

ABSTRAK

Khadijah Ath-Thahirah, 1228030089, 2026, Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) Dalam Gaya Hidup Mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Sangga Buana Bandung

Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) merupakan fenomena sosial yang semakin umum terjadi di kalangan mahasiswa pada era digital. FOMO menggambarkan perasaan khawatir atau takut tertinggal dari pengalaman, aktivitas, maupun informasi yang dialami orang lain, terutama melalui media sosial. Kondisi ini dapat memengaruhi pola perilaku, gaya hidup, serta interaksi sosial mahasiswa. Mahasiswa sebagai kelompok yang aktif menggunakan media sosial rentan mengalami FOMO, termasuk mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Sangga Buana Bandung yang menunjukkan kecenderungan mengikuti tren dan perkembangan digital agar tidak merasa tertinggal dari lingkungan sekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) dalam gaya hidup mahasiswa Program Studi Manajemen dampak dari *Fear of Missing Out* (FOMO) terhadap mahasiswa Program Studi Manajemen, dan Faktor-faktor yang menyebabkan *Fear of Missing Out* (FOMO) yang marak terjadi di kalangan mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Sangga Buana Bandung.

Kerangka berpikir dalam teori ini menggunakan teori konsumerisme dari Jean Baudrillard. Teori konsumerisme ini mencakup beberapa dimensi yaitu konsumsi sebagai nilai tanda, hiperrealitas, simulacra dan simulasi, konsumsi sebagai diferensiasi sosial. Melalui perspektif ini, FOMO dipahami sebagai fenomena yang mendorong individu untuk mengonsumsi bukan hanya berdasarkan kebutuhan, tetapi sebagai upaya untuk membangun identitas, memperoleh pengakuan sosial, dan mengikuti realitas yang dibentuk oleh media sosial. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan pendekatan kualitatif. Fenomena *Fear of Missing Out* ini menganalisis Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi terhadap mahasiswa sebagai informan penelitian. Analisis data dilakukan melalui tahapan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena yang diteliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena FOMO dalam gaya hidup mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Sangga Buana Bandung mencakup FOMO sosial, konsumtif, dan digital yang terlihat dari keterlibatan dalam aktivitas sosial, mengikuti tren, serta intensitas penggunaan media sosial. FOMO memberikan dampak positif berupa meningkatnya interaksi sosial dan akses informasi. Namun berdampak negatif yaitu perilaku konsumtif, tekanan sosial dan lainnya. Fenomena ini dipengaruhi oleh faktor internal yaitu kebutuhan pengakuan sosial dan rasa takut tertinggal. Fenomena ini dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu faktor lingkungan, pengaruh teman sebaya, teknologi, dan tren gaya hidup.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out* , Gaya hidup, Mahasiswa Program Studi Manajemen