

Tekanan Sosial dalam Praktik Mengikuti Tren Mahasiswa: Perspektif Michel Foucault

Debora Situmeang *¹
Anissa Sofinaycila Andina ²
Maureen Anastasya Silangit ³
Vieronica Varbi Sununianti ⁴
Istiqomah ⁵
Deni Aries Kurniawan ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Sriwijaya, Indonesia

*e-mail: deborasitumeang33@gmail.com¹, sofienaycilaandina@gmail.com²,
maureensilangit83@gmail.com³, vieronica.varbi@gmail.com⁴, istiqoma@fisip.unsri.ac.id⁵,
kurniawandeniaries@gmail.com⁶

Abstrak

Penelitian ini membahas fenomena tekanan sosial dalam praktik mengikuti tren di kalangan mahasiswa dalam konteks masyarakat digital. Permasalahan penelitian berangkat dari kecenderungan mahasiswa mengikuti tren bukan semata sebagai ekspresi diri, tetapi sebagai bentuk penyesuaian terhadap tuntutan sosial yang berkembang di media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana tekanan sosial membentuk perilaku mahasiswa dalam mengikuti tren dengan menggunakan perspektif Michel Foucault. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif melalui studi literatur terhadap berbagai sumber ilmiah yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan sosial muncul dalam bentuk Fear of Missing Out (FoMO), keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial, serta pengaruh media sosial sebagai ruang pengawasan digital. Dalam perspektif Foucault, fenomena ini menunjukkan adanya mekanisme kekuasaan yang bekerja melalui pengawasan, normalisasi, dan disiplin diri, sehingga mahasiswa secara tidak sadar menyesuaikan perilakunya dengan standar sosial yang berlaku. Penelitian ini menyimpulkan bahwa praktik mengikuti tren merupakan bagian dari konstruksi sosial dalam masyarakat digital. Implikasinya, mahasiswa perlu memiliki kesadaran kritis agar tidak sepenuhnya terjebak dalam tekanan sosial yang memengaruhi pilihan dan identitas diri.

Kata kunci: Disiplin diri, FoMO, Kekuasaan, Mahasiswa, Media sosial, Tekanan sosial

Abstract

This study examines the phenomenon of social pressure in the practice of following trends among university students within the context of digital society. The research problem arises from the tendency of students to follow trends not merely as a form of self-expression, but as an adaptation to social demands shaped by social media. This study aims to analyze how social pressure influences students' behavior in following trends using the perspective of Michel Foucault. The method employed is a qualitative approach with a descriptive design through literature review of relevant scholarly sources. The findings indicate that social pressure manifests in the form of Fear of Missing Out (FoMO), the desire for social acceptance, and the influence of social media as a space of digital surveillance. From Foucault's perspective, this phenomenon reflects mechanisms of power operating through surveillance, normalization, and self-discipline, leading students to unconsciously adjust their behavior to prevailing social standards. This study concludes that the practice of following trends is part of a broader social construction within digital society. The implication is that students need to develop critical awareness to avoid being fully trapped in social pressures that shape their choices and identities.

Keywords: FoMO, Power, Self-discipline, Social media, Social pressure, Students

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi dalam beberapa tahun terakhir telah mengubah pola interaksi sosial mahasiswa secara signifikan. Media sosial seperti Instagram dan TikTok tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi ruang produksi dan reproduksi tren yang terus berkembang. Dalam konteks ini, mahasiswa tidak sekadar mengonsumsi informasi, tetapi juga terlibat dalam praktik sosial yang membentuk dan mengikuti tren sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Mulawarman & Nasrullah, 2020).

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada fase transisi menuju kedewasaan memiliki kebutuhan yang tinggi akan pengakuan sosial. Lingkungan pertemanan, budaya kampus, dan media sosial menjadi referensi utama dalam menentukan perilaku. Standar mengenai apa yang dianggap menarik dan layak diikuti terbentuk melalui interaksi sosial yang berlangsung secara terus-menerus, sehingga praktik mengikuti tren tidak sepenuhnya bersifat personal (Saragih et al., 2022).

Fenomena mengikuti tren di kalangan mahasiswa tidak dapat dilepaskan dari adanya tekanan sosial yang bekerja secara halus. Tekanan ini muncul dalam bentuk keinginan untuk diterima dan diakui dalam kelompok sosial. Dalam banyak situasi, individu terdorong untuk menyesuaikan diri dengan tren yang sedang berkembang sebagai bentuk konformitas terhadap norma sosial yang berlaku (HIDAYAT, n.d.).

Dalam masyarakat digital, tekanan sosial tersebut diperkuat oleh mekanisme visibilitas dan pengawasan melalui media sosial. Aktivitas seperti mengunggah, menyukai, dan mengomentari konten menciptakan sistem penilaian sosial yang berlangsung secara terus-menerus. Kondisi ini mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan standar yang berkembang dalam ruang digital (Oktorika et al., 2023).

Selain itu, tekanan sosial dalam praktik mengikuti tren sering kali berlangsung melalui proses normalisasi yang tidak disadari. Individu cenderung menganggap bahwa pilihan yang diambil merupakan keputusan pribadi, padahal telah dipengaruhi oleh konstruksi sosial yang lebih luas dalam budaya digital (Sukmana et al., n.d.).

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis melihat bahwa praktik mengikuti tren di kalangan mahasiswa tidak lagi dapat dipahami sebagai sekadar ekspresi diri, melainkan sebagai bentuk penyesuaian terhadap tekanan sosial yang bekerja secara halus. Mahasiswa cenderung berada dalam posisi dilematis antara keinginan untuk menjadi diri sendiri dan kebutuhan untuk diterima dalam lingkungan sosialnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebebasan individu dalam menentukan pilihan sebenarnya berada dalam batasan-batasan sosial yang tidak selalu disadari.

Untuk memahami fenomena tersebut secara lebih mendalam, penelitian ini menggunakan perspektif Michel Foucault yang menekankan bahwa kekuasaan bekerja melalui mekanisme disiplin, pengawasan, dan normalisasi dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kerangka ini, tekanan sosial dipahami sebagai bentuk kekuasaan yang tersebar dan tidak selalu tampak, tetapi mampu membentuk perilaku individu secara tidak langsung. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana tekanan sosial membentuk praktik mengikuti tren mahasiswa dalam konteks masyarakat digital.

KERANGKA TEORI

1. Kekuasaan dalam Relasi Sosial Digital

Dalam perspektif Michel Foucault, kekuasaan tidak hanya berada pada institusi formal, tetapi tersebar dalam relasi sosial dan bekerja melalui pembentukan norma yang dianggap wajar. Kekuasaan bersifat produktif karena mampu membentuk cara berpikir dan bertindak individu tanpa paksaan langsung. Dalam masyarakat digital, kekuasaan hadir melalui standar sosial yang berkembang di media sosial, termasuk dalam menentukan tren yang dianggap layak diikuti. Kekuasaan modern bekerja secara halus melalui mekanisme normalisasi yang membuat individu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Salsabila, 2024).

Dalam konteks mahasiswa, kekuasaan ini terlihat dari kecenderungan mengikuti tren sebagai bentuk penyesuaian terhadap lingkungan sosial. Tren tidak lagi sekadar pilihan pribadi, tetapi menjadi bagian dari struktur sosial yang memengaruhi perilaku individu.

2. Pengawasan Digital dalam Media Sosial

Konsep pengawasan (panopticon) menjelaskan bahwa individu akan mengontrol perilakunya ketika merasa dirinya diawasi. Dalam masyarakat digital, pengawasan berkembang melalui media sosial yang memungkinkan individu untuk saling melihat dan menilai secara terus-menerus. Sistem ini menciptakan ruang sosial yang penuh dengan visibilitas, sehingga setiap tindakan berpotensi mendapatkan respons dari publik. Media sosial berfungsi sebagai bentuk kontrol sosial baru yang memengaruhi perilaku pengguna (Azzahra et al., 2022).

Bagi mahasiswa, kondisi ini memunculkan tekanan sosial untuk menampilkan diri sesuai dengan ekspektasi yang berkembang. Pengawasan digital mendorong mahasiswa untuk mengikuti tren agar tetap diterima dalam lingkungan sosialnya.

3. Disiplin Diri sebagai Bentuk Internalisasi Norma

Disiplin diri dalam pemikiran Foucault merupakan hasil internalisasi norma sosial yang membuat individu mengontrol perilakunya tanpa paksaan eksternal. Proses ini terjadi melalui interaksi sosial yang berulang, sehingga norma menjadi bagian dari kesadaran individu. Dalam konteks media sosial, disiplin diri terlihat dari bagaimana individu mengatur perilaku dan citra dirinya agar sesuai dengan standar yang berlaku. Mahasiswa cenderung membentuk citra diri di media sosial sebagai bentuk adaptasi terhadap tekanan sosial (Lestari, 2026).

Hal ini menunjukkan bahwa praktik mengikuti tren tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga oleh kesadaran individu yang telah terbentuk melalui proses sosial.

4. Tren sebagai Konstruksi Sosial dalam Budaya Digital

Tren dalam masyarakat digital merupakan hasil konstruksi sosial yang terbentuk melalui interaksi antarindividu dan pengaruh media. Tren tidak muncul secara alami, tetapi diproduksi dan direproduksi secara terus-menerus dalam ruang digital. Dalam konteks ini, tren menjadi standar sosial yang memengaruhi cara individu berperilaku dan membentuk identitasnya. Budaya digital memiliki peran penting dalam membentuk gaya hidup dan preferensi generasi muda (Sari et al., 2024).

Bagi mahasiswa, tren menjadi bagian dari upaya untuk membangun identitas sosial sekaligus memperoleh pengakuan dari lingkungan sekitarnya. Dengan demikian, mengikuti tren merupakan bagian dari proses sosial yang lebih luas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Systematic Literature Review (SLR) untuk mengkaji secara sistematis fenomena tekanan sosial dalam praktik mengikuti tren di kalangan mahasiswa dalam perspektif Michel Foucault. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh sintesis komprehensif dari berbagai penelitian terdahulu yang relevan.

Sumber Data dan Database

Data penelitian diperoleh dari berbagai sumber literatur ilmiah yang terindeks dalam database:

Google Scholar
Scopus
Garuda (Garba Rujukan Digital)

Pemilihan database tersebut didasarkan pada cakupan publikasi ilmiah yang luas, baik nasional maupun internasional, serta relevansi dengan kajian sosiologi digital dan perilaku media sosial.

Strategi Pencarian Literatur

Pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci sebagai berikut:

“tekanan sosial mahasiswa”
“Fear of Missing Out (FoMO)”
“media sosial dan mahasiswa”
“social pressure AND students”
“Foucault AND social media”
“digital surveillance AND behavior”

Kata kunci digunakan secara kombinatorial dengan teknik Boolean (AND, OR) untuk memperoleh hasil yang lebih spesifik dan relevan.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Untuk memastikan kualitas sumber data, penelitian ini menggunakan kriteria sebagai berikut:

Kriteria inklusi:

Artikel jurnal ilmiah, prosiding, dan buku akademik Terbit dalam rentang tahun 2018–2026 Relevan dengan topik tekanan sosial, media sosial, dan perilaku mahasiswa Menggunakan pendekatan sosiologi, komunikasi, atau psikologi

Kriteria eksklusi:

Artikel non-ilmiah (blog, opini populer) Sumber tanpa penulis dan tahun yang jelas dan Penelitian yang tidak berkaitan langsung dengan topik

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses Identifikasi literatur dari database seleksi judul dan abstrak evaluasi isi artikel secara menyeluruh ekstraksi data yang relevan dengan fokus penelitian

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif dari Matthew B. Miles dan A. Michael Huberman, yang meliputi tiga tahapan utama:

Reduksi Data

Data yang telah dikumpulkan diseleksi dan difokuskan pada informasi yang relevan dengan fenomena tekanan sosial, FoMO, dan pengaruh media sosial terhadap mahasiswa.

Penyajian Data (Data Display)

Data yang telah direduksi kemudian disusun secara sistematis dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman pola dan hubungan antar konsep.

Penarikan Kesimpulan (Verification)

Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola yang ditemukan, serta mengaitkannya dengan perspektif teori Michel Foucault mengenai kekuasaan, pengawasan, dan disiplin diri.

Validitas Data

Untuk menjaga validitas data, penelitian ini menggunakan: Triangulasi sumber, yaitu membandingkan berbagai literatur dari sumber yang berbeda Konsistensi teori, dengan mengacu pada kerangka pemikiran yang sama (Foucault)

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bentuk Tekanan Sosial pada Mahasiswa

A. Ketakutan Akan Ketinggalan Tren (FoMO)

Fenomena Fear of Missing Out (FoMO) menjadi salah satu bentuk tekanan sosial yang banyak dialami mahasiswa dalam penggunaan media sosial. FoMO muncul sebagai perasaan khawatir ketika individu merasa tertinggal dari aktivitas atau pengalaman sosial orang lain yang ditampilkan di media digital. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi meningkatkan kecenderungan mahasiswa mengalami FoMO karena paparan informasi yang terus-menerus (Rahayuningtyas et al., 2025).

Dalam konteks penelitian ini, FoMO tidak hanya sekadar rasa takut tertinggal, tetapi juga mencerminkan adanya tekanan sosial yang mendorong mahasiswa untuk terus mengikuti tren. Mahasiswa merasa perlu untuk selalu “update” agar tetap dianggap relevan dalam kelompok sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial telah membentuk standar sosial baru yang menuntut individu untuk terus berpartisipasi dalam arus tren.

Lebih jauh, FoMO dapat dipahami sebagai bentuk kontrol sosial yang bekerja secara tidak langsung. Tanpa adanya paksaan eksplisit, mahasiswa terdorong untuk menyesuaikan diri akibat perbandingan sosial yang terus terjadi. Kondisi ini memperlihatkan bahwa tekanan sosial telah terinternalisasi dalam kesadaran individu melalui interaksi digital yang intens.

B. Keinginan untuk Diterima dalam Lingkungan Sosial

Keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku mahasiswa dalam mengikuti tren. Dalam kehidupan kampus, mahasiswa cenderung menyesuaikan diri dengan norma kelompok agar dapat mempertahankan hubungan sosial. Kebutuhan akan penerimaan sosial memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku konformitas mahasiswa (Rana, 2024).

Dalam temuan penelitian ini, mahasiswa sering kali mengikuti tren bukan karena keinginan pribadi, melainkan karena adanya dorongan untuk tidak terasing dari kelompoknya. Hal ini menunjukkan bahwa keputusan individu sangat dipengaruhi oleh ekspektasi sosial yang berkembang dalam lingkungan pertemanan.

Selain itu, kelompok sebaya juga membentuk norma tidak tertulis yang menjadi acuan bersama. Norma tersebut mencakup berbagai aspek, seperti gaya berpakaian, aktivitas sosial, hingga pola konsumsi. Mahasiswa yang tidak mengikuti norma tersebut berpotensi mengalami eksklusi sosial, sehingga mereka memilih untuk menyesuaikan diri demi menjaga relasi sosial.

C. Pengaruh Media Sosial

Media sosial memiliki peran yang signifikan dalam membentuk persepsi dan perilaku mahasiswa. Platform digital tidak hanya menjadi sarana komunikasi, tetapi juga ruang di mana tren diproduksi dan disebarluaskan secara cepat. Media sosial berperan sebagai agen sosial yang membentuk standar perilaku melalui interaksi digital (Ramdani et al., 2026)

Dalam konteks ini, mahasiswa cenderung menampilkan citra diri yang ideal di media sosial, sehingga menciptakan standar sosial yang sulit dicapai oleh individu lain. Hal ini memicu terjadinya perbandingan sosial yang intens dan mendorong mahasiswa untuk mengikuti tren sebagai bentuk penyesuaian diri.

Selain itu, media sosial juga mempercepat proses penyebaran tren, sehingga mahasiswa tidak hanya menjadi konsumen, tetapi juga produsen tren. Mereka secara aktif mereproduksi tren dalam kehidupan sehari-hari, yang pada akhirnya memperkuat tekanan sosial dalam lingkungan mereka.

Secara keseluruhan, tekanan sosial yang dialami mahasiswa menunjukkan bahwa praktik mengikuti tren tidak dapat dipisahkan dari interaksi sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. FOMO, kebutuhan akan penerimaan sosial, dan pengaruh media sosial saling berkaitan dalam membentuk perilaku mahasiswa. Dalam kondisi ini, mahasiswa tidak sepenuhnya bebas dalam menentukan pilihan, melainkan dipengaruhi oleh struktur sosial yang membentuk preferensi mereka.

2. Analisis Perspektif Foucault

A. Mahasiswa dalam Sistem Pengawasan Digital

Dalam perspektif Michel Foucault, mahasiswa dapat dipahami sebagai subjek yang berada dalam sistem pengawasan sosial yang tidak selalu terlihat. Dalam konteks digital, media sosial berfungsi sebagai ruang di mana individu merasa dirinya terus diamati oleh orang lain. Susanto (2021) menjelaskan bahwa interaksi digital menciptakan bentuk pengawasan sosial yang mendorong individu untuk mengontrol perilakunya.

Dalam penelitian ini, mahasiswa menunjukkan kecenderungan untuk menyesuaikan perilaku mereka karena merasa aktivitasnya dapat dilihat dan dinilai oleh orang lain. Keberadaan audiens di media sosial mendorong mahasiswa untuk menjaga citra diri agar sesuai dengan ekspektasi sosial.

B. Kekuasaan sebagai Kontrol Sosial yang Halus

Kekuasaan dalam perspektif Foucault bekerja melalui mekanisme yang tidak langsung, seperti norma sosial dan budaya populer. Dalam konteks digital, kekuasaan hadir melalui standar tren yang berkembang dan memengaruhi perilaku individu. Budaya populer memiliki peran penting dalam membentuk gaya hidup masyarakat melalui proses normalisasi (Wibowo, 2020).

Dalam konteks mahasiswa, mengikuti tren sering kali dianggap sebagai pilihan pribadi, padahal sebenarnya merupakan hasil dari pengaruh sosial yang kuat. Mahasiswa secara tidak sadar telah menginternalisasi norma yang berkembang, sehingga mengikuti tren menjadi sesuatu yang dianggap wajar.

C. Terbentuknya Disiplin Diri dalam Mengikuti Tren

Disiplin diri merupakan bentuk internalisasi norma sosial yang membuat individu mengontrol perilakunya tanpa paksaan eksternal. Dalam konteks media sosial, mahasiswa secara tidak sadar mendisiplinkan dirinya untuk mengikuti tren sebagai bentuk adaptasi terhadap lingkungan sosial. Mahasiswa cenderung mengelola citra diri mereka di media sosial sebagai respons terhadap tekanan sosial (Oktaviani, 2023).

Dalam penelitian ini, disiplin diri terlihat dari bagaimana mahasiswa menyesuaikan gaya hidup, penampilan, dan aktivitas mereka agar sesuai dengan tren yang berkembang. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol sosial tidak lagi berasal dari luar, tetapi telah menjadi bagian dari kesadaran individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa praktik mengikuti tren di kalangan mahasiswa tidak dapat dipahami sebagai sekadar pilihan individu, melainkan sebagai hasil dari tekanan sosial yang bekerja secara halus dalam kehidupan sehari-hari. Tekanan tersebut muncul melalui berbagai bentuk, seperti ketakutan akan ketinggalan tren (FOMO), keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial, serta pengaruh kuat dari media sosial. Ketiga faktor ini saling berkaitan dan membentuk pola perilaku mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Fenomena FOMO menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki dorongan kuat untuk tetap terhubung dengan perkembangan sosial yang terjadi di sekitarnya. Perasaan takut tertinggal membuat mahasiswa cenderung terus mengikuti tren yang sedang berkembang, meskipun tidak selalu sesuai dengan preferensi pribadi mereka. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial telah menciptakan standar sosial baru yang menuntut individu untuk selalu aktif, responsif, dan relevan dalam mengikuti arus informasi dan tren.

Selain itu, keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial juga menjadi faktor penting dalam mendorong mahasiswa mengikuti tren. Dalam kehidupan kampus, relasi sosial memiliki peran yang sangat besar, sehingga mahasiswa cenderung menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku dalam kelompoknya. Tren dalam hal ini tidak hanya berfungsi sebagai gaya hidup, tetapi juga sebagai alat untuk memperoleh pengakuan sosial dan mempertahankan hubungan dengan lingkungan sekitar.

Jika dianalisis menggunakan perspektif Michel Foucault, fenomena ini menunjukkan bahwa kekuasaan bekerja melalui mekanisme pengawasan, normalisasi, dan disiplin diri. Mahasiswa berada dalam sistem pengawasan digital di mana mereka merasa terus diamati, sehingga terdorong untuk menampilkan diri sesuai dengan ekspektasi sosial. Proses ini kemudian menghasilkan disiplin diri, di mana mahasiswa secara tidak sadar mengontrol perilakunya agar sesuai dengan tren yang berkembang.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa praktik mengikuti tren merupakan bagian dari konstruksi sosial yang lebih luas dalam masyarakat digital. Mahasiswa tidak hanya menjadi pelaku aktif, tetapi juga subjek yang dipengaruhi oleh kekuasaan sosial yang bekerja secara tidak langsung. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk memiliki kesadaran kritis agar mampu membedakan antara kebutuhan pribadi dan tekanan sosial, sehingga tidak sepenuhnya terjebak dalam arus tren yang berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, F. K., Muti'ah, T., & Budiarto, S. (2022). Kontrol diri dalam media sosial ditinjau dari etika digital. *Jurnal Spirits Volume*, 11(2).
- HIDAYAT, M. A. (n.d.). *Pengaruh antara self management dan konformitas teman sebaya terhadap kedisiplinan pada siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Semarang*.
- Lestari, I. (2026). IDENTITAS DIGITAL ANAK MUDA DI KOTA KENDARI: Representasi Diri, Personal Branding dan Privasi Digital. *Journal Publicuho*, 9(1), 229–235.
- Mulawarman, N. D. A., & Nasrullah, R. A. (2020). Media Sosial. *Pemanfaatan Media Sosial Facebook Sebagai Strategi Pemasaran Paket Umrah Pt Hajar, Tahun*.
- Oktaviani, A. (2023). Dampak media sosial terhadap rasa percaya diri terkait citra tubuh generasi Z di Kota Cimahi. *Janaloka: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2 DESEMBER), 81–96.
- Oktorika, N., Pratikto, H., & Suhadianto, S. (2023). Fear of Missing Out pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial: Bagaimana Peran Dukungan Sosial? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1).
- Rahayuningtyas, Y. P., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2025). Fear of Missing Out (FOMO) dan Psychological Well Being pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01).
- Ramdani, A., Nugraha, A. S., Kyrana, A. P., Zahra, H. A. A., Abipraya, M. R., & Nabila, W. (2026). Pemanfaatan Media Sosial terhadap Partisipasi Kewargaan Digitalgenerasi Z di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 3(1), 1–9.
- Rana, R. A. (2024). *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa*. UIN Raden Intan Lampung.
- Salsabila, M. (2024). Tantangan kontemporer hak asasi manusia di Indonesia: Kasus-kasus diskriminasi dan kekerasan yang menggugah kesadaran. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(6).
- Saragih, M. A. M., Wulandari, A. W., Muaimi, D., Dalimunthe, M. A., & Sazali, H. (2022). Terpaan Media Sosial dalam Membentuk Gaya Hidup Mahasiswa. *Professional: Jurnal Komunikasi Dan Administrasi Publik*, 9(1), 181–186.
- Sari, N., Munfarida, A., & Andrasari, M. F. (2024). Dampak Media Sosial terhadap Gaya Hidup dan Identitas Budaya Generasi Muda. *DINASTI: Jurnal Sosial Dan Budaya*, 1(01), 36–44.
- Sukmana, O., Sulistyaningsih, T., Damanik, F. H. S., Sos, S., Wahyudi, F. D., Sosio, S., Sos, M., Ras, A., Fardila Astari, S. S., & Tantri, E. (n.d.). *SOSIOLOGI DIGITAL*.
- Wibowo, A. (2020). Perilaku Konsumen & Hubungan Masyarakat. *Penerbit Yayasan Prima Agus Teknik*, 1–174.