

Peran Mediasi *Network Heterogeneity* pada Hubungan *Online Subjective Well-Being* dan *Social Media Fatigue* pada Pengguna Media Sosial

Adhyatman Prabowo

Universitas Muhammadiyah Malang
e-mail: adhyatmanprabowo@umm.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: September 2022

Revised: Maret 2023

Accepted: April 2023

Abstract. The use of social media has many implications for individuals. One of the impacts that arises is users' Online Subjective Well-Being (OSWB). This study aims to explore the relationship between OSWB and Social Media Fatigue (SMF) mediated by network heterogeneity; privacy concern, social comparison and self-disclosure. This correlational research design used early adult respondents of a range of ages 20 - 30 years (N = 337) which was taken using non-probability quota sampling. Data was analyzed using SPSS Process (Model 4) by Hayes. The results showed that OSWB was able to predict SMF directly. The factors which succeed in mediating OSWB and SMF were self-disclosure, while privacy concerns and social comparison were unable to act as mediator. However, all three mediating variables have a positive correlation with SMF. Individuals with high OSWB are predicted to have lower SMF. In addition, the role of self-disclosure greatly determines the occurrence of SMF.

Keywords: Online Subjective Well-Being; Network Heterogeneity; Self-disclosure; Social Comparison; Social Media Fatigue

Abstrak. Penggunaan media sosial membawa banyak implikasi bagi individu. Salah satu dampak yang muncul adalah *Online Subjective Well-Being* (OSWB) pengguna. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara OSWB dan *Social Media Fatigue* (SMF) yang dimediasi oleh *network heterogeneity*; *privacy concern*, *social comparison* dan *self-disclosure*. Penelitian korelasional ini melibatkan responden dewasa awal dengan rentang usia 20 - 30 tahun (N = 337) dengan pengambilan sampling menggunakan non probability quota sampling. Analisis data melalui SPSS Process (Model 4) oleh Hayes. Hasil penelitian menunjukkan OSWB mampu memprediksi SMF secara langsung. Adapun faktor yang berhasil menjadi mediasi adalah *self-disclosure* sedangkan *privacy concerns* dan *social comparison* tidak mampu menjadi mediator. Namun demikian, ketiga variabel mediasi berkorelasi positif dengan SMF. Individu dengan OSWB yang tinggi diprediksi memiliki SMF yang lebih rendah. Selain itu, peran *self-disclosure* dalam diri sangat menentukan proses terjadinya SMF.

Kata kunci: Heterogenitas Jaringan; Kelelahan Media Sosial; Kesejahteraan Subjektif Secara Online; Pengungkapan Diri; Perbandingan Sosial

Penggunaan media sosial membawa implikasi ganda bagi individu. Di satu sisi, platform media sosial telah membantu individu memperluas hubungan sosial, meningkatkan harga diri, kepuasan hidup dan menikmati banyak kesempatan untuk presentasi diri (Malik dkk, 2020; Talwar dkk, 2019). Di sisi lain, beberapa penelitian juga telah membahas konsekuensi negatif dari penggunaan media sosial untuk kesejahteraan individu. Contohnya potensi menjadi *cyber stalked* (Kaur dkk, 2021b), rasa takut kehilangan (FoMO; Tandon dkk, 2021a), masalah tidur (Kaur dkk, 2021a; Dhir dkk, 2021), serta penggunaan media sosial yang disebabkan oleh emosi negatif, seperti kecemburuan (Tandon dkk, 2021b), kecemasan, depresi (Tandon dkk, 2020; Swain & Pati, 2019), bahkan kelelahan (Malik dkk., 2020; Dhir dkk, 2019, 2018).

Online Subjective Well-Being (OSWB) adalah salah satu masalah yang menjadi perhatian para peneliti terkait penggunaan media sosial (Chang & Hsu, 2016; Huang, 2016; Diener dkk, 2015). OSWB mengacu pada spektrum perasaan dan emosi yang luas, seperti kepuasan, kebahagiaan, serta pengaruh negatif dan positif yang dialami oleh individu pengguna internet dan platform media sosial (Fan dkk, 2019; Verduyn dkk, 2017). OSWB dapat dipahami sebagai kebahagiaan individu, dukungan sosial yang dirasakan, dan kepuasan terhadap kehidupan digital atau media sosial (Huang, 2016).

Para ahli berpendapat bahwa OSWB memainkan peran penting dalam menentukan keberhasilan setiap platform online, termasuk media sosial (Chang & Hsu, 2016). Hal tersebut dikaitkan dengan fakta bahwa media sosial memfasilitasi pengguna dalam interaksi dan komunikasi yang heterogen, juga disebut sebagai heterogenitas jaringan (B. Kim & Kim, 2017), yang menghasilkan manfaat, seperti peningkatan kepuasan terhadap komunikasi melalui media sosial (Munzel dkk, 2018). Khususnya, beberapa penelitian telah meneliti OSWB sebagai konsekuensi dari penggunaan media sosial, baik dari segi positif ataupun negatif. Dari segi positif contohnya seperti modal sosial (Roberts & David, 2020; Chang & Hsu, 2016), pengungkapan diri (Huang, 2016), dan kepuasan dalam hidup (Chiu dkk, 2013). Sedangkan dari segi negatif contohnya seperti penggunaan internet yang bermasalah (Mei dkk, 2016).

Selama dekade terakhir telah dihasilkan peningkatan penelitian yang bertujuan untuk memahami sisi gelap media sosial, yang mengacu pada fenomena terkait penggunaan media sosial yang berdampak buruk pada kesejahteraan pengguna, termasuk kelelahan media sosial (Dhir dkk., 2019; Malik dkk., 2020) dan FoMO (Tandon dkk, 2021a). Misalnya, Appel dkk (2020), dalam tinjauan meta-analitik, menemukan hubungan negatif yang rendah namun signifikan antara

penggunaan media sosial dan berbagai aspek kesejahteraan, seperti kepuasan hidup, kesepian, dan depresi. Dalam studi lain, James dkk (2017) membahas aspek positif dan negatif penggunaan media digital pada kesejahteraan remaja. Para peneliti juga menganjurkan penelitian lebih lanjut untuk mengklarifikasi hubungan bervariasi antara faktor individu, teknologi, dan situasional yang menghasilkan hasil positif versus negatif. Penting untuk memahami bagaimana OSWB memengaruhi heterogenitas jaringan pengguna yang menghasilkan konsekuensi negatif. Meneliti hubungan ini sangat penting dalam konteks pasca pandemic COVID-19, yang telah menyebabkan banyak individu beralih ke media sosial sebagai saluran komunikasi utama yang memungkinkan mereka mempertahankan keterhubungan sosial.

Secara khusus, ada tiga aspek yang terkait dengan sisi gelap media sosial: (a) kekhawatiran tentang privasi informasi yang dibagikan (*privacy concerns*), (b) kecenderungan pengguna terhadap perbandingan sosial (*social comparison*) dan (c) pengungkapan diri (*self-disclosure*). Masalah privasi berhubungan dengan kekhawatiran pengguna tentang kontrol yang mereka rasakan atas penggunaan dan potensi penyalahgunaan informasi yang mereka bagikan di media sosial (Dhir dkk, 2019). Sedangkan pengungkapan diri adalah tindakan berbagi informasi di media sosial untuk mencari keterkaitan. Selain itu, pengguna media sosial dapat terlibat dalam perbandingan sosial untuk mencari informasi tentang orang lain dan dengan demikian meningkatkan harga diri atau persepsi diri mereka.

OSWB individu dan keterlibatan dengan ketiga aspek ini berkorelasi dengan kelelahan media sosial yang mereka alami, akibat dari informasi atau komunikasi yang dihasilkan dari penggunaan media sosial yang berlebihan. Banyak literatur yang telah menunjukkan bahwa aspek penggunaan media sosial tingkat individu ini, yaitu masalah privasi, perbandingan sosial, dan pengungkapan diri, dikaitkan dengan penggunaan media sosial yang bermasalah dan juga kelelahan (Dhir dkk, 2018, 2019). Namun, masih ada kesenjangan spesifik yang muncul tentang asosiasi ini.

Secara khusus, ada tiga kesenjangan kritis dalam literatur saat ini tentang OSWB. Pertama, pengetahuan yang terbatas tentang apa yang dimaksud OSWB. Pada awalnya OSWB dianggap sebagai motivasi positif untuk menggunakan media sosial. Namun, faktanya dapat mengarah ke sisi gelap penggunaan media sosial karena perbedaan individu dalam heterogenitas jaringan. Kedua, sedikit penelitian sebelumnya yang meneliti hubungan antara OSWB dan sisi gelap media sosial. Media sosial memberi penggunaannya berbagai kepuasan, termasuk peluang untuk berbagi

informasi dan ekspresi diri (Talwar dkk., 2019). Hal tersebut memiliki kemungkinan untuk terkait dengan OSWB, yaitu kepuasan yang diperoleh individu dari kehidupan media sosial mereka dengan membangun citra diri yang positif, keterhubungan sosial, dan sebagainya. Oleh karena itu, wajar untuk berasumsi bahwa OSWB adalah salah satu kunci alasan penggunaan media sosial. Ketiga, literatur menunjukkan bahwa pengalaman individu dengan sisi gelap media sosial dipengaruhi oleh variabel intervening (Keles dkk, 2020; Chai dkk., 2019), seperti pengungkapan diri dan perbandingan sosial, yaitu heterogenitas jaringan. Namun, sedikit penelitian yang mempelajari peran heterogenitas jaringan sebagai variabel intervensi untuk OSWB atau hubungannya dengan aspek sisi gelap media sosial, seperti kelelahan, khususnya di Indonesia.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengangkat dan menjawab dua pertanyaan penelitian dalam ruang lingkup masyarakat Indonesia. (1) Apa hubungan antara OSWB, masalah privasi, pengungkapan diri, perbandingan sosial dan kelelahan media sosial? (2) Apakah masalah privasi, perbandingan sosial, dan pengungkapan diri memberikan efek intervensi (mediasi) pada hubungan antara OSWB dan kelelahan media sosial? Untuk menjawab pertanyaan tersebut digunakan lensa teoritis dari model kapasitas terbatas (LCM; Lang, 2000).

Penelitian ini menggunakan LCM (*The Limited Capacity Model*) untuk mengembangkan kerangka penelitian. LCM membuat dua asumsi luas yang berlaku dalam konteks saat ini (Lang, 2000): (a) pengguna media sosial adalah pemroses informasi dan (b) pengguna media sosial memiliki kapasitas kognitif dan sumber daya mental yang terbatas (yaitu memori pengenalan, kelincahan untuk mengalokasikan, merespons atau bahkan bereaksi) untuk memproses informasi baru, seperti konten media. Berdasarkan asumsi ini, para ahli berpendapat bahwa LCM adalah kerangka teoritis yang cocok untuk menjelaskan kelelahan (Dhir dkk, 2018, 2019), komunikasi (Koltay, 2017) dan kelebihan beban sosial (Whelan dkk, 2020; Maier dkk, 2015). Menurut Bright dkk (2015), pengguna media sosial memproses informasi dalam tiga langkah: (a) menerima stimulus (misalnya paparan konten online), (b) menganalisis atau menyandikan informasi dan (c) menyimpan informasi secara kognitif untuk pengambilan di kemudian hari. Namun, siklus penyandian, penyimpanan, dan pengambilan hanya mungkin jika pengguna memiliki ruang kognitif yang cukup untuk memproses informasi atau konten.

Penggunaan LCM sebagai dasar untuk memahami bagaimana motivasi positif, seperti OSWB, dapat diterjemahkan ke dalam aspek negatif, seperti kelelahan, dari dua perspektif. Pertama, menggunakan LCM untuk menjelaskan hubungan antara OSWB, aspek heterogenitas

jaringan (privasi, perbandingan sosial dan pengungkapan diri), dan kelelahan. Keinginan intrinsik untuk memanfaatkan sumber kesejahteraan menyebabkan individu mencari keterkaitan melalui media sosial. Setelah mengalami peningkatan kesejahteraan, pengguna media sosial pada awalnya termotivasi oleh kepuasan yang dirasakan, termasuk meningkatkan harga diri mereka atau membandingkan diri mereka dengan orang lain. Dalam mengejar motif tersebut, yang telah dibahas secara ekstensif dalam penelitian yang ada (misalnya Luo & Hancock, 2020), masyarakat mencari validasi melalui penggunaan platform media sosial yang berlebihan, yang kemudian akan dikaitkan dengan masalah privasi yang lebih besar, perbandingan sosial, dan pengungkapan diri.

Banyak penelitian yang mengkaji tentang kelelahan (misalnya Dhir dkk, 2019). Para ahli telah menemukan bahwa masalah privasi pengguna media sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan (Fan dkk, 2020; Zhu & Bao, 2018). Misalnya, Lee dkk (2019) menemukan bahwa pengguna platform media sosial, seperti *Facebook*, dapat menunjukkan kekhawatiran tentang dampak informasi yang mereka ungkapkan terhadap reputasi mereka di antara kelompok sosial digital, yang juga dapat menyebabkan kelelahan. Dhir, dkk (2019) menjelaskan lebih lanjut bahwa masalah privasi secara positif memengaruhi kelelahan, tidak hanya di media sosial tetapi juga di aplikasi perpesanan seluler. Sebaliknya, Malik, dkk (2020) menemukan bahwa masalah privasi tidak memengaruhi kelelahan bagi individu yang menggunakan aplikasi perpesanan seluler, seperti *WhatsApp*. Temuan sebelumnya tentang pengaruh kekhawatiran privasi terhadap kelelahan menunjukkan beberapa kontradiksi.

Perbandingan sosial dapat dipahami sebagai kecenderungan alami individu untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain jika mereka tidak mampu merumuskan pendapat tentang kemampuan mereka sendiri (Talwar dkk., 2019; Festinger, 1954). Perbandingan sosial biasanya bertujuan untuk perbaikan diri dan meningkatkan persepsi sendiri, misalnya, dalam hal harga diri dan penciptaan kesan diri (Talwar dkk., 2019). Namun, dengan tidak adanya titik referensi khusus untuk perbandingan, individu cenderung membandingkan diri mereka dengan orang yang mereka anggap superior, terutama di media sosial (Festinger, 1954). Perbandingan sosial ini dapat menimbulkan emosi negatif, seperti iri hati (Malik dkk, 2020; Talwar dkk, 2019).

Individu dengan OSWB yang lebih tinggi dapat menurunkan kecenderungan untuk perbandingan sosial karena memiliki kepuasan yang tinggi dengan kehidupan media sosial mereka. Dugaan kami didasarkan pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa emosi negatif berkaitan dengan peningkatan kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial.

Individu dengan OSWB yang lebih tinggi dapat menunjukkan emosi positif dan sifat pribadi yang mendorong penggunaan media sosial mereka. Individu-individu yang seperti itu akan memiliki ketahanan yang lebih tinggi untuk menegaskan OSWB mereka melalui perbandingan dengan orang lain di platform media sosial.

Temuan penelitian terbaru tentang kelelahan yang berkorelasi dengan pengungkapan diri mendukung hipotesis penelitian kami. Misalnya, Malik dkk (2020) menemukan bahwa pengungkapan diri memprediksi kelelahan bagi pengguna aplikasi perpesanan seluler, dan mereka mengaitkan hasil ini dengan kekhawatiran pengguna tentang pengungkapan informasi sensitif di media sosial. Dhir dkk (2019) juga menjelaskan bahwa pengungkapan diri di media sosial dan aplikasi perpesanan seluler memiliki dampak terhadap ruang kognitif pengguna, yang berkontribusi terhadap kelelahan.

Beberapa kepuasan dapat diperoleh melalui pengungkapan diri di media sosial, termasuk membangun persahabatan dan hubungan intim, terlibat dalam ekspresi diri dan mengembangkan identitas sendiri (Krämer & Schäwel, 2020). Luo & Hancock (2020) juga mengamati bahwa pengungkapan diri memungkinkan pengguna untuk memperoleh peningkatan dalam hubungan, dukungan, dan modal sosial. Namun, sangat sedikit penelitian yang meneliti hubungan antara OSWB dan pengungkapan diri, ataupun penelitian yang menunjukkan ketidakkonsistenan dalam pembentukan hubungan antara keduanya. Huang (2016) menemukan hubungan positif antara kesejahteraan dan pengungkapan diri, sedangkan Kim dkk (2014) menemukan hubungan yang negatif. Penyebab dari hasil yang tidak konsisten ini karena perbedaan dalam populasi target, seperti kelompok usia yang diteliti. Penelitian Huang (2016) melibatkan orang dewasa muda dengan usia di bawah 30 tahun, sedangkan Kim dkk (2014) berfokus pada populasi antara 30 sampai 40 tahun. Individu dengan kelompok usia yang berbeda, memiliki perspektif yang berbeda pula mengenai risiko jangka panjang yang terkait dengan penggunaan media sosial, seperti pengungkapan diri (Tandon dkk., 2020). Richey, dkk (2018) menemukan bahwa bagi para subyek, media sosial dapat menjadi bentuk pengawasan dari rekan profesional atau senior mereka, sehingga mereka lebih berhati-hati dengan postingan mereka. Sebaliknya, Throuvala, dkk (2019) menemukan bahwa pengungkapan diri lazim di kalangan remaja, yang bertujuan untuk mengidentifikasi minat bersama di antara kelompok virtual mereka. Selain itu, Dhir (2016) mengemukakan bahwa pengungkapan diri sangat penting bagi remaja pengguna media sosial karena praktik tersebut terkait dengan tujuan perkembangan mereka.

Meskipun tidak banyak ditemukan penelitian lebih jauh tentang pengaruh OSWB pada pengungkapan diri, namun jika pengguna media sosial memiliki OSWB yang tinggi dan merasakan emosi positif dengan kehidupan media sosial mereka, mereka akan cenderung terlibat dalam pengungkapan diri. Hal ini didasarkan pada temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa keadaan psikologis individu mempengaruhi pengungkapan diri. Jeong, dkk (2019) mencatat kelangkaan penelitian yang meneliti bagaimana keadaan pikiran seseorang memengaruhi aktivitas media sosialnya. Namun, mereka juga menjelaskan bahwa individu dengan keadaan psikologis yang tidak nyaman akibat perbedaan pendapat di media sosial dapat memilih secara selektif untuk mengungkapkan atau membatasi diri di media sosial. Cheung, dkk (2015) menunjukkan bahwa manfaat yang dirasakan, termasuk kesenangan dan membangun hubungan, adalah prediktor kuat pengungkapan diri di platform media sosial.

Dalam penelitian Nabity-Grover, dkk (2020), dijelaskan bahwa selama pandemi COVID-19, individu mengandalkan pengungkapan diri melalui media sosial untuk menjaga keterhubungan. Mereka juga menyarankan penelitian lebih lanjut untuk memahami mekanisme dibalik pengungkapan diri selama dan terkait dengan pandemi. Sebab, individu diseluruh dunia, termasuk di Indonesia beralih ke media sosial untuk menjaga konektivitas, hubungan, dan kesejahteraan psikologis.

Literatur yang ada menunjukkan tiga aliran pemikiran tentang korelasi antara penggunaan media sosial dan SWB (*Subjective Well-being*) (Webster dkk, 2021). Aliran pertama menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dan atributnya dengan SWB pengguna (Vergeer & Pelzer, 2009). Namun, semakin banyak penelitian terbaru yang membantah aliran pemikiran ini dengan menunjukkan hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Temuan ini menjadi pemicu diskusi dua aliran pemikiran lainnya.

Aliran pemikiran kedua menyebutkan bahwa SWB pengguna terpengaruh secara negatif oleh penggunaan media sosial (Yao & Cao, 2017). Penelitian terbaru telah mengamati bahwa manfaat positif, seperti membangun hubungan antar pribadi dan terlibat dalam interaksi sosial, dapat mendorong penggunaan media sosial individu dan aktivitas di dalamnya (Krämer & Schäwel, 2020; Roberts & David, 2020; Cao dkk, 2019). Manfaat seperti itu dapat meningkatkan keterikatan pengguna pada platform media sosial, yang dapat mendorong pengguna untuk menggunakan media sosial secara berlebihan atau kompulsif (Oberst dkk, 2017), sehingga

menghasilkan psikososial yang negatif (Roberts & David, 2020). Faktanya, penggunaan kompulsif ditemukan memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kelelahan (Dhir dkk., 2018).

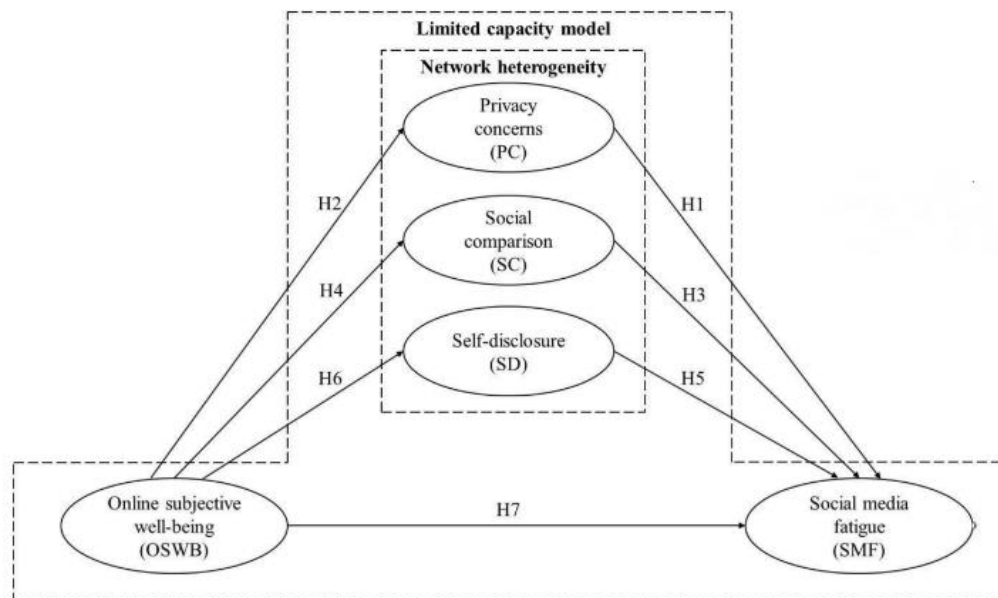
Aliran pemikiran ketiga berpendapat bahwa SWB yang tinggi dihasilkan dari penggunaan media sosial (Reinecke & Hofmann, 2016), sehingga menyiratkan efek positif penggunaan media sosial pada SWB pengguna. Satici & Uysal (2015) menemukan bahwa prediktor SWB dari kepuasan hidup dan kebahagiaan subjektif berkorelasi negatif dengan penggunaan Facebook yang bermasalah. Oleh karena itu, pengguna media sosial dengan OSWB tinggi mengalami lebih sedikit fenomena negatif yang secara konsisten terkait dengan penggunaan media sosial, termasuk kelelahan. Kepuasan pengguna dan tingkat manfaat yang dirasakan lebih tinggi dari penggunaan media sosial menyebabkan mereka mengalokasikan waktu dan kapasitas kognitif yang lebih besar untuk memproses informasi dan konten yang dibagikan di platform ini. Sehingga, membuat mereka mengalami tingkat kelelahan media sosial yang lebih rendah.

Peran masalah privasi yang melibatkan penggunaan media sosial dan hasil perilakunya juga telah menunjukkan kaitannya dalam konteks kelelahan (Malik dkk., 2020; Zhu & Bao, 2018). Namun, literatur yang ada telah menunjukkan bahwa masalah privasi memiliki efek mediasi pada pengungkapan diri melalui media sosial. Tsay-Vogel, dkk (2018) menemukan bahwa masalah privasi memediasi antara penggunaan *Facebook* dan pengungkapan *offline* dan *online*. Menurut Alashoor dkk (2017), masalah privasi memediasi hubungan antara anteseden spesifik (keakraban, efikasi diri, kontrol dan kerentanan yang dirasakan) dan hasil (kekhawatiran, pengungkapan diri, dan akurasi). Tidak ada bukti kuat yang mendukung efek mediasi dari masalah privasi pada hubungan antara OSWB dan kelelahan. Masalah privasi justru memainkan peran penting dalam sisi gelap media sosial, seperti kelelahan (Malik dkk., 2020; Dhir dkk., 2018, 2019; Bright dkk., 2015).

Telah ada literatur yang menunjukkan peran mediasi kecenderungan individu untuk membandingkan diri mereka saat menggunakan media sosial. Rozgonjuk dkk (2019) menemukan bahwa orientasi pengguna untuk melakukan perbandingan sosial dimediasi oleh ciri-ciri kepribadian mereka (*neuroticisme*) dan penggunaan pasif dari platform media sosial tertentu (yaitu *Facebook*). Demikian pula, Reer dkk (2019) menemukan bahwa orientasi perbandingan sosial pengguna memediasi hubungan antara FoMO dan kesejahteraan psikologis. Individu dengan OSWB yang tinggi, dengan kata lain mereka yang senang dan puas dengan kehidupan media sosial mereka, lebih termotivasi untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain di media sosial.

Sebagian besar penelitian tentang sisi gelap media sosial telah mengeksplorasi pengungkapan diri sebagai anteseden dari hasil penggunaan media sosial, seperti kelelahan (Malik dkk., 2020; Dhir dkk, 2019). Varnali & Toker (2015), dan lebih lanjut menemukan bahwa pengungkapan diri dimediasi ciri-ciri kepribadian yang berorientasi pada komunikasi dan penggunaan media sosial. Kim dkk (2014) juga meneliti pengungkapan diri sebagai mediator antara kesejahteraan dengan faktor positif (komunikasi, hiburan dan informasi) dan negatif (keprihatinan privasi) yang terkait penggunaan media sosial.

Dengan demikian, penelitian terbatas mendukung peran pengungkapan diri sebagai mediator untuk perilaku terkait media sosial. Namun, pengungkapan diri secara tidak langsung mempengaruhi hubungan antara OSWB dan kelelahan dengan meningkatkan jumlah informasi yang dihasilkan, sehingga meningkatkan beban pemrosesan kognitif pengguna. Model penelitian ini lebih lanjut dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini:



Gambar1

Metode

Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan lima variabel, yaitu: 1) *Online Subjective Well-Being* (OSWB) sebagai variabel independen, 2) *Social Media Fatigue* (SMF) sebagai variabel dependen, 3) *Privacy Concerns* (PC), *Social Comparison* (SC), dan *Self-disclosure* (SD) sebagai variabel mediator.

Instrumen Penelitian

Peneliti mengadaptasi skala: (1) *Privacy Concerns* (PC) dari Dhir dkk (2019) dan Malhotra dkk (2004) yang terdiri dari 6 item, (2) *Social Comparison* (SC) dari Gibbons & Buunk (1999), Latif dkk (2020), Reer dkk (2019), Steers dkk (2014), dan Talwar dkk (2019) yang terdiri dari 6 item, (3) *Self Disclosure* (SD) dari Dhir dkk (2019), Gibbs dkk (2006), dan Wheelless (1978) yang terdiri dari 3 item, (4) *Online Subjective Well Being* (OSWB) dari Ahn & Shin (2013), Brunstein (1993), Chang & Hsu (2016), Diener dkk (2015), dan Suh and Koo (2011) yang terdiri dari 6 item, dan (5) *Social Media Fatigue* (SMF) dari Dhir dkk (2018), Islam dkk (2020), Talwar dkk (2019), dan Whelan dkk (2020) yang terdiri dari 5 item. Kelima instrumen tersebut mengukur tanggapan pada skala Likert lima poin (di mana 1 = sangat tidak setuju dan 5 = sangat setuju). Skala tersebut diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dengan konteks budaya Indonesia melalui Lembaga Pusat Bahasa Universitas Muhammadiyah Malang. Sedangkan hasil uji reliabilitasnya adalah sebagai berikut; *Subjective Well-Being* (0,841), *Social Media Fatigue* (0,892), *Social Comparison* (0,923), *Privacy Concerns* (0,845), dan *Self Disclosure* (0,688)

Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal dengan rentang usia 20-30 tahun sebanyak 337 responden dengan kriteria; aktif menggunakan media sosial, memiliki minimal 2 media sosial aktif dan durasi penggunaan sekitar 6 jam dalam sehari. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non probability sampling technique* yaitu *quota sampling*. Teknik ini merupakan suatu cara di mana setiap populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu diambil sampai jumlah (kuota) yang diinginkan terpenuhi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kekuatan dan arah hubungan yang ada di antara variabel-variabel

yang diteliti, serta mencari tahu keterkaitan variasi variabel satu dengan yang lainnya (Azwar, 2018).

Teknik Analisis

Teknik analisis data dilakukan dengan SPSS. Data yang terkumpul akan diinput serta dilakukan pengolahan data. Analisis mediasi efek tidak langsung menggunakan Hayes (2013), untuk melihat hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terkait dengan variabel mediasi menggunakan PROCESS (Model 4) oleh Hayes (2013).

Hasil

Data hasil uji hipotesis dapat dilihat dalam tabel 2. Dari data tersebut, H1, H3, H5, H6, dan H7 diterima karena memenuhi taraf signifikansi yang ada. Sedangkan, H2 dan H4 ditolak karena tidak memenuhi taraf signifikansi yang telah ditentukan.

Analisis mediator dilakukan untuk mengetahui hubungan mediasi antara PC, SC, dan SD terhadap OSWB dan SMF. Dari hasil yang didapatkan, hubungan mediasi hanya terdapat pada PC dan tidak ditemukan pada SC dan SD.

Tabel 1_ Data Hasil Hipotesis

Hipotesis	Arah Hubungan	β	Taraf Signifikansi	Hasil Hipotesis
H1	PC → SMF	0.27	<0.01	Diterima
H2	OSWB → PC	-0.02	>0.05	Ditolak
H3	SC → SMF	0.13	<0.001	Diterima
H4	OSWB → SC	0.003	<0.001	Ditolak
H5	SD → SMF	-0.19	>0.05	Diterima
H6	OSWB → SD	0.31	<0.05	Diterima
H7	OSWB → SMF	-0.21	<0.001	Diterima

Tabel 2_ Data Hasil Analisis Mediator

OSWB → PC/SC/SD → SMF	Coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
OSWB → PC	-.0254	.0522	-4.862	.6271	-.1282	.0774
OSWB → SC	.0057	.0861	.0663	.9472	-.1637	.1751
OSWB → SD	.2130	.0345	6.1664	.0000	.1451	.2810
OSWB → SMF	-.2460	.0605	-4.0660	.0001	-.3650	-.1270
PC → SMF	.3264	.0610	5.3471	.0000	.2063	.4465
SC → SMF	.0988	.0367	2.6984	.0074	.0267	.1709
SD → SMF	.3394	.0917	3.7018	.0003	.1591	.5198

Total effect of OSWB →	-0.1814	0.0612	-2.9667	0.0032	-0.3017	-0.0611
SMF						

Diskusi

Dari data yang didapatkan, hipotesis H1, H3, H5, H6, dan H7 diterima. Sedangkan, H2 dan H4 ditolak. Hal ini yang kemudian mendukung adanya hubungan antara *online subjective well-being* dan kelelahan pada pengguna sosial media pada taraf tertentu. Sehingga, hal ini harus diperhatikan lebih jauh oleh pengguna media sosial saat ini.

Pada hubungan antara *privacy concerns* dengan *social media fatigue* memiliki korelasi positif dan signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa *privacy concerns* merupakan salah satu aspek yang paling krusial yang dapat menyebabkan *social media fatigue*. Hal ini sejalan dengan penelitian Bright, dkk (2015) yang menyebutkan bahwa sebagian besar pengguna *Facebook* mengalami *social media fatigue* terutama pada mereka yang memiliki *privacy concern* lebih besar. Hal ini dapat disebabkan karena *privacy concern* dapat menjadi pemikiran terbesar yang belum mampu dipahami dan dipecahkan oleh sebagian besar pengguna media sosial (Li dkk., 2017). Sehingga, hal ini yang kemudian akan memunculkan *social media fatigue*.

Data hasil analisis menunjukkan bahwa *online subjective well-being* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *privacy concern*. Sehingga, *privacy concern* tidak dipengaruhi oleh baik atau buruknya OSWB. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya ketidakpercayaan pengguna media sosial pada keamanan yang diberikan oleh platform media sosial yang ada (Seckler dkk, 2015). Sehingga, tinggi rendahnya OSWB tidak akan mempengaruhi *privacy concern* pengguna media sosial.

Hubungan *social comparison* dengan *social media fatigue* memiliki korelasi positif dan signifikan. Hal ini sejalan dengan penelitian Cramer, dkk (2016) yang menyatakan bahwa perbandingan sosial yang ada di *Facebook* dapat menyebabkan kelelahan atau *social media fatigue*. Dalam hal ini, pengguna media sosial seringkali membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang mereka lihat di media sosial. Informasi yang ada di media sosial terlalu banyak dan perbandingan yang dilakukan kemudian mengikuti (Dhir dkk., 2019). Sehingga, hal tersebut yang kemudian memunculkan *social media fatigue* pada pengguna media sosial.

Sedangkan, berdasarkan data yang diperoleh, hubungan antara OSWB dengan *social comparison* tidak memiliki hubungan yang signifikan. Sehingga, dapat diartikan bahwa tinggi rendahnya *online subjective well-being* tidak mempengaruhi *social comparison*. Hal ini terjadi karena *social comparison* akan selalu ada, terlepas dari tinggi atau rendahnya OSWB pada pengguna media sosial (Vogel dkk, 2015). Sehingga, tinggi rendahnya OSWB tidak akan mempengaruhi adanya perbandingan sosial. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa OSWB tidak bisa memprediksi SC.

Self-disclosure memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *social media fatigue*. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Malik dkk (2020) yang menjelaskan bahwa *self-disclosure* dalam media sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan sehingga dapat mempengaruhi akademik pada siswa. Dalam penelitian ini, semakin tinggi *self-disclosure*, akan semakin rendah *social media fatigue*. Hal ini disebabkan oleh tingginya tingkat kepuasan pribadi ketika memposting atau menuliskan sesuatu di media sosial. Sehingga, *social media fatigue* dapat lebih rendah (Dhir dkk., 2019).

Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan pada OSWB dengan *self-disclosure*. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa adanya pengaruh OSWB terhadap *self-disclosure* (Luo & Hancock, 2020). Hal ini dapat disebabkan oleh adanya aspek *well-being* yang terpenuhi ketika memiliki *self-disclosure* yang tinggi. Sehingga, OSWB yang tinggi akan memberikan *self-disclosure* yang tinggi pula.

Sedangkan, OSWB dengan SMF memiliki korelasi negatif signifikan. Sehingga, dapat diartikan bahwa semakin baik *online subjective well-being* seseorang, semakin rendah *social media fatigue* yang dialami. Hal ini dapat terjadi karena semakin tinggi *well-being* seseorang dalam media sosial akan semakin meningkatkan kepuasan mereka terhadap media sosial tersebut (Satici & Uysal, 2015). Sehingga, ketika seseorang cenderung tidak puas dengan apa yang mereka lihat dan yang ditampilkan oleh media sosial, mereka cenderung berpotensi mengalami sisi gelap dan buruk dari sosial media tersebut. Oleh karena itu, *social media fatigue* yang dialami akan semakin tinggi.

Selain itu, dari hasil analisis mediator, diketahui bahwa OSWB mampu memprediksi SMF secara langsung. Selain itu, faktor yang dapat menjadi mediasi dari OSWB dan SMF adalah SD. PC dan SC tidak bisa menjadi mediator antara OSWB dengan SMF. Hasil ini dapat disebabkan oleh hubungan yang signifikan antara SD dengan SMF dan OSWB dengan SD. Dalam hal ini, *self-*

disclosure berkorelasi dengan *social media fatigue*. Semakin tinggi *self-disclosure*, maka akan semakin rendah *social media fatigue* karena kepuasan yang semakin tinggi dengan *self-disclosure* yang dilakukan. Hal ini juga berkorelasi dengan OSWB yang akan semakin tinggi. OSWB dapat meningkat ketika *self-disclosure* semakin tinggi karena adanya pemenuhan aspek *well-being* ketika melakukan *self-disclosure* (Luo & Hancock, 2020). Sehingga, OSWB dapat dipengaruhi oleh SD. Dari hubungan tersebut, *self-disclosure* merupakan variabel mediator antara *social media fatigue* dan *online subjective well-being* pada pengguna media sosial.

Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa aspek yang berkorelasi signifikan dengan *social media fatigue* adalah *privacy concern*, *social comparison*, dan *self-disclosure*. Kemudian, *online subjective well-being* tidak berkorelasi dengan *privacy concern* dan *social comparison*, tetapi berkorelasi signifikan dengan *self-disclosure*. Selain itu, diketahui bahwa *online subjective well-being* berkorelasi negatif dengan *social media fatigue*. Sedangkan uji variabel mediator, hanya *self-disclosure* yang bisa menjadi variabel mediator dari *online subjective well-being* dengan *social media fatigue*.

Saran

Penelitian ini memiliki keterbatasan hanya kepada kelompok usia dewasa muda. Selanjutnya, dapat dilakukan penelitian dengan subjek yang berbeda, seperti kelompok usia remaja yang dalam proses peralihan. Selain itu, dapat pula dilakukan penelitian lanjutan dengan variabel yang lebih banyak dan spesifik berhubungan dengan adanya *cyberbully* maupun *mocking* pada media sosial yang dapat mempengaruhi *social media fatigue* maupun *online subjective well-being*.

Daftar Pustaka

- Alashoor, T., Han, S., & Joseph, R. (2017). Familiarity with Big Data, Privacy Concerns, and Self-disclosure Accuracy in Social Networking Websites: An APCO Model. *Communications of the Association for Information Systems*, 41(1). <https://doi.org/10.17705/1CAIS.04104>
- Azwar, S. (2018). Metode Penelitian Psikologi. Pustaka Pelajar.
- Bano, S., Cisheng, W., Khan, A. N., & Khan, N. A. (2019). WhatsApp use and student's psychological well-being: Role of social capital and social integration. *Children and Youth Services Review*, 103, 200–208. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.06.002>

- Bright, L. F., Kleiser, S. B., & Grau, S. L. (2015). Too much Facebook? An exploratory examination of social media fatigue. *Computers in Human Behavior*, *44*, 148–155. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.048>
- Cao, X., Khan, A. N., Zaigham, G. H. K., & Khan, N. A. (2019). The Stimulators of Social Media Fatigue Among Students: Role of Moral Disengagement. *Journal of Educational Computing Research*, *57*(5), 1083–1107. <https://doi.org/10.1177/0735633118781907>
- Chai, H.-Y., Niu, G.-F., Lian, S.-L., Chu, X.-W., Liu, S., & Sun, X.-J. (2019). Why social network site use fails to promote well-being? The roles of social overload and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, *100*, 85–92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.05.005>
- Chang, C.-M., & Hsu, M.-H. (2016). Understanding the determinants of users' subjective well-being in social networking sites: An integration of social capital theory and social presence theory. *Behaviour & Information Technology*, *35*(9), 720–729. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2016.1141321>
- Cheung, C., Lee, Z. W. Y., & Chan, T. K. H. (2015). Self-disclosure in social networking sites: The role of perceived cost, perceived benefits and social influence. *Internet Research*, *25*(2), 279–299. <https://doi.org/10.1108/IntR-09-2013-0192>
- Chiu, C.-M., Cheng, H.-L., Huang, H.-Y., & Chen, C.-F. (2013). Exploring individuals' subjective well-being and loyalty towards social network sites from the perspective of network externalities: The Facebook case. *International Journal of Information Management*, *33*(3), 539–552.
- Cho, H., Li, P., & Goh, Z. H. (2020). Privacy Risks, Emotions, and Social Media: A Coping Model of Online Privacy. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, *27*(6), 40:1-40:28. <https://doi.org/10.1145/3412367>
- Choi, H., Park, J., & Jung, Y. (2018). The role of privacy fatigue in online privacy behavior. *Computers in Human Behavior*, *81*, 42–51. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.001>
- Choi, T. R., & Sung, Y. (2018). Instagram versus Snapchat: Self-expression and privacy concern on social media. *Telematics and Informatics*, *35*(8), 2289–2298. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2018.09.009>
- Cramer, E. M., Song, H., & Drent, A. M. (2016). Social comparison on Facebook: Motivation, affective consequences, self-esteem, and Facebook fatigue. *Computers in Human Behavior*, *64*, 739–746. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.049>
- Dhir, A., Kaur, P., Chen, S., & Pallesen, S. (2019). Antecedents and consequences of social media fatigue. *International Journal of Information Management*, *48*, 193–202. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.05.021>
- Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., Budhiraja, S., & Islam, N. (2021). The dark side of social media: Stalking, online self-disclosure and problematic sleep. *International Journal of Consumer Studies*, *45*(6), 1373–1391. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12659>

- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). 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*, 141–152. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, *70*(3), 234–242. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Fan, X., Deng, N., Dong, X., Lin, Y., & Wang, J. (2019). Do others' self-presentation on social media influence individual's subjective well-being? A moderated mediation model. *Telematics and Informatics*, *41*, 86–102. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.04.001>
- Fan, X., Jiang, X., Deng, N., Dong, X., & Lin, Y. (2020). Does role conflict influence discontinuous usage intentions? Privacy concerns, social media fatigue and self-esteem. *Information Technology & People*, *34*(3), 1152–1174. <https://doi.org/10.1108/ITP-08-2019-0416>
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, *7*(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Gerson, J., Plagnol, A. C., & Corr, P. J. (2016). Subjective well-being and social media use: Do personality traits moderate the impact of social comparison on Facebook? *Computers in Human Behavior*, *63*, 813–822. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.023>
- Huang, H.-Y. (2016). Examining the beneficial effects of individual's self-disclosure on the social network site. *Computers in Human Behavior*, *57*, 122–132. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.030>
- James, C., Davis, K., Charmaraman, L., Konrath, S., Slovak, P., Weinstein, E., & Yarosh, L. (2017). Digital Life and Youth Well-being, Social Connectedness, Empathy, and Narcissism. *Pediatrics*, *140*(Suppl 2), S71–S75. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758F>
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, *62*, 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.082>
- Jeong, M., Zo, H., Lee, C. H., & Ceran, Y. (2019). Feeling displeasure from online social media postings: A study using cognitive dissonance theory. *Computers in Human Behavior*, *97*, 231–240. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.02.021>
- Kaur, P., Dhir, A., Alkhalifa, A. K., & Tandon, A. (2021). Social media platforms and sleep problems: A systematic literature review, synthesis and framework for future research. *Internet Research*, *31*(4), 1121–1152. <https://doi.org/10.1108/INTR-04-2020-0187>
- Kaur, P., Dhir, A., Tandon, A., Alzeiby, E. A., & Abohassan, A. A. (2021). A systematic literature review on cyberstalking. An analysis of past achievements and future promises. *Technological Forecasting and Social Change*, *163*, 120426. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2020.120426>

- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kim, B., & Kim, Y. (2017). College students' social media use and communication network heterogeneity: Implications for social capital and subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 73, 620–628. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.033>
- Kim, J. Y., Chung, N., & Ahn, K. M. (2014). Why people use social networking services in Korea: The mediating role of self-disclosure on subjective well-being. *Information Development*, 30(3), 276–287. <https://doi.org/10.1177/0266666913489894>
- Koltay, T. (2017). The bright side of information: Ways of mitigating information overload. *Journal of Documentation*, 73(4), 767–775. <https://doi.org/10.1108/JD-09-2016-0107>
- Krämer, N. C., & Schäwel, J. (2020). Mastering the challenge of balancing self-disclosure and privacy in social media. *Current Opinion in Psychology*, 31, 67–71. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.08.003>
- Krasnova, H., Kolesnikova, E., & Guenther, O. (2009). “It Won’t Happen To Me!”: Self-Disclosure in Online Social Networks. *AMCIS 2009 Proceedings*. Diambil dari <https://aisel.aisnet.org/amcis2009/343>
- Lang, A. (2000). The Limited Capacity Model of Mediated Message Processing. *Journal of Communication*, 50(1), 46–70. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2000.tb02833.x>
- Latif, K., Weng, Q., Pitafi, A. H., Ali, A., Siddiqui, A. W., Malik, M. Y., & Latif, Z. (2021). Social comparison as a double-edged sword on social media: The role of envy type and online social identity. *Telematics and Informatics*, 56, 101470. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101470>
- Lee, E., Lee, K.-Y., Sung, Y., & Song, Y.-A. (2019). #DeleteFacebook: Antecedents of Facebook Fatigue. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 22(6), 417–422. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0200>
- Li, H., Luo, X. (Robert), Zhang, J., & Xu, H. (2017). Resolving the privacy paradox: Toward a cognitive appraisal and emotion approach to online privacy behaviors. *Information & Management*, 54(8), 1012–1022. <https://doi.org/10.1016/j.im.2017.02.005>
- Luo, M., & Hancock, J. T. (2020). Self-disclosure and social media: Motivations, mechanisms and psychological well-being. *Current Opinion in Psychology*, 31, 110–115. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.08.019>
- Maier, C., Laumer, S., Eckhardt, A., & Weitzel, T. (2015). Giving too much social support: Social overload on social networking sites. *European Journal of Information Systems*, 24(5), 447–464. <https://doi.org/10.1057/ejis.2014.3>

- Malik, A., Dhir, A., Kaur, P., & Johri, A. (2020). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A large cross-sectional study. *Information Technology & People*, 34(2), 557–580. <https://doi.org/10.1108/ITP-06-2019-0289>
- Mei, S., Yau, Y. H. C., Chai, J., Guo, J., & Potenza, M. N. (2016). Problematic Internet use, well-being, self-esteem and self-control: Data from a high-school survey in China. *Addictive Behaviors*, 61, 74–79. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.05.009>
- Munzel, A., Meyer-Waarden, L., & Galan, J.-P. (2018). The social side of sustainability: Well-being as a driver and an outcome of social relationships and interactions on social networking sites. *Technological Forecasting and Social Change*, 130, 14–27. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2017.06.031>
- Nabity-Grover, T., Cheung, C. M. K., & Thatcher, J. B. (2020). Inside out and outside in: How the COVID-19 pandemic affects self-disclosure on social media. *International Journal of Information Management*, 55, 102188. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102188>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Park, S. Y., & Baek, Y. M. (2018). Two faces of social comparison on Facebook: The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being. *Computers in Human Behavior*, 79, 83–93. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.028>
- Piwek, L., & Joinson, A. (2016). “What do they snapchat about?” Patterns of use in time-limited instant messaging service. *Computers in Human Behavior*, 54, 358–367. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.026>
- Rains, S. A., Brunner, S. R., & Oman, K. (2016). Self-disclosure and new communication technologies: The implications of receiving superficial self-disclosures from friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(1), 42–61. <https://doi.org/10.1177/0265407514562561>
- Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out. *New Media & Society*, 21(7), 1486–1505. <https://doi.org/10.1177/1461444818823719>
- Reinecke, L., & Hofmann, W. (2016). Slacking off or winding down? An experience sampling study on the drivers and consequences of media use for recovery versus procrastination. *Human Communication Research*, 42(3), 441–461. <https://doi.org/10.1111/hcre.12082>
- Richey, M., Gonibeed, A., & Ravishankar, M. N. (2018). The Perils and Promises of Self-Disclosure on Social Media. *Information Systems Frontiers*, 20(3), 425–437. <https://doi.org/10.1007/s10796-017-9806-7>

- Roberts, J. A., & David, M. E. (2020). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 36(4), 386–392. <https://doi.org/10.1080/10447318.2019.1646517>
- Rozgonjuk, D., Ryan, T., Kuljus, J.-K., Täht, K., & Scott, G. G. (2019). Social comparison orientation mediates the relationship between neuroticism and passive Facebook use. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1). <https://doi.org/10.5817/CP2019-1-2>
- Satici, S. A., & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49, 185–190. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.005>
- Seckler, M., Heinz, S., Forde, S., Tuch, A. N., & Opwis, K. (2015). Trust and distrust on the web: User experiences and website characteristics. *Computers in Human Behavior*, 45, 39–50. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.064>
- Swain, R. K., & Pati, A. K. (2019). Use of social networking sites (SNSs) and its repercussions on sleep quality, psychosocial behavior, academic performance and circadian rhythm of humans – a brief review. *Biological Rhythm Research*, 52(8), 1139–1178. <https://doi.org/10.1080/09291016.2019.1620487>
- Talwar, S., Dhir, A., Kaur, P., Zafar, N., & Alrasheedy, M. (2019). Why do people share fake news? Associations between the dark side of social media use and fake news sharing behavior. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 51, 72–82. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2019.05.026>
- Tandon, A., Dhir, A., Almugren, I., AlNemer, G. N., & Mäntymäki, M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among social media users: A systematic literature review, synthesis and framework for future research. *Internet Research*, 31(3), 782–821. <https://doi.org/10.1108/INTR-11-2019-0455>
- Tandon, A., Dhir, A., & Mäntymäki, M. (2021). Jealousy due to social media? A systematic literature review and framework of social media-induced jealousy. *Internet Research*, 31(5), 1541–1582. <https://doi.org/10.1108/INTR-02-2020-0103>
- Tandon, A., Kaur, P., Dhir, A., & Mäntymäki, M. (2020). Sleepless due to social media? Investigating problematic sleep due to social media and social media sleep hygiene. *Computers in Human Behavior*, 113, 106487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106487>
- Throuvala, M. A., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study. *Computers in Human Behavior*, 93, 164–175. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.012>
- Tsay-Vogel, M., Shanahan, J., & Signorielli, N. (2018). Social media cultivating perceptions of privacy: A 5-year analysis of privacy attitudes and self-disclosure behaviors among Facebook users. *New Media & Society*, 20(1), 141–161. <https://doi.org/10.1177/1461444816660731>

- Varnali, K., & Toker, A. (2015). Self-disclosure on social networking sites. *Social Behavior and Personality*, 43(1), 1–14. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.1.1>
- Verduyn, P., Gugushvili, N., Massar, K., Täht, K., & Kross, E. (2020). Social comparison on social networking sites. *Current Opinion in Psychology*, 36, 32–37. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? A Critical Review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Vergeer, M., & Pelzer, B. (2009). Consequences of media and Internet use for offline and online network capital and well-being. A causal model approach. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 15(1), 189–210. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2009.01499.x>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86, 249–256. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.026>
- Webster, D., Dunne, L., & Hunter, R. (2021). Association Between Social Networks and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review. *Youth & Society*, 53(2), 175–210. <https://doi.org/10.1177/0044118X20919589>
- Whelan, E., Najmul Islam, A. K. M., & Brooks, S. (2020). Is boredom proneness related to social media overload and fatigue? A stress–strain–outcome approach. *Internet Research*, 30(3), 869–887. <https://doi.org/10.1108/INTR-03-2019-0112>
- Yao, J., & Cao, X. (2017). The balancing mechanism of social networking overuse and rational usage. *Computers in Human Behavior*, 75, 415–422. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.055>
- Ye, S., & Ho, K. K. W. (2019). Would you feel happier if you have more protection behaviour? A panel survey of university students in Japan. *Behaviour & Information Technology*, 38(4), 422–434. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1544275>
- Zhu, Y., & Bao, Z. (2018). The role of negative network externalities in SNS fatigue: An empirical study based on impression management concern, privacy concern, and social overload. *Data Technologies and Applications*, 52(3), 313–328. <https://doi.org/10.1108/DTA-09-2017-0063>