

ABSTRAK

Nama : Dzu Hulwin

NIM : 1211030048

Tahun : 2025

Judul : *FoMO dalam Perspektif Al-Qur'an (Analisis Tafsir Maudhui Baqir Al Shadr)*

Keberadaan media sosial di kalangan masyarakat membawa perubahan dalam banyak hal. Dampak negatif bermedia sosial, seseorang merasakan rasa cemas dan ketakutan sampai pada kategori depresi yang mana perasaan ini terjadi lantaran media sosial dijadikan medan saling adu pengalaman dan adu memperlihatkan diri. Fenomena inilah yang hangat diperbincangkan dalam media sosial, *Fear of Missing Out* (FoMO). Dengan ini, dibutuhkan penelitian FoMO dalam perspektif al-Qur'an agar dapat melihat dan menemukan solusi sesuai arahan Al-Qur'an secara komperensif. Fenomena ini merupakan suatu realitas di dalam masyarakat, maka penulis menggunakan teori tafsir maudhui *Minal Waqi' Ilannas* oleh Baqir Al Shadr, tokoh filsuf Irak. Tafsir maudhui yang meneliti suatu tema berdasarkan realitas yang ada baru setelahnya didialogkan ke dalam Al-Qur'an.

Penelitian ini bertujuan untuk menelaah implikasi FoMO terhadap tugas perkembangan menurut Elizabeth B. Hulock, ayat-ayat Al-Qur'an yang berbicara FoMO dan penafsirannya dalam literatur tafsir, serta solusi Qur'ani.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi dan dokumentasi. Metode penelitian dalam menyampaikan data penelitian ini bersifat *literatur review*. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan tafsir maudhu'i dan psikologi. Sumber data terbagi menjadi primer dan sekunder. Sumber primer berupa Al Qur'an. Sedangkan, sumber sekunder berupa data-data yang disampaikan tidak langsung, seperti artikel, jurnal, karya ilmiah, kitab-kitab tafsir, seperti al Azhar, al Misbah, Kemenag, Ibnu Katsir, al Qurthubi, dan lain sebagainya.

Hasil penelitian mengungkapkan, bahwa kehadiran FoMO memberikan kerusakan dan hambatan bagi tugas perkembangan manusia pada aspek konsep diri, penerimaan diri dan kematangan emosional. Dalam Al-Qur'an FoMO difokuskan pada tiga tingkah laku: FoMO merupakan kompetisi dunia, dalam Qs. al Maidah : 29-31, kisah Qabil dan Habil, diperluas dengan Qs. at Takatsur : 1-2. Obsesi harta dan status, dalam Qs. al Qashas : 79, kisah Qarun dengan kaumnya, diperluas dengan Qs. al Humazah : 1-3. Dunia sebagai permainan, dalam Qs. al Hadid : 20. Dalam penafsiran ketiga konteks di atas, dapat menjadi bukti bahwa Al-Qur'an sudah jauh-jauh hari memberikan peringatan menggunakan kisah dan ayat tentang akar-akar potensi dari masalah psikologis FoMO berupa rasa ketidakpuasaan akan dirinya dan implikasi FoMO berupa membandingkan diri, obsesi pada harta yang diwadahi oleh kecintaanya pada dunia. Solusi yang dapat diterapkan ialah Tawakkal sebagai alarm penerimaan diri, Qana'ah sebagai alat lawan ketidakpuasan diri, Syukur sebagai penahan tindakan akibat FoMO dan berdzikir sebagai wadah meregulasi emosi agar matang dan stabil.

Kata Kunci: *FoMO, Al-Qur'an, Minal Waqi' Ilannas, Psikologi Perkembangan*