

Abstrak

Penelitian ini bermula dari tingginya angka kecanduan media sosial pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang telah dikaji dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self-compassion* sebagai moderator dalam pengaruh *fear of missing out* terhadap kecanduan media sosial. Metodologi penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan metode kausalitas. Partisipan penelitian ini adalah 278 mahasiswa/i aktif UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan kriteria memiliki dua/lebih media sosial dan durasi penggunaan media sosial lebih dari 5 jam per hari. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini di antaranya *fear of missing out scale* (FoMO-S), *bergen social media addiction scale* (BSMAS), dan *self-compassion scale* (SCS). Analisis data yang digunakan *moderated regression analysis* (MRA). Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-compassion* tidak berperan sebagai moderator dalam pengaruh *fear of missing out* terhadap kecanduan media sosial pada mahasiswa.

Kata Kunci: mahasiswa, kecanduan media sosial, *fear of missing out*, *self-compassion*

Abstract

This research stems from the high number of social media addictions among college students at UIN Sunan Gunung Djati Bandung which has been studied in previous studies. Therefore, this study aims to determine the role of self-compassion as a moderator in the influence of fear of missing out on social media addiction. This research methodology uses a quantitative design with a causality method. The participants in this study were 278 college students at UIN Sunan Gunung Djati Bandung with the criteria of having two or more social media and the duration of using social media for more than 5 hours per day. The research instruments used in this study include the fear of missing out scale (FoMO-S), the Bergen social media addiction scale (BSMAS), and the self-compassion scale (SCS). Data analysis used moderated regression analysis (MRA). This study shows that self-compassion does not act as a moderator in the influence of fear of missing out on social media addiction in college students.

Keywords: *college students, self-compassion, fear of missing out, social media addiction*

