

Abstrak

Masalah kecanduan media sosial telah menjadi fenomena membutuhkan perhatian dalam diskusi publik. Kecanduan media sosial menciptakan tantangan signifikan dalam kehidupan sehari-hari, mempengaruhi kesehatan mental, interaksi sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk menggali lebih dalam mengenai dampak-dampak negatif ini dan mencari solusi yang dapat meningkatkan keseimbangan dan kesejahteraan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *fear of missing out* dapat mempengaruhi kecanduan media sosial Instagram, serta untuk mengetahui kemampuan *self-esteem* dalam menjadi variabel moderator pada pengaruh *fear of missing out* terhadap kecanduan media sosial Instagram. Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan teknik analisis regresi berganda uji interaksi MRA (Moderated Regression Analysis). Subjek penelitian berjumlah 300 orang Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hasil penelitian menunjukkan *fear of missin out* berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($p < .05$, $R^2 = .034$), dan *self-esteem* dapat menjadi variabel moderasi pada pengaruh *fear of missing out* terhadap kecanduan media sosial Instagram ($p < .05$, $R^2 = .041$).

Kata Kunci : *fear of missing out*, *self-esteem*. Kecanduan media sosial Instagram