Prosiding Psikologi*, 2021.
- Cuponation. "Sosial Media dan Messenger di Indonesia." Diakses 5 November 2023. <https://www.cuponation.co.id/magazin/indonesia-berada-pada-peringkat-ke-empat-pengguna-facebook-dan-instagram-terbanyak>.
- Dai, Bao, Ahsan Ali, dan Hongwei Wang. "Exploring information avoidance intention of social media users: A cognition-affect-conation perspective." *Internet Research* 30, no. 5 (2020).
- Dhir, Amandeep, Yossiri Yossatorn, Puneet Kaur, dan Sufen Chen. "Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression." *International Journal of Information Management* 40 (2018).
- Swarjana, I Ketut. *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian*. Penerbit Andi, 2022.
- Dwoskin, Hale. *The Sedona Method: Cara Dahsyat Melepaskan Belunggu Pikiran dan Emosi untuk Memasuki Kebahagiaan Sejati*. Diterjemahkan oleh Rina Mulyati dan Hendro Prabowo. Jakarta: Ufuk Press, 2009.
- Fauzi, Chrismesi Pagiu, Has'ad Rahman Attamimi, Jahring, Ansar, Tiara Fikriani, Abdul Kudus, dkk. *Buku Ajar Statistika*. CV Pena Persada, 2023.
- Fely Pratiwi. "Gambaran Kecemasan Sosial Mahasiswa S1 Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2016." Doctoral, Universitas Negeri Jakarta, 2018.
- Hafiza, Alfia Hidayatul. "Kesejahteraan Subjektif Online dan Masalah Privasi Terhadap Kelelahan Menggunakan Media Sosial." Skripsi, Alfia Hidayatul Hafiza, 2022.
- Hartinah, Siti, Aat Sriati, dan Cecep Eli Kosasih. "Gambaran tingkat gejala kecanduan media sosial pada mahasiswa keperawatan Universitas Padjadjaran." *Jurnal Keperawatan BSI* 7, no. 1 (2019).
- Huff, Travis. "The Diagnosis and Treatment of Social Media Fatigue." *Social Media Today*, 2014. <https://www.socialmediatoday.com/content/diagnosis-and-treatment-social-media-fatigue>.

- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga, 1996.
- Hutabarat, Julianus. *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi*. Malang: Media Nusa Creative, 2017.
- I, M. Arif Eka Pramudita. “Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Di Masa Pandemi Coronavirus-19.” Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, 2021.
- Iman, Mustafa. “Pengguna Instagram di Indonesia Didominasi Wanita dan Generasi Milenial,” 2020. <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2020/06/14/pengguna-instagram-di-indonesia-didominasi-wanita-dan-generasi-milenial>.
- Isnawati, Ruslia. *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing, 2020.
- Juddi, Moh Faidol. *Komunikasi budaya dan dokumentasi kontemporer*. Unpad Press, 2019.
- Kamaruddin, Ilham, Wilma Florensia, Richard Andreas Palilingan, Glendy Ariando Salomon, Dian Jayantari Putri K. Hedo, Nopianto, Mardhatillah, dan Khaeriyah Adri. *Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Global Eksekutif Teknologi, 2023.
- Kaur, Puneet, Amandeep Dhir, Amal Khalifa Alkhalifa, dan Anushree Tandon. “Social media platforms and sleep problems: a systematic literature review, synthesis and framework for future research.” *Internet Research* 31, no. 4 (2021).
- KBBI Daring. “Hasil Pencarian - KBBI VI Daring.” Diakses 1 Desember 2023. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>.
- Kristiawan, Vincentius Raditya, dan Wiwid Noor Rakhmad. “Detoksifikasi Instagram Sebagai Upaya Penyelesaian Kecemasan Komunikasi Pengguna.” *Interaksi Online* 9, no. 3 (2021).
- La Greca, Annette M, dan Nadja Lopez. “Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships.” *Journal of abnormal child psychology* 26 (1998).
- Lee, Ae Ri, Soo-Min Son, dan Kyung Kyu Kim. “Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective.” *Computers in human behavior* 55 (2016).

- Liskasiwi, Meilani. "Hubungan Antara Harga Diri (Self Esteem) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja," 2020.
- Madani, Belinda Fidi, dan Tri Kurniati Ambarini. "Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Instagram." *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1 (2021).
- Malik, Aqdas, Amandeep Dhir, Puneet Kaur, dan Aditya Johri. "Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A large cross-sectional study." *Information Technology & People* 34, no. 2 (2020).
- Marda, Ilhami Cahaya Putri, Miqkial Wirna, Melati Aulia Tunnur, Era Fazira Putri, Fadila Rahma, Aulia. *Statistik Pendidikan (Teori Dan Praktik Dalam Pendidikan)*. Guepedia.
- Muhtar, Tatang. *Sosiologi Olahraga*. Salam Insan Mulia, 2020.
- Nainggolan, Togiaratua. "Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada pengguna napza: Penelitian di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi." *Sosio Konsepsia: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial* 16, no. 2 (2011).
- Narbuko, Cholid, dan Abu Achmadi. *Metodologi Penelitian*. 3 ed. Jakarta: Bumi Aksara, 2001.
- Nieke Masruchiyah. *Komunikasi Bisnis Teori dan Praktik*. Makassar: PT. Nas Media Indonesia, 2022.
- Nugraha, Aditya Dedy. "Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam." *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 1 (2020).
- Nurhasanah, Rena, Siti Nursanti, dan Flori Mardiani Lubis. "Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja." *Nusantara : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 9, no. 10 (26 Desember 2022).
- Ovan, dan Andika Saputra. *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2020.
- Piotrowska, Kinga. "Instagram Users Are NOT Happy with the App's Latest Update." FM104. Diakses 1 Desember 2023. <https://www.fm104.ie/news/buzz/instagram-users-are-not-happy-with-the-apps-latest-update/>.
- Pribadi, Regina Agatha. "Hubungan antara Citra Diri Negatif dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Putri Perkotaan." *Calyptra* 8, no. 1 (2019).

- Purwanto. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan*. 3 ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Ragu-Nathan, TS, Monideepa Tarafdar, Bhanu S Ragu-Nathan, dan Qiang Tu. "The consequences of technostress for end users in organizations: Conceptual development and empirical validation." *Information systems research* 19, no. 4 (2008).
- Rahardjo, Wahyu, Nurul Qomariyah, Indah Mulyani, dan Inge Andriani. "Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin." *Jurnal Psikologi Sosial* 19, no. 2 (2021).
- Riadi, Edi. *Statistika Penelitian (Analisis Manual Dan IBM SPSS)*. Andi Publisher, 2016.
- Riyanto, Slamet, dan Aglis Andhita Hatmawan. *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Eksperimen*. Deepublish, 2020.
- Robbing, Mel. *5 Second Rule: Mengubah Hidup, Pekerjaan dan Keyakinan Anda dengan Keberanian Sehari-hari*. Diterjemahkan oleh Dewi Wulansari. Jakarta: Penerbit Gemilang, 2018.
- Rodiyah, Gustini. "Strategi Komunikasi Pemasaran Pada Baper Dimsum Melalui Media Sosial Instagram." Fisip Unpas, 2022.
- Roflin, Eddy, Iche Andriyani Liberty, dan Pariyana. *Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran*. Penerbit NEM, 2021.
- Rouse, Margaret. "Social Media Fatigue." Technopedia. *Techopedia* (blog), 12 Januari 2017. <https://www.techopedia.com/definition/27372/social-media-fatigue>.
- RSPH. "Instagram Ranked Worst for Young People's Mental Health," 2017. [https://www.rsph.org.uk/about-us/news/instagram-ranked-worst-for-young-people-s-mental-health.html?mc\\_cid=319c2432e2&mc\\_eid=fb26c9199a](https://www.rsph.org.uk/about-us/news/instagram-ranked-worst-for-young-people-s-mental-health.html?mc_cid=319c2432e2&mc_eid=fb26c9199a).
- Rukajat, Ajat. *Pendekatan Penelitian Kuantitatif: Quantitative Research Approach*. Deepublish, 2018.
- Saleh, Ahmad Muwafik, Nur Muhammad Abduh Kuswono, dan Adelienna Noor Sayyid. *Communipreneur: Model-model Komunikasi Kreatif di Era Industri 4.0*. Inteligencia Media (Kelompok Penerbit Intrans Publishing), 2020.

- Saman, Abdul, Farida Aryani, dan Muhammad Ilham Bakhtiar. "Mengatasi kecemasan sosial melalui pendekatan behavioral rehearsal." Seminar dipresentasikan pada Seminar Nasional Dies Natalis Ke 56 Universitas Negeri Makassar "Pendidikan Berkualitas Membangun Daya Saing Bangsa Menuju Keunggulan Kompetitif, Makassar, 2017.
- Santoso, Agus. *Mengontrol Emosi Menjadi Seni*. CV. Global Aksara Pres, 2021.
- Saputra, Nofrans Eka, Triantoro Safaria, dan Michael Seno Rahardanto. *Berani Berkarakter Positif*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017.
- Sari, Cartika. "Kesepian, Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Instagram." *Jurnal Psikologi Volume 15*, no. 1 (2022).
- Sari, Fitri Mustika. "Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau." Skripsi, Universitas Islam Riau, 2021.
- Sarwono, Sarlito W. *Pengantar Psikologi Umum*. Depok: Rajawali Pers, 2019.
- Sholawati, Lina. "Adiksi Pada Media Sosial Instagram Dan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Di Daerah Istimewa Yogyakarta," 2021.
- Sinambela, Lijian P., dan Sarton Sinambela. *Metode Penelitian Kuantitatif Teoritik dan Praktik*. 1 ed. Depok: Rajawali Pres, 2021.
- Siregar, Syofian. *Statistika Deskriptif untuk Penelitian: Dilengkapi dengan Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 2017*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Situs Resmi UIN Antasari. "Profil." Diakses 23 September 2023. <https://www.uin-antasari.ac.id/profil/>.
- Situs Resmi UIN Antasari. "Visi, Misi dan Tujuan UIN Antasari." Diakses 29 September 2023. <https://www.uin-antasari.ac.id/visi-misi-dan-tujuan-uin-antasari/>.
- Siyoto, Sandu, dan Muhammad Ali Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing, 2015.
- Norfai. *Analisis Data Penelitian (Analisis Univariat, Bivariat dan Multivariat)*. Penerbit Qiara Media, 2022.
- Soleha, Titi. "Pengaruh Body Image terhadap Kecenderungan Kecemasan Sosial Pada Remaja di Kota Makassar." Universitas Bosowa, 2021.

- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2008.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2017.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. 2 ed. Bandung: IKAPI, 2019.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Sundari, Cempaka Karina. "Gambaran Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa Psik-A Umm," 2020.
- Swasti, Idei Khurnia, dan Wisjnu Martani. "Menurunkan kecemasan sosial melalui pemaknaan kisah hidup." *Jurnal Psikologi* 40, no. 1 (2013).
- Syahreza, Muhammad Fachri, dan Irwan Syari Tanjung. "Motif dan pola penggunaan media sosial Instagram di kalangan mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi UNIMED." *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 2, no. 1 (2018).
- Syaikh, Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Alu. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3*. Diterjemahkan oleh M. Abdul Ghoffar. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2008.
- Tandon, Anushree, Amandeep Dhir, dan Matti Mäntymäki. "Jealousy due to social media? A systematic literature review and framework of social media-induced jealousy." *Internet Research* 31, no. 5 (2021).
- Timotius, Prof Dr Kris H. *Otak dan Perilaku*. Penerbit Andi, 2018.
- Tohardi, Ahmad. *Metodologi penelitian peternakan*. Uwais Inspirasi Indonesia, 2023.
- UIN Antasari Banjarmasin. "Sejarah UIN Antasari Banjarmasin." Diakses 20 November 2022. <https://www.uin-antasari.ac.id/sejarah/>.
- Vriends, Noortje, Monique C Pfaltz, Peppy Novianti, dan Johana Hadiyono. "Taijin kyofusho and social anxiety and their clinical relevance in Indonesia and Switzerland." *Frontiers in psychology* 4 (2013).
- Wardani, Laila Meiliyandrie Indah, dan Chintia Noviela Pitensah. *Religiosity, Psychological Capital, dan Burnout pada Mahasiswa yang Bekerja*. Penerbit NEM, 2021.

Whelan, Eoin, AKM Najmul Islam, dan Stoney Brooks. "Is boredom proneness related to social media overload and fatigue? A stress-strain-outcome approach." *Internet Research* 30, no. 3 (2020).

Yudiyanto, Agus. "Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kedokan Bunder Kabupaten Indramayu." *Jurnal Pendidikan Indonesia* 2, no. 01 (2021).

Yunita, Risma, dan Lia Kurniasari. "Hubungan Kecanduan Media dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur." *Borneo Studies and Research* 3, no. 2 (2022).

Zhang, Shiyi, Yanni Shen, Tao Xin, Haoqi Sun, Yilu Wang, Xiaotong Zhang, dan Siheng Ren. "The development and validation of a social media fatigue scale: From a cognitive-behavioral-emotional perspective." *PloS one* 16, no. 1 (2021).

Zulaikha, dan Farida. *Komunikasi Pemasaran Pariwisata*. Unitomo Press, 2021.