

ABSTRAK

Shelfia Kharisma Fauziah, 1201040154, 2025 : Hubungan *Fear Of Missing Out (Fomo)* dengan Muhasabah Diri Pada Mahasiswa Pengguna Instagram (Studi pada Mahasiswa Jurusan Manajemen Angkatan 2023 UIN Sunan Gunung Djati Bandung)

Mahasiswa merupakan kelompok yang memiliki tingkat keterpaparan tinggi terhadap aktivitas sosial digital, terutama melalui media sosial Instagram. Mahasiswa Jurusan Manajemen Angkatan 2023 UIN Sunan Gunung Djati Bandung tidak terlepas dari kebutuhan membangun relasi, mengembangkan jejaring profesional, serta memperoleh informasi aktual melalui media sosial. Intensitas penggunaan yang tinggi dan arus informasi yang cepat berpotensi memunculkan perbandingan sosial dan tekanan psikologis, termasuk fenomena *Fear of Missing Out (FoMO)*. Oleh karena itu, perlunya mekanisme regulasi internal yang membantu individu mengevaluasi kembali prioritas, perilaku, dan pencapaian hidupnya, sehingga memungkinkan munculnya respons reflektif meskipun individu mengalami tingkat FoMO yang tinggi. Dalam konteks tersebut, muhasabah diri hadir sebagai mekanisme regulasi internal tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tingkat *Fear of Missing Out (FoMO)* dan muhasabah diri pada mahasiswa Manajemen Angkatan 2023 pengguna Instagram, serta menganalisis hubungan antara *Fear of Missing Out (FoMO)* dengan muhasabah diri pada mahasiswa Manajemen Angkatan 2023 pengguna Instagram UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 153 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, sedangkan analisis data mencakup uji validitas dan reliabilitas, analisis statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, serta uji korelasi *Pearson* dengan bantuan perangkat lunak *SPSS Statistic 25*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara FoMO dan muhasabah diri. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,316 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($< 0,05$) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat FoMO yang dialami mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka melakukan muhasabah diri. Dengan demikian H_0 diterima.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out (FoMO), Muhasabah Diri, Media Sosial, Instagram, Mahasiswa.*