Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen
p-ISSN : 1907 – 6037 e-ISSN : 2502 – 3594
Vol. 19, No. 3 (2026): 151–164
https://doi.org/10.24156/jikk.2026.19.3.151

Stres Remaja: Peran Kelekatan Orang Tua dan Teman Sebaya dengan *Fear of Missing Out* sebagai Mediator

Bianca Nur Dinar Ghaniyyah, Alfiasari, Nur Islamiah*)

Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Jalan Lingkar Kampus IPB Darmaga, Bogor, Jawa Barat 16680, Indonesia

*)E-mail: nurislamiah@apps.ipb.ac.id

Abstrak

Prevalensi gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi pada remaja di Indonesia mencapai 9,8 persen sehingga diperlukan pengetahuan mengenai faktor-faktor penyebabnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh karakteristik remaja, karakteristik keluarga, kelekatan orang tua, dan kelekatan teman sebaya terhadap tingkat stres, dengan *fear of missing out* (FoMO) sebagai mediator. Studi ini menggunakan desain *explanatory* dengan metode survei daring. Responden penelitian terdiri atas 264 remaja berusia 15–18 tahun di Jabodetabek yang tinggal bersama kedua orang tua dan dipilih menggunakan teknik *voluntary sampling*. Analisis dilakukan menggunakan *Structural Equation Modeling–Partial Least Squares* (SEM-PLS) untuk menguji pengaruh langsung dan tidak langsung antarvariabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelekatan ayah dan kelekatan teman sebaya berpengaruh langsung terhadap tingkat stres remaja. Kelekatan ibu tidak berpengaruh pada tingkat stres remaja, baik secara langsung maupun tidak langsung. FoMO menjadi mediator yang signifikan dalam hubungan antara kelekatan ayah dan tingkat stres remaja. Kelekatan ayah memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan emosional remaja, sementara kelekatan teman sebaya berperan dalam membantu remaja mengelola stres secara langsung. Penelitian ini menekankan pentingnya hubungan yang kuat antara remaja, orang tua, dan teman sebaya untuk mendukung kesehatan mental.

Kata kunci: *fear of missing out* (FoMO), kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, remaja, tingkat stres remaja

Adolescent Stress: The Role of Parental and Peer Attachment with Fear of Missing Out as a Mediator

Abstract

A total of 9.8 percent of adolescents in Indonesia experience mental health problems, such as stress, anxiety, and depression. This study investigates the influence of adolescent characteristics, family characteristics, parental attachment, and peer attachment on stress levels, with fear of missing out (FoMO) as a mediating variable. Using an explanatory study design, data were collected through an online survey of 264 adolescents aged 15–18 years residing in the Greater Jakarta area (Jabodetabek) who lived with both parents and were selected using a voluntary sampling technique. The analysis was conducted using Structural Equation Modeling–Partial Least Squares (SEM-PLS) to examine both direct and indirect effects. The findings showed that paternal attachment and peer attachment had direct effects on adolescent stress levels. Maternal attachment did not have a significant direct or indirect effect on adolescent stress levels. FoMO significantly mediated the relationship between paternal attachment and adolescent stress levels. Paternal attachment plays an important role in supporting adolescents' emotional well-being, while peer attachment helps adolescents manage stress directly. This study underscores the critical role of fostering strong attachments between adolescents, their parents, and peers in promoting mental health.

Keywords: adolescent stress levels, adolescents, fear of missing out (FoMO), parental attachment, peer attachment

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap krusial dalam perkembangan sosial dan emosional individu. Pada fase ini, mereka rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Secara global, satu dari tujuh remaja berusia 10 sampai 19 tahun telah mengalami gangguan kesehatan mental yang tidak terdeteksi maupun terobati (World Health Organization, 2025). Di Indonesia, hasil survei oleh Global Health Data Exchange pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat 27,3 juta orang di Indonesia yang mengalami masalah kesehatan mental (Global Burden of Disease

Riwayat artikel:
Diterima 26 Juni 2026
Diterima dengan revisi 19 Oktober 2026
Disetujui 22 Oktober 2026
Tersedia daring 12 November 2026

Copyright © 2026 Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen
This is an open-access article distributed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

Collaborative Network, 2018). Data Riskesdas (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019) menunjukkan bahwa 9,8 persen remaja di Indonesia mengalami gangguan mental emosional seperti stres, depresi, dan kecemasan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perkembangan remaja. Gangguan kesehatan mental pada remaja ada kaitannya dengan perilaku berisiko, kesulitan dalam hal akademis, dan penyakit fisik. Perilaku negatif seperti tindakan menyakiti diri diduga merupakan salah satu akibat dari pengelolaan stres yang tidak memadai (Yudiyasiwi & Anganthi, 2024). Stres terjadi ketika individu mengalami kesulitan memenuhi kebutuhan psikologisnya akibat tekanan dan perubahan di lingkungan sekitarnya (Musradinur, 2016).

Remaja yang mengalami stres akan terganggu perkembangannya, dan jika stres yang dialami terjadi secara berkepanjangan, maka akan membuat remaja tersebut mengalami krisis pendewasaan (Sutejo, 2017). Sumber stres pada remaja berasal dari faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal berasal dari luar individu seperti keluarga, teman, dan lingkungan sekolah (Núñez-Regueiro & Núñez-Regueiro, 2021), sementara faktor internal meliputi jenis kelamin, kondisi fisik, kecenderungan genetik, tipe kepribadian, gaya hidup (Qur'annisya & Munawarah, 2026), ketidakmampuan beradaptasi (Bau *et al.*, 2022), serta kegagalan dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya (Musradinur, 2016). Penelitian di 18 negara menunjukkan bahwa faktor penyebab stres remaja yang paling umum berkaitan dengan hubungan keluarga dan teman sebaya (Flett *et al.,* 2020).

Kajian mengenai peran orang tua dan teman sebaya dalam kondisi psikologis remaja tersebut sejalan dengan teori kelekatan (*attachment theory*) yang dikemukakan oleh Bowlby (1969), yang menjelaskan bahwa individu mengembangkan ikatan emosional dengan figur kelekatan sejak usia dini dan kualitas ikatan tersebut menjadi model kerja internal yang memengaruhi cara individu meregulasi emosi serta merespons tekanan sepanjang rentang kehidupan, termasuk pada masa remaja. Merujuk pada hal tersebut, hubungan orang tua dan anak berperan penting dalam regulasi emosi remaja (Ratliff *et al*., 2023). Kelekatan yang baik dengan orang tua memberikan dampak positif bagi kesehatan mental remaja (Sarfika *et al*., 2023). Kelekatan yang aman dapat menjadi faktor protektif bagi remaja dalam menghadapi risiko munculnya masalah kesehatan mental, termasuk stres. Remaja yang memiliki kelekatan aman akan merasa nyaman untuk mencari bantuan dan dukungan dari orang tua; orang tua juga responsif terhadap kebutuhan anak ketika dihadapkan pada stres. Hal ini membuktikan bahwa kelekatan yang kuat antara anak dan orang tua akan mampu mengurangi risiko stres pada anak (Dujardin *et al.,* 2016). Selain dengan orang tuanya, remaja banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya (Lee & Park, 2017).

Interaksi dengan teman sebaya turut membentuk berbagai aspek perilaku remaja, termasuk cara berkomunikasi, berpenampilan, dan bertindak (Fitriani & Hastuti, 2017). Wilkinson (2004) menjelaskan bahwa hubungan dengan teman sebaya dapat berfungsi sebagai salah satu sumber dukungan sosial dan emosional bagi remaja. Penelitian Schoeps *et al*. (2020) menunjukkan bahwa kelekatan yang aman dengan teman sebaya akan membantu remaja dalam penyelesaian masalah, termasuk membantunya dalam pengelolaan stres. Sebaliknya, hubungan yang kurang aman dengan teman sebaya dapat meningkatkan perasaan terasing dan terisolasi pada individu (Schoeps *et al.,* 2020), serta berkaitan dengan rendahnya kepuasan psikologis remaja (Sechi *et al.,* 2020).

Perkembangan teknologi dan penggunaan internet yang semakin luas dapat menjadi tantangan tersendiri dalam upaya membantu remaja mengelola stres (Sontag & Graber, 2010). Penggunaan teknologi secara berlebihan, khususnya internet, berpotensi menimbulkan dampak negatif seperti perilaku kecanduan (Nadzirah *et al*., 2022). Salah satu fenomena yang berkaitan dengan penggunaan internet dan kondisi psikologis remaja adalah *fear of missing out* (FoMO). Przybylski *et al.* (2013) menjelaskan FoMO sebagai kondisi ketika individu merasa khawatir tertinggal dari pengalaman sosial yang dianggap lebih menyenangkan yang dialami orang lain. Kondisi tersebut mendorong individu untuk mempertahankan keterhubungan dengan lingkungan sosialnya. FoMO disebutkan sebagai salah satu bentuk kegagalan regulasi diri yang dialami seseorang dan dapat muncul ketika individu mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya (Ryan & Deci, 2000), yang juga menjadi penyebab seseorang mengalami stres. Fenomena FoMO ini berawal dari teori determinasi diri (*self-determination theory*/SDT) yang dikemukakan oleh Ryan dan Deci (2000), yang menjelaskan regulasi diri yang efektif secara psikologis pada seseorang dalam memenuhi kebutuhan dasar psikologisnya, yang terdiri atas kompetensi, otonomi, dan

keterhubungannya dengan orang lain. Dengan kata lain, FoMO adalah hasil dari regulasi diri yang buruk karena adanya ketidakpuasan seseorang dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya. Penelitian yang dilakukan oleh Browne *et al.* (2018) juga menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki tingkat FoMO yang tinggi cenderung memiliki kebutuhan yang tinggi untuk diterima atau kebutuhan bawaan yang tinggi untuk berhubungan sosial. Selain itu, FoMO juga berkaitan dengan tingkat stres yang lebih tinggi (Alabri, 2022).

Kajian mengenai FoMO pada remaja di Indonesia masih terbatas. Studi sebelumnya lebih banyak membahas FoMO dalam kaitannya dengan penggunaan dan aktivitas di media sosial (Aisafitri & Yusriyah, 2020; Angesti & Oriza, 2018; Purba & Metia, 2025). Sementara itu, masih sedikit ditemukan penelitian yang mengaitkan FoMO dengan faktor lain, terlebih ketika dikaitkan dengan kelekatan yang dimiliki individu terhadap orang tua maupun teman sebayanya. Penelitian Nurshofia (2021) dan Zahra (2025) masih berfokus hanya pada kelekatan teman sebaya. Kesenjangan penelitian tersebut menunjukkan belum adanya studi terdahulu yang mengaitkan kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, FoMO, dan tingkat stres. Selanjutnya, FoMO dalam penelitian sering kali dijadikan sebagai faktor penengah antara dua fenomena, misalnya sebagai mediator (Angesti & Oriza, 2018; Irawan & Budiarto, 2025; Ulwiyyah & Zhang, 2022).

Oleh karena itu, peneliti melihat pentingnya mengeksplorasi lebih jauh faktor-faktor lingkungan maupun kondisi internal remaja yang berkaitan dengan tingkat stres. Sementara itu, perkembangan remaja yang sangat lekat dengan media sosial menjadi tuntutan baru yang berisiko meningkatkan ketidakpuasan psikologis remaja akibat fenomena FoMO (Adams *et al.,* 2017). FoMO diprediksi dapat menjadi mediator antara peran kelekatan orang tua dan teman sebaya terhadap tingkat stres remaja. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh karakteristik remaja, karakteristik keluarga, kelekatan orang tua, dan kelekatan teman sebaya terhadap tingkat stres pada remaja dengan menganalisis peran FoMO sebagai variabel mediator.

METODE

Desain Penelitian, Lokasi, dan Waktu

Desain yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan kuantitatif dengan desain *explanatory study*. Penelitian ini dilakukan dengan metode survei menggunakan kuesioner untuk menjawab hipotesis tentang hubungan karakteristik, kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, serta FoMO dengan tingkat stres pada remaja, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui FoMO. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi (Jabodetabek). Pengumpulan data dilaksanakan melalui kuesioner daring pada Maret 2023 sampai awal April 2023.

Teknik Pengambilan Sampel

Target pengambilan sampel mengacu pada penggunaan model *Structural Equation Modeling* (SEM) yang membutuhkan 200 sampel untuk proses analisis data (Kline, 2005). Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 264 responden yang merupakan hasil dari teknik voluntary sampling melalui kuesioner yang diisi secara mandiri (*self-administered online*) menggunakan Google Forms. Kriteria responden adalah remaja berusia 15–18 tahun yang sedang menempuh pendidikan di bangku SMA maupun SMK dan berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi (Jabodetabek). Kriteria responden lainnya adalah tinggal bersama kedua orang tua karena studi ini bertujuan melihat kelekatan remaja dengan orang tuanya. Hasil analisis data menunjukkan bahwa dari total 264 responden, mayoritas partisipan merupakan remaja perempuan (88,3%) dan bersekolah di bangku SMA (70,5%). Sementara itu, berdasarkan usia, proporsi terbesar terdapat pada remaja berusia 17 tahun (41,3%).

Prosedur Pengumpulan Data

Peneliti menyebarkan kuesioner secara daring yang dilengkapi dengan tujuan penelitian dan kriteria responden. Partisipasi bersifat sukarela dan partisipan memiliki hak untuk menolak atau menghentikan keikutsertaan tanpa mendapatkan konsekuensi. Pengisian data dilakukan setelah partisipan mengetahui penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan potensi risiko penelitian. Pada akhir penjelasan, partisipan diberikan pilihan untuk menyetujui atau menolak keikutsertaan dalam penelitian. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas dan informasi lainnya yang diberikan oleh partisipan selama proses pengumpulan, analisis, dan pelaporan data. Peneliti berupaya mencegah risiko atau kerugian yang mungkin terjadi selama penelitian dengan memastikan bahwa data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan diakses oleh tim peneliti dengan mematuhi etika penelitian. Penelitian ini tergolong berisiko minimal (*low-risk*). Seluruh tahapan penelitian telah dilaksanakan dengan memperhatikan penghormatan terhadap

hak partisipan, seperti keikutsertaan yang bersifat sukarela, perlindungan privasi dan kerahasiaan, serta pencegahan kerugian terhadap partisipan.

Pengukuran dan Penilaian Variabel

Karakteristik keluarga pada penelitian ini didefinisikan sebagai kondisi demografis keluarga. Data yang digunakan pada penelitian ini merupakan data primer. Data primer didapatkan dengan menyebarkan kuesioner yang menghimpun data, yaitu karakteristik keluarga (usia, pendidikan, dan pendapatan), karakteristik remaja (usia dan jenis kelamin), kelekatan remaja dengan orang tua dan kelekatan remaja dengan teman sebaya (kepercayaan, komunikasi, dan pengasingan), tingkat FoMO pada remaja, serta tingkat stres pada remaja. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini didapatkan dari hasil modifikasi yang telah dilakukan peneliti untuk masing-masing alat ukur. Validitas alat ukur menggunakan *expert judgement* dari ahli di bidang psikologi anak dan remaja. Data tersebut diukur menggunakan pertanyaan isian terbuka dan tertutup tanpa menggunakan skala Likert.

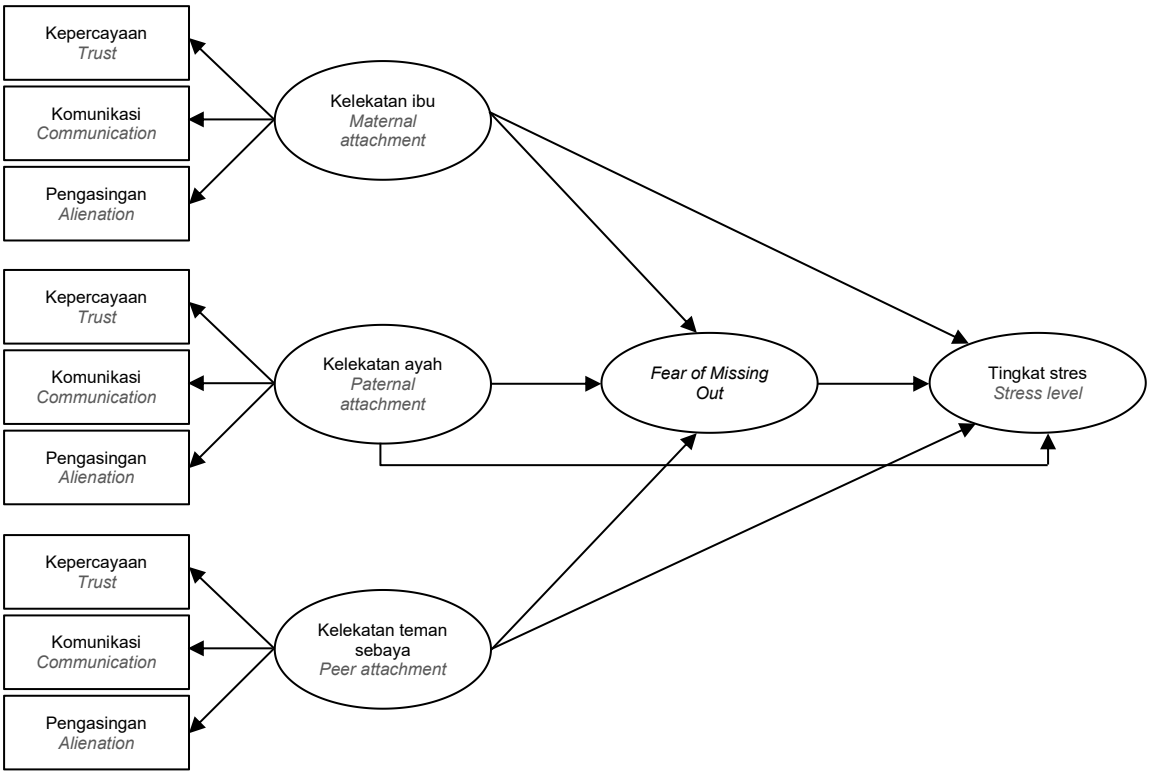
Kelekatan orang tua dan teman sebaya dalam penelitian ini didefinisikan sebagai ikatan emosional yang relatif kuat dan bertahan lama antara remaja dengan figur orang tua dan teman sebaya yang tercermin dari tingkat kepercayaan, kualitas komunikasi, serta ada tidaknya perasaan pengasingan dalam hubungan tersebut (Armsden & Greenberg, 1987). Kelekatan dikelompokkan menjadi tiga tipe, yakni kelekatan aman, kelekatan tidak aman, dan tidak terkategori (Armsden & Greenberg, 1987). Kelekatan aman diperoleh jika dimensi kepercayaan dan komunikasi berada pada kategori minimal sedang dan dimensi pengasingan berada pada kategori sedang atau rendah. Data kelekatan remaja dengan orang tua dan teman sebaya didapatkan dengan menggunakan instrumen *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) yang dirancang oleh Armsden dan Greenberg (1987). Instrumen ini terdiri atas tiga dimensi, yaitu kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan pengasingan (*alienation*), dengan 25 pernyataan untuk kelekatan remaja dengan orang tua, di antaranya terdapat empat pernyataan terbalik, serta 25 pernyataan untuk kelekatan remaja dengan teman sebaya yang juga mencakup satu pernyataan terbalik. Pilihan jawaban menggunakan skala Likert 1–5 (1 = sangat tidak sesuai, 5 = sangat sesuai) untuk mengukur pertanyaan melalui tiga dimensi, yang terdiri atas dua dimensi positif (kepercayaan dan komunikasi) dan satu dimensi negatif (pengasingan) (Armsden & Greenberg, 1987). Alat ukur ini telah diuji reliabilitasnya dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,872 untuk kelekatan pada ibu, 0,849 untuk kelekatan pada ayah, dan 0,832 untuk kelekatan remaja dengan teman sebaya (Arif & Wahyuni, 2017).

FoMO dalam penelitian ini didefinisikan sebagai ketakutan atau kecemasan yang dialami remaja ketika melihat orang lain memperoleh pengalaman yang lebih memuaskan yang dicirikan dengan dorongan untuk senantiasa terhubung dengan orang lain (Przybylski *et al.,* 2013). Data FoMO pada remaja diperoleh dengan menggunakan alat ukur *Fear of Missing Out Scale* (FoMOs) yang dirancang oleh Przybylski *et al.* (2013), yang terdiri atas sepuluh pernyataan berdasarkan pengalaman pribadi sehari-hari. Pilihan jawaban menggunakan skala Likert 1–5 (tidak sepenuhnya benar, sedikit benar, cukup benar, benar, dan sangat benar). Alat ukur ini memiliki reliabilitas dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,87 (Przybylski *et al.,* 2013).

Tingkat stres dalam penelitian ini didefinisikan sebagai persepsi subjektif remaja terhadap sejauh mana situasi dalam kehidupannya dinilai sebagai penuh tekanan, tidak terkendali, dan membebani (Cohen *et al.,* 1983). Data pengukuran tingkat stres pada remaja dilakukan dengan menggunakan alat ukur *Perceived Stress Scale* (PSS) yang dikembangkan oleh Cohen *et al.* (1983) dan telah dimodifikasi ke dalam versi bahasa Indonesia oleh Dahlia dan Hastuti (2022) untuk mengukur persepsi stres seseorang dengan melihat sejauh mana situasi dalam kehidupan seseorang dinilai sebagai stres. Alat ukur ini terdiri atas sepuluh pernyataan, yaitu enam pernyataan negatif dan empat pernyataan positif. Pilihan jawaban menggunakan skala Likert 0–4 (tidak pernah, hampir tidak pernah, terkadang, sering, sangat sering). Alat ukur ini telah diuji reliabilitasnya dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,937 (Dahlia & Hastuti, 2022).

Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan secara daring selanjutnya diolah oleh peneliti melalui beberapa tahapan, di antaranya proses *editing, coding, scoring, data entry, cleaning*, serta analisis data. Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan perangkat lunak Microsoft Office Excel Home and Student 2021. Analisis data untuk uji deskriptif, uji beda, serta uji korelasi



Gambar 1 Model struktural SmartPLS
Figure 1 SmartPLS structural model

dilakukan menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) 25.0, dan uji pengaruh dilakukan menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan program aplikasi SmartPLS untuk melihat pengaruh langsung maupun pengaruh tidak langsung dengan FoMO sebagai variabel mediator menggunakan model persamaan struktural seperti pada Gambar 1.

Hair *et al*. (2010) menjelaskan bahwa pada uji SEM dilakukan evaluasi terkait *outer model* dan *inner model* untuk melihat kecocokan data. *Outer model* dapat dievaluasi dengan memperhatikan nilai *Average Variance Extracted* (AVE) di atas 0,5 dan *Composite Reliability* (CR) di atas 0,7 menunjukkan model yang baik. Selain itu, nilai *Standardized Root Mean Square Residual* (SRMR) pada rentang 0,08–0,10 menunjukkan kecocokan model yang dapat diterima (*acceptable fit*) (Schermelleh-Engel *et al.,* 2003).

HASIL

Kelekatan Remaja dengan Orang Tua dan Teman Sebaya

Hasil penelitian mengenai tipe kelekatan remaja dengan ibu, ayah, dan teman sebaya disajikan pada Tabel 1. Secara keseluruhan, tipe kelekatan aman memiliki proporsi paling besar pada hubungan remaja dengan teman sebaya, sedangkan proporsi kelekatan aman dengan ibu lebih besar dibandingkan dengan ayah. Sebaliknya, kelekatan tidak aman memiliki proporsi paling besar pada hubungan remaja dengan ayah. Pada kategori tidak terkategori, proporsi terbesar terdapat pada kelekatan dengan ayah.

Tabel 1 Persentase tipe kelekatan remaja dengan orang tua dan teman sebaya (n = 264)
Table 1 Percentage of adolescent attachment types to parents and peers (n = 264)

Tipe *Type*	Kelekatan Ibu *Maternal Attachment*	Kelekatan Ayah *Paternal Attachment*	Kelekatan Teman Sebaya *Peer Attachment*
Aman *Secure*	*39*	*20*	*62*
Tidak aman *Insecure*	*6*	*13*	*3*
Tidak terkategori *Uncategorized*	*55*	*67*	*35*

Tabel 2 Uji beda kelekatan ibu dan ayah pada remaja (n = 264)
Table 2 Difference test of maternal and paternal attachment among adolescents (n = 264)

Variabel *Variable*	Kelekatan Ibu *Maternal Attachment*	Kelekatan Ayah *Paternal Attachment*	Sig. (2-*tailed*)
Kelekatan remaja (total) *Adolescent attachment (total)*	58,1	49,44	0,000**
Kepercayaan *Trust*	64,38	56,3	0,000**
Komunikasi *Communication*	52,15	42,25	0,000**
Pengasingan *Alienation*	43,45	51,16	0,000**

Keterangan: *p < 0,05, **p < 0,01
*Note. *p < 0.05; **p < 0.01*

Perbedaan Kelekatan Ibu dan Kelekatan Ayah

Hasil uji beda pada Tabel 2 menunjukkan adanya perbedaan antara kelekatan ibu dan kelekatan ayah, baik pada skor keseluruhan maupun pada setiap dimensinya. Kelekatan remaja dengan ibu memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelekatan dengan ayah. Pada dimensi kepercayaan dan komunikasi, kelekatan dengan ibu menunjukkan skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelekatan dengan ayah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan dan komunikasi remaja terhadap ibu lebih tinggi dibandingkan dengan ayah. Dimensi pengasingan menunjukkan pola yang berbeda dari dimensi kepercayaan dan komunikasi. Skor pengasingan pada kelekatan ibu lebih rendah dibandingkan dengan kelekatan ayah.

Tabel 3 Koefisien korelasi antara karakteristik remaja dan keluarga, kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, dan FoMO dengan tingkat stres (n = 264)
Table 3 Correlation coefficients between adolescent and family characteristics, parental attachment, peer attachment, and FoMO with stress levels (n = 264)

Variabel *Variable*	Kelekatan Ibu *Maternal Attachment*	Kelekatan Ayah *Paternal Attachment*	Kelekatan Teman Sebaya *Peer Attachment*	FoMO	Tingkat Stres *Stress Level*
Usia *Age*	-0,039	-0,067	-0,063	0,007	0,020
Jenis kelamin *Gender*	-0,024	-0,024	-0,008	-0,014	0,110
Sekolah *School type*	0,038	-0,014	-0,062	-0,128*	-0,013
Usia ayah *Father's age*	-0,093	-0,086	-0,014	0,066	-0,009
Usia ibu *Mother's age*	-0,107	-0,072	-0,031	0,073	0,065
Pendidikan ayah *Father's education*	-0,001	0,080	0,154*	-0,002	-0,042
Pendidikan ibu *Mother's education*	0,076	0,116	0,045	-0,049	0,051
Pendapatan ayah *Father's income*	0,032	0,095	0,217**	-0,043	-0,003
Pendapatan ibu *Mother's income*	-0,015	-0,030	0,014	-0,061	0,106
Kelekatan ibu *Maternal attachment*	1	0,672**	0,267**	-0,066	-0,276**
Kelekatan ayah *Paternal attachment*		1	0,165**	-0,112	-0,327**
Kelekatan teman sebaya *Peer attachment*			1	0,085	-0,175**
Fear of Missing Out (FoMO)				1	0,245**

*Keterangan: *p < 0,05, **p < 0,01*. Kategori dan kode analisis: jenis kelamin, 0 = laki-laki, 1 = perempuan; sekolah, 0 = SMA, 1 = SMK.
*Note: *p < 0.05, **p < 0.01. The categories and codes used in the analysis: gender, 0 = male, 1 = female; school, 0 = senior high school, 1 = vocational high school.*

Tabel 4 Hasil uji *outer model* dan *inner model* pada variabel kelekatan ibu, kelekatan ayah, kelekatan teman sebaya, FoMO, dan tingkat stres (n = 264)

Table 4 Results of the outer model and inner model tests for maternal attachment, paternal attachment, peer attachment, FoMO, and stress level (n = 264)

Variabel *Variable*	*Composite Reliability*	*Average Variance Extracted* (AVE)
Kelekatan ibu *Maternal attachment*	0,949	0,509
Kelekatan ayah *Paternal attachment*	0,953	0,507
Kelekatan teman sebaya *Peer attachment*	0,946	0,513
FoMO	0,866	0,622
Tingkat stres *Stress level*	0,847	0,527
SRMR	0,091	
R Square Adjusted	0,230	

Hubungan Karakteristik Remaja dan Keluarga dengan Kelekatan, FoMO dan Tingkat Stres

Hubungan antara karakteristik remaja, karakteristik keluarga, kelekatan ibu, kelekatan ayah, kelekatan teman sebaya, FoMO, dan tingkat stres disajikan pada Tabel 3. Pada karakteristik remaja, jenis sekolah menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan FoMO sehingga siswa SMK cenderung memiliki tingkat FoMO yang lebih rendah daripada siswa SMA. Sementara itu, karakteristik remaja lainnya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelekatan ibu, kelekatan ayah, kelekatan teman sebaya, FoMO, maupun tingkat stres. Adapun pada karakteristik keluarga, pendidikan ayah dan pendapatan ayah menunjukkan hubungan positif yang signifikan dengan kelekatan teman sebaya.

Hasil uji korelasi antarvariabel utama dalam penelitian menunjukkan bahwa kelekatan ibu dan kelekatan ayah memiliki hubungan positif yang signifikan. Artinya, semakin tinggi tingkat kelekatan remaja dengan ibunya, semakin tinggi pula tingkat kelekatan remaja dengan ayahnya. Kelekatan teman sebaya memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kelekatan ibu dan kelekatan ayah sehingga semakin tinggi tingkat kelekatan remaja dengan orang tua, semakin tinggi pula tingkat kelekatan remaja dengan teman sebaya.

Tingkat stres remaja menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan kelekatan ibu, kelekatan ayah, dan kelekatan teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kelekatan yang dimiliki remaja, baik dengan orang tua maupun teman sebayanya, semakin rendah tingkat stres yang dialami remaja. FoMO memiliki hubungan positif yang signifikan dengan tingkat stres. Artinya, semakin tinggi tingkat FoMO yang dimiliki remaja, semakin tinggi pula tingkat stres yang dialaminya.

Evaluasi Model Pengukuran dan Model Struktural

Hasil pengujian menggunakan SEM-PLS yang disajikan pada Tabel 4 menunjukkan bahwa evaluasi *outer model* dilakukan dengan melihat nilai *Average Variance Extracted* (AVE) setiap variabel yang lebih besar dari 0,5 dan nilai *Composite Reliability* yang lebih besar dari 0,7. Hasil tersebut menunjukkan akurasi, konsistensi, dan ketepatan instrumen dalam mengukur konstruk.

Selanjutnya, dilakukan uji inner model dengan melihat nilai *R Square* sebesar 0,230, yang menunjukkan kemampuan penjelasan model yang tergolong lemah terhadap variasi variabel. Signifikansi pengaruh dilihat dari nilai *p-value* setiap variabel. Semua variabel menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres, kecuali kelekatan ibu. Nilai *Standardized Root Mean Square Residual* (SRMR) sebesar 0,091 menunjukkan bahwa model memiliki tingkat kecocokan yang dapat diterima.

Pengaruh Kelekatan Orang Tua, Kelekatan Teman Sebaya, dan FoMO terhadap Tingkat Stres

Hasil evaluasi *outer model* dilanjutkan dengan analisis *bootstrapping.* Analisis ini digunakan untuk menguji pengaruh antarvariabel melalui analisis *second-order* dengan melihat nilai *original sample* yang menunjukkan besarnya pengaruh kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, dan FoMO terhadap tingkat stres remaja.

Pengujian selanjutnya dilakukan dengan melihat nilai *t-value* yang menunjukkan signifikansi pengaruh antarvariabel. Hasil uji pengaruh antarvariabel disajikan pada Tabel 5. Kelekatan ayah, kelekatan teman sebaya, dan FoMO

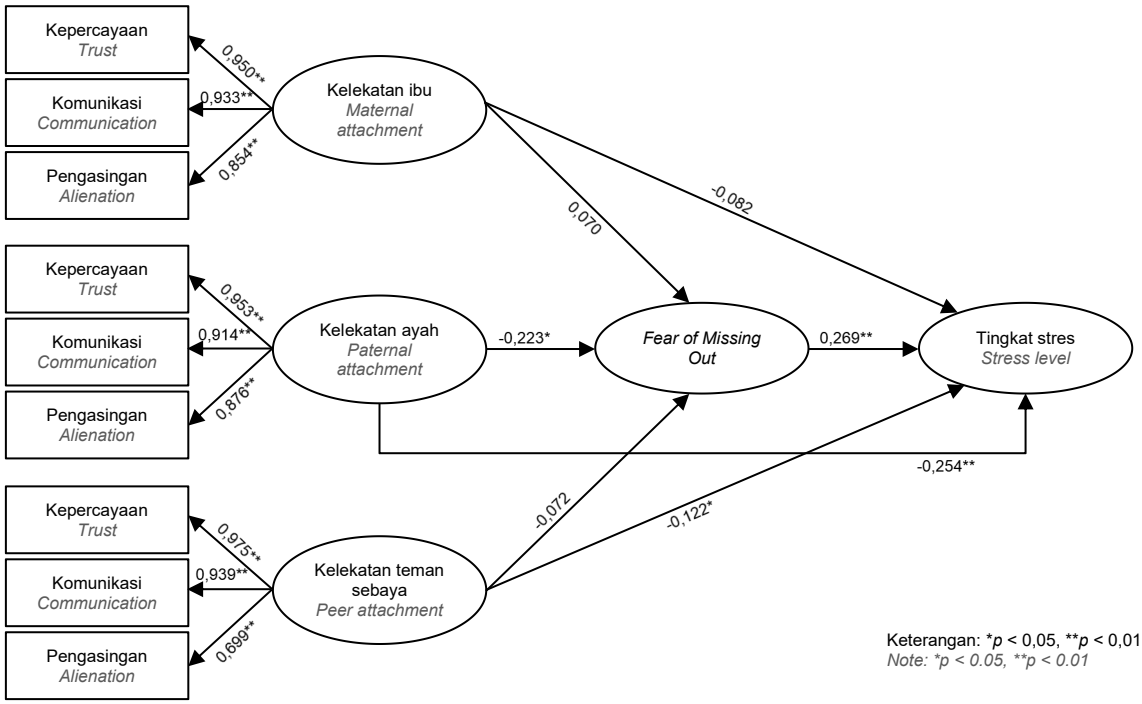
Tabel 5 Pengaruh langsung, tidak langsung, dan total pengaruh kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, dan FoMO terhadap tingkat stres remaja (n = 264)

Table 5 Direct, indirect, and total effects of parental attachment, peer attachment, and FoMO on adolescent stress levels (n = 264)

Variabel *Variable*	Langsung *Direct*	Tidak Langsung *Indirect*	Total
Tingkat stres *Stress level*			
Kelekatan ibu *Maternal attachment*	-0,082	0,019	-0,063
Kelekatan ayah *Paternal attachment*	-0,254**	-0,060*	-0,314*
Kelekatan teman sebaya *Peer attachment*	-0,122*	-0,019	-0,141
FoMO	0,269**		
FoMO			
Kelekatan ibu *Maternal attachment*	0,070		
Kelekatan ayah *Paternal attachment*	-0,223*		
Kelekatan teman sebaya *Peer attachment*	-0,072		

Keterangan: *p < 0,05, **p < 0,01
*Note: *p < 0.05, **p < 0.01*

menunjukkan pengaruh langsung yang signifikan terhadap tingkat stres remaja. Sementara itu, kelekatan ibu tidak menunjukkan pengaruh langsung yang signifikan terhadap tingkat stres. Akan tetapi, hanya satu variabel yang berpengaruh signifikan terhadap variabel mediator, yaitu kelekatan ayah. Hal ini menunjukkan bahwa kelekatan ayah memiliki pengaruh tidak langsung terhadap tingkat stres melalui FoMO sebagai mediator, dengan nilai t-value sebesar 2,118. Model struktural beserta koefisien jalurnya ditampilkan pada Gambar 2.



Gambar 2 Model struktural dalam bentuk diagram jalur (n = 264)

Figure 2 Structural model in the form of path diagram (n = 264)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tipe kelekatan aman memiliki proporsi paling besar pada hubungan remaja dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua. Pola ini dapat dijelaskan oleh perubahan orientasi relasional yang terjadi pada masa remaja, ketika hubungan dengan teman sebaya menjadi semakin penting sebagai sumber rasa aman, dukungan, dan interaksi sosial (Zhou *et al.*, 2025). Konflik dengan orang tua yang lazim muncul pada periode ini turut mengurangi intensitas kedekatan emosional remaja dengan ibu dan ayah. Temuan Öztürk *et al.* (2023) menunjukkan bahwa peningkatan frekuensi dan intensitas konflik antara orang tua dan remaja berhubungan dengan penurunan kedekatan emosional. Di sisi lain, teman sebaya menjadi kelompok yang sangat penting bagi remaja untuk membantu mereka mengembangkan diri, baik secara sosial, emosional, maupun perilaku (Schoeps *et al.*, 2020). Temuan ini menunjukkan bahwa peran teman sebaya menjadi semakin penting dalam kehidupan sosial dan emosional remaja selama masa perkembangannya.

Berdasarkan analisis lebih lanjut mengenai kelekatan orang tua, hasil uji beda menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelekatan ibu dan kelekatan ayah. Kelekatan remaja dengan ibu memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelekatan dengan ayah, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian terdahulu yang menemukan pola serupa (Prabowo & Aswanti, 2014). Hasil ini salah satunya dapat dijelaskan oleh minimnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dibandingkan dengan ibu (Ahnert & Schoppe-Sullivan, 2020). Pembagian peran berdasarkan gender menempatkan ibu pada peran domestik di rumah, sedangkan ayah berfokus pada pekerjaan di luar rumah untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga (Kiram, 2026). Kondisi tersebut dapat membatasi waktu interaksi ayah dengan anak yang mungkin memengaruhi pembentukan kelekatan.

Pada karakteristik remaja, asal sekolah menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan FoMO. Siswa SMK cenderung memiliki tingkat FoMO yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa SMA. Namun, temuan ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena asal sekolah dianalisis menggunakan uji korelasi dan tidak dilakukan uji beda antara siswa SMA dan SMK. Hubungan negatif yang ditemukan lebih tepat dipahami sebagai keterkaitan antara kategori sekolah dan variasi skor FoMO. Hasil ini dapat mengindikasikan bahwa konteks pendidikan atau karakteristik lingkungan sekolah berpotensi memiliki hubungan dengan FoMO remaja. Studi Bloemen dan De Coninck (2020) menunjukkan adanya keterkaitan antara jenis pendidikan dan FoMO pada remaja. Penelitian di Indonesia mengungkapkan bahwa FoMO telah menjadi fenomena yang ditemukan baik pada siswa SMA maupun SMK (Pratiwi *et al.,* 2024; Wahyuningtyas *et al*., 2025). Namun, penelitian yang membandingkan keduanya masih terbatas sehingga perlu dieksplorasi dalam penelitian selanjutnya.

Adapun terkait karakteristik keluarga, pendidikan dan pendapatan ayah berhubungan secara signifikan dengan kelekatan teman sebaya. Kondisi ini dapat menunjukkan bahwa karakteristik sosioekonomi keluarga berkaitan dengan kesempatan dan lingkungan sosial yang mendukung interaksi remaja dengan teman sebaya. Penelitian terdahulu menyatakan bahwa karakteristik keluarga, termasuk kondisi sosioekonomi, berkaitan dengan kualitas hubungan sosial remaja (Therriault *et al.,* 2024). Remaja yang melaporkan status sosioekonomi lebih tinggi memiliki hubungan yang lebih baik dengan teman sebayanya (Li *et al.,* 2020). Sumber daya keluarga yang lebih memadai dapat memberikan kesempatan yang lebih luas bagi remaja untuk terlibat dalam lingkungan sosial dan aktivitas bersama teman sebaya. Status sosioekonomi keluarga dapat membentuk pengalaman psikologis remaja, seperti stres dan harga diri, yang selanjutnya dapat memengaruhi hubungannya dengan teman sebaya (Bai *et al*., 2021).

Hasil uji SEM menunjukkan pengaruh positif yang signifikan dari FoMO terhadap tingkat stres remaja. FoMO yang tinggi pada remaja berhubungan dengan tingginya tingkat stres yang dialami. Temuan ini mendukung penelitian yang mengaitkan FoMO dengan gejala emosional seperti kecemasan dan stres (Fabris *et al.,* 2020; Han & Kim, 2020). FoMO, yang muncul dari rasa takut kehilangan pengalaman sosial, menjadi tantangan yang signifikan bagi remaja di era media sosial, terutama di Indonesia yang memiliki budaya kolektif. Dalam konteks ini, tekanan sosial untuk tetap eksis dan terlibat di kalangan teman sebaya dapat meningkatkan risiko stres yang dialami remaja. Sementara itu, pengaruh tidak langsung yang signifikan ditemukan antara kelekatan ayah dan tingkat stres. Artinya, rendahnya kelekatan ayah berkaitan dengan peningkatan FoMO yang selanjutnya memengaruhi tingkat stres remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian Bloemen dan De Coninck (2020) yang menunjukkan bahwa hubungan paternal yang kuat dapat melindungi

remaja dari risiko FoMO. Sebaliknya, kelekatan ibu dan teman sebaya tidak ditemukan memiliki pengaruh tidak langsung melalui FoMO terhadap tingkat stres. Meski penelitian Han dan Kim (2020) menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan orang tua dan FoMO, temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peran FoMO sebagai mediator terbatas pada hubungan dengan ayah. Hasil ini mengindikasikan bahwa pengaruh ibu terhadap stres remaja tidak secara signifikan dimediasi oleh FoMO, melainkan lebih terkait dengan dukungan emosional langsung. Hal ini sejalan dengan temuan Mónaco *et al.* (2021) yang menunjukkan hubungan langsung antara kelekatan ibu dan stres remaja. Pola komunikasi remaja dengan ibu dilaporkan lebih tinggi dibandingkan dengan ayah, baik dari dimensi topik, durasi, frekuensi, media, maupun situasi komunikasi (Firdanianty *et al.,* 2016). Oleh karena itu, hubungan remaja dengan ibu dimungkinkan dapat berpengaruh langsung pada kondisi psikologis remaja meskipun tidak terkait dengan FoMO.

Kelekatan teman sebaya memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap tingkat stres, tetapi tidak melalui FoMO. Hal ini sejalan dengan penelitian Blomgren *et al.* (2016) yang menunjukkan bahwa hubungan yang aman dengan teman sebaya dapat meningkatkan strategi koping dan membantu remaja menghadapi tekanan. Selain itu, remaja yang memiliki kelekatan tinggi dengan teman sebaya cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan dan kesulitan mereka (Abia *et al.*, 2022), yang dapat membantu mengurangi tingkat stres. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian Han dan Kim (2020) yang menemukan hubungan antara kelekatan teman sebaya dan FoMO.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kelekatan orang tua dan teman sebaya memiliki peran yang berbeda dalam kaitannya dengan tingkat stres remaja, dengan FoMO berperan sebagai mediator pada hubungan antara kelekatan ayah dan tingkat stres. Temuan ini menunjukkan bahwa kelekatan ayah memiliki peran yang signifikan dalam mendukung kesejahteraan emosional remaja, sementara kelekatan teman sebaya memainkan peran penting dalam membantu remaja mengelola stres secara langsung. Namun, pengaruh kelekatan ibu terhadap stres remaja lebih terbatas dan tidak dimediasi oleh FoMO sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi pada hubungan tersebut.

Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menyimpulkan hasil penelitian. Penelitian ini menggunakan metode survei daring dengan pengisian kuesioner secara mandiri (*self-administered*) sehingga memungkinkan terjadinya bias respons dan tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal secara pasti. Sebanyak 88,3 persen partisipan merupakan remaja perempuan sehingga keterwakilan remaja laki-laki relatif terbatas dan generalisasi hasil penelitian pada populasi remaja secara keseluruhan perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, nilai *R-square* penelitian masih tergolong lemah, yaitu sebesar 0,230. Kondisi ini menunjukkan adanya ruang untuk mengidentifikasi determinan lain yang dapat menjelaskan tingkat stres remaja, seperti faktor individu, keluarga, sosial, maupun lingkungan. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian campuran (kuantitatif dan kualitatif) serta mempertimbangkan keseimbangan karakteristik partisipan.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelekatan remaja dengan orang tua dan teman sebaya memiliki pola pengaruh yang berbeda terhadap tingkat stres. Kelekatan dengan ayah berperan secara tidak langsung terhadap stres melalui FoMO, yaitu kualitas hubungan yang kurang aman dengan ayah dapat meningkatkan FoMO, yang kemudian berdampak pada peningkatan stres remaja. Kelekatan dengan ibu tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap stres, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui FoMO. Berbeda dengan kelekatan dengan orang tua, kelekatan dengan teman sebaya memiliki pengaruh langsung yang bersifat protektif, yaitu mampu menurunkan tingkat stres remaja tanpa melalui mekanisme FoMO.

Hasil penelitian menunjukkan perlunya memperhatikan keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Dalam konteks budaya Indonesia yang cenderung patriarkal, ayah sering kali dipersepsikan sebagai pencari nafkah dan kurang terlibat dalam pengasuhan sehingga diperlukan perubahan pola pikir dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya kelekatan emosional antara ayah dan remaja. Ayah dapat membangun rutinitas harian yang melibatkan percakapan mendalam atau kegiatan bersama yang berorientasi pada penguatan hubungan emosional. Selain itu, remaja didorong untuk memiliki lingkungan teman sebaya yang positif atau mengikuti komunitas remaja dengan kegiatan pengembangan diri yang positif sehingga dapat mendukung kesehatan mental remaja. Program edukasi yang melibatkan

keluarga dan komunitas juga diperlukan untuk meningkatkan literasi digital pada remaja. Program ini dapat mencakup pelatihan *digital mindfulness* untuk membantu remaja mengelola tekanan sosial dari media digital dan mendorong penggunaan teknologi secara sehat. Selain itu, sekolah dapat mengintegrasikan kurikulum yang mendukung kesehatan mental, termasuk diskusi tentang dampak media sosial dan pentingnya hubungan interpersonal yang sehat. Keseluruhan implikasi praktis ini menekankan pentingnya kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan komunitas dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental remaja.

PERNYATAAN PENULIS

Pernyataan Penggunaan Kecerdasan Artifisial. Dalam penyusunan manuskrip ini, penulis menggunakan Scopus AI dan ChatGPT Go untuk membantu pencarian literatur yang relevan dan memperbaiki alur penulisan. Seluruh hasil penggunaan AI telah ditinjau dan diverifikasi oleh penulis. Penulis bertanggung jawab penuh atas keakuratan, integritas, dan isi manuskrip.

Pernyataan Kontribusi Penulis. Bianca Nur Dinar Ghaniyyah: Konseptualisasi, Metodologi, Analisis Formal, Penulisan - Draf Awal. **Alfiasari:** Konseptualisasi, Metodologi, Supervisi. **Nur Islamiah:** Konseptualisasi, Metodologi, Supervisi, Penulisan - Draf Awal, Penulisan - Tinjauan dan Penyuntingan.

Pernyataan Pendanaan. Penelitian ini tidak memperoleh pendanaan.

Pernyataan Konflik Kepentingan. Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan yang berkaitan dengan penerbitan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abia, E. M., Hasbullah, M., & Daud, M. N. (2022). Relationship between parental attachment, peer attachment and stress among school-going adolescents in Akwa Ibom State, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, *12*(1), 2127–2137. https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v12-i1/12171

Adams, S. K., Williford, D. N., Vaccaro, A., Kisler, T. S., Francis, A., & Newman, B. M. (2017). The young and the restless: Socializing trumps sleep, fear of missing out, and technological distractions in first-year college students. *International Journal of Adolescence and Youth*, *22*(3), 337–348. https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1181557

Ahnert, L., & Schoppe-Sullivan, S. J. (2020). Fathers from an attachment perspective. *Attachment & Human Development*, *22*(1), 1–3. https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589054

Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2020). Sindrom fear of missing out sebagai gaya hidup milenial di Kota Depok. *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi, 2*(4), 166–177. https://doi.org/10.24014/jrmdk.v2i4.11177

Alabri, A. (2022). Fear of missing out (FoMO): The effects of the need to belong, perceived centrality, and fear of social exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2022*, Article 4824256. https://doi.org/10.1155/2022/4824256

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. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i2.2317

Arif, F., & Wahyuni, S. (2017). Hubungan kelekatan pada ibu, ayah, dan teman sebaya dengan kecenderungan anak menjadi pelaku dan korban bullying. *Jurnal Psikologi Ulayat, 4*(2), 122–140. https://doi.org/10.24854/jpu22017-100

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/

Bai, X., Jiang, L., Zhang, Q., Wu, T., Wang, S., Zeng, X., Li, Y., Zhang, L., Li, J., Zhao, Y., & Dai, J. (2021). Subjective family socioeconomic status and peer relationships: Mediating roles of self-esteem and perceived stress. *Frontiers in*

Psychiatry, 12, Article 634976. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.634976

Bau, N. A., Kadir, L., & Abudi, R. (2022). Hubungan tingkat stres remaja dengan kemampuan beradaptasi di asrama Pondok Pesantren Sabrun Jamil. *Jambura Journal of Epidemiology, 1*(1), 29–37. https://doi.org/10.37905/jje.v1i1.15076

Bloemen, N., & De Coninck, D. (2020). Social media and fear of missing out in adolescents: The role of family characteristics. *Social Media + Society*, 1–11. https://doi.org/10.1177/2056305120965517

Blomgren, A.-S., Svahn, K., Åström, E., & Rönnlund, M. (2016). Coping strategies in late adolescence: Relationships to parental attachment and time perspective. *The Journal of Genetic Psychology, 177*(3), 85–96. https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1178101

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.

Browne, B. L., Aruguete, M. S., McCutcheon, L. E., & Medina, A. M. (2018). Social and emotional correlates of the fear of missing out. *North American Journal of Psychology, 20*(2), 341–354.

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404

Dahlia, I., & Hastuti, D. (2022). Family climate, perception, and adolescents' stress prior to and during COVID-19 pandemic. *Journal of Child, Family, and Consumer Studies, 1*(2), 60–70. https://doi.org/10.29244/jcfcs.1.2.60-70

Dujardin, A., Santens, T., Braet, C., De Raedt, R., Vos, P., Maes, B., & Bosmans, G. (2016). Middle childhood support-seeking behavior during stress: Links with self-reported attachment and future depressive symptoms. *Child Development, 87*(1), 326–340. https://doi.org/10.1111/cdev.12491

Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, *106*, Article 106364. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364

Firdanianty, F., Lubis, D. P., Puspitawati, H., & Susanto, D. (2016). Komunikasi remaja dengan ayah masih minim: Studi pada siswa SMA di Kota Bogor. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 9*(2), 124–135. https://doi.org/10.24156/jikk.2016.9.2.124

Fitriani, W., & Hastuti, D. (2017). Pengaruh kelekatan remaja dengan ibu, ayah, dan teman sebaya terhadap kenakalan remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandung. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 9*(3), 206–217. https://doi.org/10.24156/jikk.2016.9.3.206

Flett, R. A., Selvanathan, D., & Marsh, N. V. (2020). Adolescent stress: A multi-ethnic Asian perspective. *Jurnal Psikologi Malaysia, 34*(1), 1–16.

Global Burden of Disease Collaborative Network. (2018). *Global Burden of Disease Study 2017 (GBD 2017) results*. Institute for Health Metrics and Evaluation. http://ghdx.healthdata.org/gbd-2017

Hair, J. F., Jr., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Prentice Hall.

Han, D., & Kim, B. (2020). The relationship between parent and peer attachment on SNS addiction proneness among adolescents: The mediating effect of the fear of missing out. *The Korean Journal of School Psychology, 17*(3), 243–261. https://doi.org/10.16983/kjsp.2020.17.3.243

Irawan, J. C., & Budiarto, Y. (2025). FoMO sebagai mediator dalam hubungan antara kecemasan sosial dan phubbing di kalangan dewasa awal pengguna media sosial. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, *23*(2). https://doi.org/10.47007/jpsi.v23i2.555

Kiram, M. Z. (2026). Gendered division of domestic labour: Indonesian Muslim men's perceptions, participation and experiences in housework and childcare. *Journal of Gender Studies*, *35*(1), 174–191. https://doi.org/10.1080/09589236.2025.2473923

Kline, R. B. (2005). *Principle and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). Guilford Press.

Lee, J. Y., & Park, S. H. (2017). Interplay between attachment to peers and parents in Korean adolescents' behavior problems. *Journal of Child and Family Studies, 26*(1), 57–66. https://doi.org/10.1007/s10826-016-0552-0

Li, J., Wang, J., Li, J.-Y., Qian, S., Jia, R.-X., Wang, Y.-Q., Liang, J.-H., & Xu, Y. (2020). How do socioeconomic status relate to social relationships among adolescents: A school-based study in East China. *BMC Pediatrics, 20*, Article 271. https://doi.org/10.1186/s12887-020-02175-w

Mónaco, E., de la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2021). Parents and peer attachment and their relationship with emotional problems in adolescence: Is stress mediating? *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes, 8*(3), 67–73. https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.3.8

Musradinur. (2016). Stres dan cara mengatasinya dalam perspektif psikologi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling, 2*(2), 183–200. https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815

Nadzirah, S., Fitriani, W., & Yeni, P. (2022). Dampak sindrom FoMO terhadap interaksi sosial pada remaja. *Intelegensia: Jurnal Pendidikan Islam, 10*(1), 54–60. https://doi.org/10.34001/intelegensia.v10i1.3350

Núñez-Regueiro, F., & Núñez-Regueiro, S. (2021). Identifying salient stressors of adolescence: A systematic review and content analysis. *Journal of Youth and Adolescence, 50*(12), 2533–2556. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01492-2

Nurshofia, N. A. (2021). *Pengaruh peer attachment terhadap fear of missing out (FoMO) pada remaja pengguna media sosial* [Undergraduate thesis, Universitas Pendidikan Indonesia]. Repositori Universitas Pendidikan Indonesia. https://repository.upi.edu/70599/

Öztürk, Y., Eichhorn, T., & Zerle-Elsäßer, C. (2023). Conflicts in adolescence and their association with closeness: Results of a multi-perspective study from Germany. *Youth*, *3*(4), 1363–1377. https://doi.org/10.3390/youth3040085

Prabowo, R. D. B., & Aswanti, M. (2014). Hubungan attachment ibu-anak dan ayah-anak dengan kemandirian pada remaja akhir. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*, *7*, 34–46.

Pratiwi, A. S., Setiyowati, A. J., & Flurentin, E. (2024). Digital dilemma among teenagers: Trend of fear of missing out at vocational high school level. *Bisma The Journal of Counseling*, *8*(3), 235–240. https://doi.org/10.23887/bisma.v8i3.85602

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

Purba, P. A., & Metia, C. (2025). FOMO in the digital age: A study of self-esteem and social media effects on North Sumatran youth. *Ascarya: Journal of Islamic Science, Culture, and Social Studies, 5*(1), 117–128. https://doi.org/10.53754/iscs.v5i1.764

Qur'annisya, A. D., & Munawarah, S. H. (2026). Systematic review: Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja di Indonesia. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 5*(3), 1334–1347. https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v5i3.7807

Ratliff, E. L., Morris, A. S., Cui, L., Jespersen, J. E., Silk, J. S., & Criss, M. M. (2023). Supportive parent-adolescent relationships as a foundation for adolescent emotion regulation and adjustment. *Frontiers in Psychology, 14*, Article 1193449. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1193449

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Sarfika, R., Moh Yanuar Saifudin, I. M., Sari, I. M., Murni, D., Malini, H., & Abdullah, K. L. (2023). Investigating associations between emotional and behavioral problems, self-esteem, and parental attachment among adolescents: A cross-sectional study in Indonesia. *Heliyon, 9*(11), Article e21459.

https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e21459

Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research, 8*(2), 23–74. https://doi.org/10.23668/psycharchives.12784

Schoeps, K., Mónaco, E., Cotolí, A., & Montoya-Castilla, I. (2020). The impact of peer attachment on prosocial behavior, emotional difficulties and conduct problems in adolescence: The mediating role of empathy. *PLOS ONE, 15*(1), Article e0227627. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227627

Sechi, C., Vismara, L., & Lucarelli, L. (2020). Attachment to parents and peers and adolescent mental health: The mediating role of alexithymia. *Community Mental Health Journal, 56*(5), 894–905. https://doi.org/10.1007/s10597-020-00553-3

Sontag, L. M., & Graber, J. A. (2010). Coping with perceived peer stress: Gender-specific and common pathways to symptoms of psychopathology. *Developmental Psychology, 46*(6), 1605–1620. https://doi.org/10.1037/a0020617

Sutejo. (2017). *Keperawatan kesehatan jiwa prinsip dan praktik asuhan keperawatan jiwa*. Pustaka Baru Press.

Therriault, D., Lemelin, J.-P., Toupin, J., & Déry, M. (2024). Peer attachment in adolescence: What are the individual and relational associated factors? *Social Development, 33*(4), Article e12762. https://doi.org/10.1111/sode.12762

Ulwiyyah, U., & Zhang, J. (2022). The role of psychosocial factors affecting internet addiction among Indonesian university students. *The Journal of Behavioral Science, 17*(2), 16–28.

Wahyuningtyas, I., Hambali, I. M., & Muslihati. (2025). Profil kecenderungan fear of missing out (FoMO) pada siswa sekolah menengah atas. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *9*(2), 984–991. https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6764

Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 33*(6), 479–493. https://doi.org/10.1023/B:JOYO.0000048063.59425.20

World Health Organization. (2025, September 1). *Mental health of adolescents*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Yudiyasiwi, F. R., & Anganthi, N. R. N. (2024). The role of family harmony, emotion-focused coping, stressful life events on non-suicidal self-injury behavior in adolescents. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *12*(1), 60–68. https://doi.org/10.22219/jipt.v12i1.29766

Zahra, R. A. (2025). *Hubungan peer attachment dan self-control dengan fear of missing out (FoMO) pada Generasi Z di Kota Malang* [Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. Etheses of Maulana Malik Ibrahim State Islamic. http://etheses.uin-malang.ac.id/83494/

Zhou, H., Tian, C., Hong, L., Fan, Z., & Chen, W. (2025). Relationship between parenting style and peer relationships during early adolescence: The mediating role of parental mentalizing. *The Journal of Genetic Psychology, 186*(2), 144–161. https://doi.org/10.1080/00221325.2024.2413488