

ABSTRAK

Rindiana Putri (1191040129) : “Pengaruh Muhasabah terhadap Perilaku *Fear of Missing Out (FOMO)* pada mahasiswa pengguna Media Sosial (Studi pada mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Jurnalistik Angkatan 2019 UIN Sunan Gunung Djati Bandung)”.

Dalam penelitian ini terdapat latar belakang mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Jurnalistik Angkatan 2019 yang tentunya kehidupannya tidak terlepas dari kebutuhan berelasi dan paparan media sosial sebagai alat yang menjadi ranahnya. Semakin tinggi kebutuhan berelasi maka semakin tinggi pula kecenderungan *Fear of Missing Out* pada individu pengguna media sosial. *Fear of Missing Out* ialah kecemasan yang disebabkan oleh penggunaan media sosial dan mempengaruhi individu dalam memandang dirinya sendiri serta mempengaruhi kenyamanan individu ketika berinteraksi dengan orang lain. Kondisi ini memunculkan adanya perilaku saling membandingkan diri satu sama lain di media sosial, dengan demikian dibutuhkan suatu upaya yang membantu untuk mampu mengendalikan diri. Muhasabah dikenal sebagai *problem solving* dalam agama islam yang dapat memberikan penyadaran kesadaran individu melalui introspeksi dan pemahaman terhadap diri sendiri untuk dapat mengatur dan mengendalikan diri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran muhasabah, gambaran *Fear of Missing Out* serta mengenai pengaruh dari muhasabah terhadap perilaku *Fear of Missing Out* pada mahasiswa pengguna Media Sosial di Jurusan Ilmu Komunikasi Jurnalistik Angkatan 2019 UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, metode yang digunakan yaitu metode statistik deskriptif dengan menggunakan program *SPSS versi 24.0*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini diperoleh dengan teknik *probability sampling* pada jenis *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu dengan kuesioner tertutup yang mengacu pada teori muhasabah dari Abdullah Hadziq dan Al-Ghazali serta teori *Fear of Missing Out* dari Jessica P. Abel yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kemudian untuk menguji pengaruhnya yaitu dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana dan koefisien determinasi.

Hasil yang didapat pada penelitian ini dapat diketahui mengenai gambaran muhasabah mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase 70,9%, sedangkan untuk gambaran *Fear of Missing Out* mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase 65,5%. Kemudian dari uji regresi linier sederhana bahwa hasil nilai signifikansi yang dihasilkan adalah $0,001 < 0,05$ yang berarti muhasabah memiliki pengaruh terhadap *Fear of Missing Out*. Dengan hasil nilai koefisien determinasi sebesar 0,790 sehingga menunjukkan terdapat pengaruh dari muhasabah terhadap perilaku *Fear of Missing Out* dengan persentase sebesar 79%. Sehingga semakin tinggi muhasabah maka semakin rendah perilaku *Fear of Missing Out* dan sebaliknya. Maka, dapat disimpulkan muhasabah dapat mempengaruhi perilaku *Fear of Missing Out* dengan persentase 79% sedangkan sisa 21% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak digunakan pada penelitian ini.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out (FOMO)*, media sosial dan muhasabah.