

JAMA | **JURNAL MANAJEMEN EKONOMI DAN BISNIS**

Forum Operator Perguruan Tinggi Islam (FORPTI)

Volume 3 Nomor 1, Mei 2026

DOI:

Analisis Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) Pada Perilaku Mahasiswa dalam Perspektif *Maqashid Syariah*

Hoerunnisa Awaliyah¹, Rina Nurhayati², Ahmad Saepudin³^{1,2,3}*Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Syariah (STIES) Indonesia Purwakarta*

Jln. Veteran No.150-152 Ciseureuh Purwakarta Jawa Barat, 41118, Indonesia

121461104@sties-purwakarta.ac.idrinanurhayati@sties-purwakarta.ac.idahmadsaepudin@sties-purwakarta.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan media sosial yang semakin pesat telah melahirkan fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO), yaitu perasaan cemas ketika seseorang merasa tertinggal informasi, pengalaman, atau aktivitas yang dilakukan orang lain. Fenomena ini banyak dialami oleh mahasiswa sebagai kelompok yang aktif menggunakan media sosial dan berpotensi memengaruhi perilaku sehari-hari, mulai dari pola konsumsi, aktivitas akademik, hingga kehidupan spiritual dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana fenomena FOMO dialami oleh mahasiswa serta menganalisis implikasinya dalam perspektif *Maqashid Syariah*. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap delapan mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta serta satu validator ahli. Hasil penelitian menunjukkan bahwa FOMO muncul dalam berbagai bentuk, seperti kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain (*comparison with friends*), perasaan tertinggal (*being left out*), penyesalan karena melewatkan pengalaman sosial (*missed experiences*), serta dorongan kompulsif untuk terus terhubung dengan media digital (*compulsion*). Dampak yang ditimbulkan bersifat beragam; sebagian mahasiswa mengalami kecemasan, rasa minder, perilaku konsumtif, dan penurunan produktivitas, sedangkan sebagian lainnya mampu mengelola FOMO sebagai motivasi untuk meningkatkan kualitas diri. Dalam perspektif *Maqashid Syariah*, FOMO berimplikasi pada lima aspek pokok, yaitu *Hifz ad-Din* melalui potensi kelalaian ibadah, *Hifz an-Nafs* melalui tekanan psikologis, *Hifz al-'Aql* melalui gangguan konsentrasi dan penurunan kualitas akademik, *Hifz al-Mal* melalui perilaku konsumtif yang berlebihan, serta *Hifz an-Nasl* melalui melemahnya hubungan keluarga dan sosial. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian perilaku digital berbasis nilai-nilai Islam serta menjadi dasar penyusunan strategi edukasi literasi digital dan penguatan karakter mahasiswa agar mampu memanfaatkan media sosial secara lebih bijak dan seimbang sesuai prinsip *Maqashid Syariah*.

Kata Kunci: Fenomena Sosial, *Fear Of Missing Out* (FOMO), Perilaku Mahasiswa, *Maqashid Syariah*.

JAMA (Jurnal Manajemen Ekonomi dan Bisnis), Volume 3, Nomor 1, Mei 2026

<http://jurnal.forpti.or.id/index.php/jama/>

ISSN: [3062-8628](#) (Media Online), [3062-8636](#) (Media Cetak)

ABSTRACT

The rapid growth of social media has given rise to the phenomenon of Fear of Missing Out (FOMO), which is a feeling of anxiety when someone feels left out of information, experiences, or activities that others are engaging in. This phenomenon is commonly experienced by college students, who are active users of social media, and has the potential to influence their daily behavior from consumption patterns and academic activities to their spiritual and social lives. This study aims to understand how the FOMO phenomenon is experienced by students and to analyze its implications from the perspective of Maqashid Syariah. The study employs a descriptive qualitative method using a case study approach. Data were collected through observation, interviews, and documentation involving eight students from STIES Indonesia Purwakarta and one expert validator. The results indicate that FOMO manifests in various forms, such as a tendency to compare oneself with others (comparison with friends), feelings of being left out, regret over missed social experiences, and a compulsive urge to remain constantly connected to digital media (compulsion). The resulting impacts are diverse; some students experience anxiety, feelings of inferiority, consumptive behavior, and decreased productivity, while others are able to manage FOMO as motivation to improve themselves. From the perspective of Maqashid Syariah, FOMO has implications for five key aspects, namely Hifz ad -Din through the potential neglect of worship, Hifz an-Nafs through psychological pressure, Hifz al-'Aql through concentration disorders and a decline in academic quality, Hifz al-Mal through excessive consumerist behavior, and Hifz an-Nasl through the weakening of family and social relationships. This study contributes to the development of research on digital behavior based on Islamic values and serves as a foundation for formulating digital literacy education strategies and strengthening students' character so that they can utilize social media more wisely and in a balanced manner in accordance with the principles of Maqashid Syariah.

Keywords: Social Phenomenon, Fear of Missing Out (FOMO), Student Behavior, Maqashid Syariah.

I. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Salah satu perubahan yang paling terlihat terjadi dalam cara individu berinteraksi dan mengakses informasi melalui media sosial. Kecepatan penyebaran informasi melalui platform digital membuat setiap orang lebih mudah terhubung, tetapi juga menghadirkan tantangan tersendiri dalam mengelola ekspektasi sosial dan informasi yang terus berkembang. Dalam lingkungan sosial yang semakin terkoneksi secara digital, muncul dorongan bagi individu untuk terus me-update diri agar tidak tertinggal dari tren atau pengalaman yang sedang *viral* (Hunaifi et al., 2024).

Fenomena ini dikenal sebagai *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang didefinisikan sebagai kekhawatiran yang meluas bahwa orang lain mungkin sedang mengalami pengalaman yang menyenangkan sementara dirinya tidak terlibat (Bloemen & Coninck, 2020).

Di Indonesia, menurut data yang diperoleh pada laporan survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024, pengguna media sosial di Indonesia mencapai 221 juta, dengan rincian pengguna 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan. Dengan rata-rata pengguna di Indonesia menghabiskan 1-4 jam bahkan lebih per harinya di media sosial (Penyelenggara Jasa Internet Indonesia)APJII (Asosiasi, 2024).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta mengenai perilaku fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pertama, ditemukan

JAMA (Jurnal Manajemen Ekonomi dan Bisnis), Volume 3, Nomor 1, Mei 2026

<http://jurnal.forpti.or.id/index.php/jama/>

ISSN: [3062-8628](#) (Media Online), [3062-8636](#) (Media Cetak)

adanya rasa cemas tertinggal dari tren sosial yang sedang berkembang. Para mahasiswa menunjukkan kecenderungan untuk terus mengikuti perkembangan terbaru di media sosial, baik dalam hal gaya hidup, aktivitas, tren maupun pencapaian yang dibagikan oleh teman-temannya. Selain itu, tekanan dari lingkungan pertemanan memperkuat rasa cemas tersebut, di mana mahasiswa merasa perlu selalu berpenampilan lebih menarik dan unggul dari teman-temannya agar tidak tersisihkan dari *circle*-nya (Hasil Observasi Yang Dilakukan Oleh Peneliti, 2025).

Kedua, adanya dorongan ikut-ikutan karena takut dianggap tidak eksis. Selain rasa takut tertinggal tren, banyak mahasiswa terdorong untuk mengikuti informasi terbaru, tren viral, atau membeli barang yang sedang populer meskipun tidak membutuhkannya. Hal ini dilakukan semata-mata agar terlihat mengikuti perkembangan dan tidak dianggap berbeda dari teman-temannya. Akibatnya, keputusan yang diambil sering kali bukan berdasarkan kebutuhan pribadi atau pertimbangan matang, melainkan tekanan sosial dan keinginan untuk diakui (Hasil Observasi Yang Dilakukan Oleh Peneliti, 2025).

Berdasarkan observasi dan wawancara awal terhadap lima mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta, empat di antaranya mengaku merasa cemas apabila tidak mengikuti tren terbaru, seperti informasi, *fashion*, dan tempat populer, karena takut dianggap kurang mengikuti perkembangan zaman. Salah satu responden menyatakan bahwa perilaku *Fear of Missing Out* masih wajar jika dilakukan sesekali sebagai bentuk *self-reward*, namun menjadi tidak wajar jika dilakukan berlebihan (Salwa, 2025). Dalam pandangan Islam, setiap perilaku manusia akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat, sebagaimana sabda Rasulullah ﷺ:

لَا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عُمُرِهِ فَيَمَّا أَفْنَاهُ، وَعَنْ عِلْمِهِ فَيَمَّا فَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ
اِكْتَسَبَهُ وَفَيَمَّا أَنْفَقَهُ، وَعَنْ جِسْمِهِ فَيَمَّا أَبْلَاهُ

“Kedua telapak kaki seorang hamba tidak akan bergeser pada hari kiamat sampai ditanya tentang umurnya untuk apa dihabiskan, ilmunya untuk apa diamalkan, hartanya dari mana diperoleh dan ke mana dibelanjakan, serta tubuhnya untuk apa digunakan” (HR. Tirmidzi no. 2416, (Hasan, 2022).

Salah satu indikasi permasalahan dalam fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) adalah munculnya perasaan cemas dan tertekan akibat aktivitas sosial yang ditampilkan oleh orang lain, khususnya teman sebaya di media sosial. Untuk menjawab persoalan ini, penelitian ini menggunakan perspektif *Maqashid Syariah*. Menurut Al-Syatibi, syariat Islam diturunkan untuk melindungi lima kebutuhan dasar (*al-daruriyyat al-khams*): agama (*hifzh al-din*), jiwa (*hifzh al-nafs*), akal (*hifzh al-aql*), keturunan (*hifzh al-nasl*), dan harta (*hifzh al-mal*) (Islam, 2024). Pendekatan ini memberikan pandangan menyeluruh terhadap dampak *Fear Of Missing Out* (FOMO) dalam kehidupan mahasiswa, baik secara spiritual, sosial, maupun moral.

Kajian mengenai *Fear of Missing Out* (FOMO) telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir, namun masih didominasi oleh perspektif psikologi, komunikasi, dan perilaku digital. Penelitian oleh Dhir et al., (2021) menemukan bahwa FOMO mendorong perilaku *social media stalking*, perbandingan sosial, serta kelelahan media sosial (*social media fatigue*), yang berdampak pada kesejahteraan individu. Selanjutnya, Akbari et al., (2021)

melalui studi meta-analisis menunjukkan bahwa FOMO memiliki hubungan yang signifikan dengan penggunaan internet bermasalah dan kecanduan media sosial. Penelitian oleh Shane-Simpson dan Bakken (2022) mengungkapkan bahwa FOMO meningkatkan kecenderungan mahasiswa menggunakan media sosial selama proses pembelajaran sehingga mengganggu konsentrasi akademik. Pada konteks Indonesia, Qudsyi dan Fasya (2024) menemukan bahwa tingkat FOMO yang tinggi berkorelasi negatif dengan *psychological well-being* mahasiswa tingkat akhir. Sementara itu, penelitian terbaru oleh Rozgonjuk et al., (2025) menunjukkan bahwa FOMO berperan sebagai prediktor penting terhadap perilaku kompulsif penggunaan media sosial dan penurunan kesejahteraan psikologis generasi muda. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu hanya berfokus pada aspek psikologis, perilaku digital, kesehatan mental, dan performa akademik, serta belum mengkaji fenomena FOMO secara komprehensif dalam kerangka nilai-nilai Islam. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang secara khusus menganalisis implikasi FOMO terhadap lima tujuan utama Maqashid Syariah (Hifz ad-Din, Hifz an-Nafs, Hifz al-'Aql, Hifz al-Mal, dan Hifz an-Nasl) pada mahasiswa. Oleh karena itu, novelty penelitian ini terletak pada penggunaan perspektif *Maqashid Syariah* sebagai kerangka analisis multidimensional untuk mengevaluasi dampak FOMO terhadap aspek keagamaan, psikologis, intelektual, ekonomi, dan sosial mahasiswa. Pendekatan ini memberikan kontribusi teoritis baru dalam pengembangan kajian perilaku digital Islam serta menawarkan model evaluasi yang lebih holistik dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) pada mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta dan meninjau dampaknya dalam perspektif Maqashid Syariah.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. *Fear Of Missing Out* (FOMO)

Fear Of Missing Out (FOMO) merupakan fenomena sosial berupa ketakutan akan ketinggalan terhadap momen yang terjadi disekitar individu tersebut (Graphic & Sosial, 2022). Dalam Cambridge Dictionary mendefinisikan *Fear Of Missing Out* (FOMO) sebagai suatu kondisi kecemasan yang muncul ketika seseorang tidak mengetahui acara-acara menyenangkan dan menarik yang dibagikan oleh teman-teman mereka di platform media sosial (Tanhan et al., 2022). Sedangkan Menurut Przybylski, *Fear Of Missing Out* (FOMO) didefinisikan sebagai kekhawatiran yang meluas bahwa orang lain mungkin sedang mengalami pengalaman yang menyenangkan sementara dirinya tidak terlibat. *Fear Of Missing Out* (FOMO) ditandai dengan keinginan untuk terus-menerus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain (Bloemen & Coninck, 2020).

Berdasarkan definisi tersebut, menurut Joseph Reagle *Fear Of Missing Out* (FOMO) dapat diukur melalui empat aspek utama, yakni:

1. *Comparison With Friends*

Comparison with friends, merupakan kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dengan teman-teman atau orang lain yang tampak lebih aktif, bahagia, atau sukses secara sosial khususnya melalui media sosial. Kegiatan membandingkan ini sering kali memicu perasaan iri, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, serta kecemasan karena merasa tertinggal dari pengalaman sosial yang dianggap penting (Joseph, 2015).

2. *Being left out*

Being left out, merupakan perasaan negatif yang muncul ketika individu merasa tidak dilibatkan atau ditinggalkan dari aktivitas sosial yang dipandang penting. Seperti ketika individu menyaksikan teman-temannya berkumpul, berinteraksi, atau membagikan momen kebersamaan di media sosial tanpa kehadirannya, hal tersebut dapat menimbulkan rasa keterasingan dan kekhawatiran bahwa dirinya tidak cukup penting atau kurang mendapat pengakuan secara sosial (Joseph, 2015).

3. *Missed experiences*

Missed experiences, merupakan perasaan emosional berupa kecemasan yang muncul ketika individu merasa kehilangan kesempatan untuk terlibat dalam pengalaman sosial yang dianggap menyenangkan atau bermakna (Joseph, 2015).

4. *Compulsion*

Compulsion, merupakan suatu perilaku mengecek kegiatan yang sedang dilakukan oleh orang lain dengan tujuan untuk menghindari perasaan kurang *up-to-date* atau tertinggal informasi terkini (Joseph, 2015).

Selain itu, tingkat *Fear Of Missing Out* (FOMO) juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

a) Faktor Internal

- 1) Kebutuhan psikologis (*self-Determination Theory*) yang meliputi *autonomy*, *competences*, dan *realatedness*. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, individu cenderung mencari kompensasi melalui aktivitas media sosial, yang mana hal tersebut dapat memicu *Fear Of Missing Out* (FOMO) (Ryan & Deci, 2000); (Przybylski et al., 2013).
- 2) Rendahnya kontrol diri, dapat membuat individu kesulitan mengatur penggunaan media sosial sehingga lebih rentan mengalami rasa takut tertinggal informasi, cemas dan stres (Elhai et al., 2021).

b) Faktor Eksternal

- 1) Adanya tekanan sosial yang muncul menjadi pendorong untuk mengikuti tren dan aktivitas teman sebaya agar tidak dianggap ketinggalan zaman (Przybylski et al., 2013).
- 2) Pengaruh media sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang memicu terjadinya *Fear of Missing Out* (FOMO). Meningkatnya *Fear of Missing Out* (FOMO) mendorong individu untuk memposting konten di media sosial yang mencerminkan identitas diri, melalui mekanisme komparasi sosial dan peningkatan *self-esteem* (Xi et al., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian

(Nurhayati et al., 2022) yang menunjukkan bahwa *personal branding* digital berperan penting dalam membentuk citra diri seorang individu di ruang *public daring*.

B. Maqashid Syariah

Maqasid al-syariah terdiri dari dua kata, yaitu *maqhsaid* adalah bentuk jamak dari *maqhsid* yang berarti kesengajaan atau tujuan. Sedangkan *syariah* berarti hukum atau aturan. Dengan demikian, *Maqashid al-Syariah* dapat diartikan sebagai maksud dan tujuan dari diturunkannya syariat kepada seorang muslim. Menurut Al-Syatibi, syariah diturunkan untuk mewujudkan kemaslahatan manusia di dunia dan akhirat melalui pemeliharaan lima kebutuhan pokok (*al-daruriyyat al-khams*) (Hermanto, 2022):

1. *Hifzh ad-Din* (menjaga agama), menjaga dan memelihara keyakinan serta pelaksanaan ajaran agama dari berbagai bentuk gangguan, sehingga manusia dapat beribadah dan menjalankan syariat dengan baik (Islam, 2024).
2. *Hifzh an-Nafs* (menjaga jiwa), memastikan keselamatan dan kelangsungan hidup manusia, termasuk melindungi dari ancaman fisik maupun psikis yang dapat membahayakan keberadaan jiwa (Islam, 2024).
3. *Hifzh al-'Aql* (menjaga akal), menjaga fungsi akal pikiran dari hal-hal yang merusaknya, seperti perilaku atau konsumsi yang dapat menghilangkan kemampuan berpikir sehat (Islam, 2024).
4. *Hifzh an-Nasl* (menjaga keturunan), memelihara kehormatan, menjaga nasab, dan memastikan keberlangsungan generasi yang berkualitas melalui nilai moral dan etika yang benar (Islam, 2024).
5. *Hifzh al-Mal* (perlindungan harta), melindungi harta agar diperoleh dengan cara yang halal, dimanfaatkan untuk kebaikan, dan terhindar dari penyalahgunaan atau pemborosan (Islam, 2024).

III. METODOLOGI PENELITIAN

Metode dapat dirumuskan sebagai suatu proses atau prosedur yang sistematis berdasarkan prinsip dan teknik ilmiah yang dipakai oleh disiplin (ilmu) untuk mencapai suatu tujuan (Anggito, Aibi Setiawan, 2018). Penelitian merupakan suatu proses penyelidikan atas suatu fakta yang dilakukan secara objektif, hati-hati, terencana, dan sistematis terhadap fenomena-fenomena untuk mencari suatu fakta, teori baru, hipotesis, dan kebenaran dengan menggunakan langkah-langkah tertentu agar ditemukan jawaban ilmiah terhadap suatu masalah (Tersiana, 2018). Metode penelitian menurut Bungin pada dasarnya merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk memperoleh data demi tujuan dan kegunaan tertentu (Nasution Fattah, 2023). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan, yaitu penelitian yang dilakukan langsung di lokasi untuk memperoleh data primer dari sumber relevan (Busyairi Ahmad & Laha, 2020).

Fadlun Maros dkk. dalam tulisannya Penelitian Lapangan (*Field Research*) pada Metode Kualitatif menyatakan bahwa penelitian lapangan merupakan penelitian kualitatif di mana peneliti mengamati dan berpartisipasi langsung dalam skala sosial kecil serta budaya

setempat (Nur et al., 2022). Tujuan utama pendekatan ini adalah memahami fenomena secara mendalam melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi (Busyairi Ahmad & Laha, 2020).

Pendekatan penelitian adalah kerangka metodologis yang menentukan bagaimana penelitian dirancang dan dilaksanakan. Pemilihan pendekatan tergantung pada pertanyaan penelitian, tujuan, dan jenis data yang dibutuhkan (Susanto et al., 2024). Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus deskriptif kualitatif yakni metode penelitian yang digunakan untuk memahami suatu fenomena secara mendalam dengan menggambarkan karakteristiknya secara sistematis (Millah et al., 2023).

Sumber data primer kualitatif (transkrip wawancara) adalah sejumlah responden yang disebut Informan Penelitian. Informan ini diambil dengan cara tertentu dari para pihak yang karena kedudukan atau kemampuannya dianggap dapat merepresentasikan masalah yang dijadikan obyek penelitian. Pada data primer penelitian ini diperoleh langsung dari narasumber yaitu, mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta (Balakrishnan & Forsyth, 2019). Sumber data sekunder (teori, data dan informasi) adalah buku-buku, dokumen-dokumen seperti jurnal dan artikel, internet, serta penelitian terdahulu yang terkait dengan Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) dan perilaku konsumen dalam perspektif *maqashid syariah* (Balakrishnan & Forsyth, 2019).

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data penelitian dari sumber data (subjek maupun sampel penelitian). Metode deskriptif dimaksudkan untuk penelitian yang tertuju pada pemecahan masalah yang ada pada masa sekarang atau sedang berlangsung. Maka teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan *observasi* (pengamatan), *interview* (wawancara), dan dokumentasi (Fadilla et al., 2023).

Pada penelitian ini narasumber atau informan yaitu seluruh mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta tahun 2021, 2022, 2023, dan 2024. sampel diambil secara *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan informan berdasarkan kriteria spesifik yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Adapun kriteria daripada informan yaitu:

1. Mahasiswa aktif STIES Indonesia Purwakarta (Angkatan tahun 2021–2024).
2. Aktif bermain media social minimal 2 jam/hari.
3. Memiliki pengalaman atau terdampak dalam fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO).

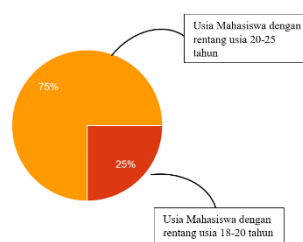
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Informan Berdasarkan Usia

Data narasumber dalam penelitian mengenai fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada perilaku Mahasiswa berdasarkan usia adalah sebagai berikut:

Diagram 4. 1
Karakteristik Informan Berdasarkan Usia



(Sumber: Diolah Oleh Peneliti Tahun 2025)

JAMA (Jurnal Manajemen Ekonomi dan Bisnis), Volume 3, Nomor 1, Mei 2026

<http://jurnal.forpti.or.id/index.php/jama/>

ISSN: [3062-8628](#) (Media Online), [3062-8636](#) (Media Cetak)

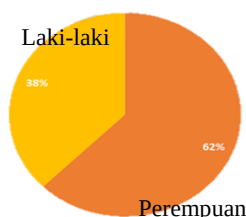
Berdasarkan data informan 4.1, rentang usia terbagi menjadi 2 kategori, yaitu usia 18-20 tahun dan 20-25 tahun. Terdiri dari enam informan dengan rentang usia 20-25 tahun mendominasi pada penelitian ini, sedangkan dua informan lainnya berada pada rentang usai 18-20 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas informan berada pada rentang usia dewasa awal yang produktif dan aktif baik dilingkungan kampus maupun di dalam sosial media seperti kebiasaan dari generasi Z masa kini yang tidak bisa lepas dari internet (Peneliti, 2025).

2. Karakteristik Informan Berdasarkan Jenis Kelamin

Data narasumber dalam penelitian mengenai fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada perilaku Mahasiswa berdasarkan jenis kelamin adalah sebagai berikut:

Diagram 4. 2

Karakteristik Informan Berdasarkan Jenis Kelamin



(Sumber: Diolah Oleh Peneliti Tahun 2025)

Berdasarkan data Informan 4.2 dalam penelitian fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada perilaku mahasiswa dalam perspektif maqashid syariah ini terdiri dari lima Perempuan dan tiga laki-laki. Pada diagram ini menunjukkan bahwa informan Perempuan lebih banyak daripada informan laki-laki. Dan pada penelitian ini menjelaskan juga bahwa informan Perempuan cenderung lebih mudah terpengaruh dengan kehidupan yang ditampilkan di dalam media sosial. Perbedaan ini diharapkan dapat memberikan banyak perspektif dalam melihat fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) ini, terutama dalam konteks perilaku mahasiswa itu sendiri (Peneliti, 2025).

3. Karakteristik Informan Berdasarkan Kelas dan Angkatan

Data narasumber dalam penelitian mengenai fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada perilaku Mahasiswa berdasarkan kelas dan angkatan adalah sebagai berikut:

Grafik 4. 1

Karakteristik Informan Berdasarkan Kelas dan Angkatan



(Sumber: Diolah Oleh Peneliti Tahun 2025)

Berdasarkan grafik 4.1 dan 4.2 data Informan berasal dari berbagai Angkatan dan kelas yakni, Angkatan tahun 2021, 2022, 2023 dan 2024, serta kelas Reguler, Karyawan, Magang, dan Eksekutif. Perbedaan pada latar belakang kelas dan Angkatan ini diambil agar dapat memperluas sudut pandang mengenai perilaku *Fear of Missing Out* (FOMO) yang dialami oleh mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta (Peneliti, 2025).

B. Pembahasan Penelitian

1. Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) Pada Perilaku Mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta

Di era digitalisasi teknologi saat ini, membuat orang-orang lebih mudah untuk mengakses informasi update, tren, dan eksistensi kehidupan orang lain menjadikan media sosial sebagai tempat tumbuhnya gejala sosial baru, salah satunya yaitu fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO), yaitu perasaan cemas atau takut tertinggal dari hal-hal yang sedang ramai atau tren di media sosial (Bloemen & Coninck, 2020).

Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada perilaku Mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta dianalisis berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Przybylski kemudian dikembangkan oleh Joseph Reagle yaitu: *comparison with friends*, *being left out*, *missed experiences*, dan *compulsion* (Joseph, 2015).

a. *Comparison with friends*

Comparison with friends merupakan salah satu pemicu utama munculnya *Fear of Missing Out* (FOMO), karena individu merasa tertinggal dengan pencapaian atau apa yang didapatkan oleh orang lain dan terdorong untuk mengejar atau bahkan melampaui pencapaian tersebut (Joseph, 2015).

Pada mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta menunjukkan kecenderungan membandingkan dirinya sendiri dengan teman sebaya melalui media sosial. Lima dari delapan informan mengaku sering merasa iri atau minder terhadap pencapaian orang lain, seperti usaha, rumah, atau prestasi, sehingga memicu *Fear of Missing Out* (FOMO). Sedangkan tiga lainnya mampu mengubah rasa iri menjadi motivasi, berbekal kesadaran bahwa media sosial tidak sepenuhnya mencerminkan kehidupan yang nyata (Peneliti, 2025).

Triangulasi sumber dari ahli memperkuat temuan ini dengan menegaskan bahwa paparan berulang terhadap konten kehidupan ideal dapat menurunkan kepercayaan diri jika tidak diimbangi kontrol diri yang baik (Sucipto, 2025).

b. *Being left out*

Being left out merupakan perasaan terasing karena tidak dilibatkan dalam aktivitas sosial yang dianggap penting (Joseph, 2015).

Lima informan mengaku pernah merasa tersisihkan karena tidak diajak dalam kegiatan sosial seperti nongkrong atau acara kampus, yang menimbulkan rasa sedih dan kecewa. Tiga informan lain bersikap adaptif dengan mencari lingkungan pertemanan yang lebih suportif (Peneliti, 2025).

Triangulasi sumber menunjukkan bahwa perasaan tersisih juga dapat muncul meskipun secara fisik hadir, karena interaksi sosial kini lebih banyak terjadi secara digital, menggeser kehadiran dan keterlibatan emosional di dunia nyata (Sucipto, 2025).

c. Missed Experiences

Missed experiences merupakan perasaan emosional berupa kecemasan atau menyesal yang muncul ketika individu merasa kehilangan kesempatan untuk ikut dalam pengalaman sosial yang dianggap menyenangkan atau bermakna (Joseph, 2015).

Lima informan merasa menyesal karena melewatkan momen sosial yang dianggap penting, seperti acara kampus atau pertemuan teman. Tiga lainnya lebih selektif, hanya mengikuti kegiatan yang relevan dengan minat pribadi (Peneliti, 2025).

Triangulasi sumber dari ahli menekankan bahwa waktu mahasiswa sering terbuang untuk aktivitas digital seperti *scrolling* TikTok, sehingga momen bermanfaat lain terlewat. Hal ini menguatkan bahwa *missed experiences* dapat memicu kecemasan sosial jika tidak dikelola (Sucipto, 2025).

d. Compulsion

Compulsion yaitu bentuk dorongan perilaku kompulsif yang muncul karena kebutuhan untuk selalu digital, mengikuti tren, atau bahkan menjadi bagian dari percakapan sosial yang sedang berlangsung (Joseph, 2015).

Enam informan mengalami dorongan kuat untuk terus membuka media sosial, bahkan saat belajar atau beribadah. Ada kasus ekstrem penggunaan TikTok hampir 24 jam. Dampaknya termasuk penundaan ibadah, gangguan fokus belajar, dan penurunan produktivitas. Dan dua informan lainnya mampu mengatur waktu secara lebih bijak (Peneliti, 2025).

Seorang ahli menegaskan bahwa perilaku kompulsif ini dapat menggeser prioritas hidup dan mengganggu keseimbangan aktivitas, namun nilai keagamaan seperti prinsip gaul tapi taat terbukti membantu sebagian mahasiswa mengontrol perilaku digital (Sucipto, 2025).

2. Fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Perilaku Mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta dalam Perspektif Maqashid syariah

Maqashid Syariah menurut Ibnu Asyur adalah makna-makna dan hikmah-hikmah yang dipancarkan syariah dalam setiap penetapan hukumnya (Hermanto, 2022). *Maqashid syariah* menurut al- Syatibi merupakan kerangka nilai utama dalam syariah Islam yang menekankan lima prinsip perlindungan, yaitu *Hifz ad-Din* (menjaga agama), *Hifz an-Nafs* (menjaga jiwa), *Hifz al-'Aql* (menjaga akal), *Hifz al-Mal* (menjaga harta), dan *Hifz an-Nasl* (menjaga keturunan). Prinsip-prinsip ini tidak hanya menjadi landasan normatif dalam menjalankan kehidupan seorang Muslim, namun juga menjadi acuan

etis dalam menghadapi tantangan modern, termasuk pada fenomena digital ini seperti fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) (Islam, 2024).

a. *Hifz ad-Din* (Menjaga Agama)

Dalam perspektif *Maqashid syariah*, *Hifz ad-Din* atau menjaga agama merupakan tujuan utama yang menempati posisi paling dasar dalam kehidupan seorang muslim. Menjaga agama tidak hanya berarti menjalankan ibadah seperti solat, puasa dan membaca al-Qur'an, tetapi juga mencakup dalam upaya menjaga konsistensi keagamaan tetap terjaga dalam aktivitas sehari-hari (Bissalam et al., 2025).

Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) pada mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta menunjukkan adanya tantangan dalam aspek ini. Sebagian mahasiswa mengaku lalai beribadah, misalnya menunda salat atau terlalu larut dengan media sosial hingga melupakan tilawah. Namun, ada pula yang mampu mengelola waktunya, misalnya dengan menggunakan pengingat salat atau berpegang pada prinsip gaul tapi taat, sehingga tetap dapat mengikuti tren tanpa mengabaikan kewajiban ibadah (Peneliti, 2025).

Hasil triangulasi dengan ahli memperkuat temuan ini, jika tidak dikendalikan, *Fear Of Missing Out* (FOMO) berpotensi menggeser orientasi hidup mahasiswa dari ukhrawi ke duniawi. Namun di sisi lain, jika disikapi dengan bijak, *Fear Of Missing Out* (FOMO) juga dapat menjadi pemicu untuk meningkatkan semangat beribadah dan berlomba dalam kebaikan (Sucipto, 2025).

b. *Hifz an-Nafs* (Menjaga Jiwa)

Hifz an-Nafs menekankan perlindungan terhadap jiwa, baik secara fisik maupun psikologis. Jiwa yang sehat ditandai dengan ketenangan, kestabilan emosi, dan kemampuan menghadapi tekanan dengan bijak (Mustaqim et al., 2023).

Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) memunculkan tekanan emosional bagi sebagian mahasiswa, seperti rasa cemas, iri hati, atau minder ketika membandingkan diri dengan orang lain. Seorang informan bahkan menyebut ada ganjalan di hati meskipun mencoba mengalihkan perasaan itu. Meski demikian, sebagian mahasiswa lainnya mampu mengelola dorongan tersebut dengan introspeksi diri, membatasi paparan media sosial, fokus pada tujuan pribadi, dan belajar bersyukur (Peneliti, 2025).

Triangulasi sumber dengan ahli menegaskan bahwa keterikatan berlebihan pada interaksi digital telah menggeser kualitas interaksi tatap muka, yang berdampak pada keseimbangan jiwa mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa menjaga jiwa di era digital tidak hanya berkaitan dengan kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan psikologis dan spiritual (Sucipto, 2025).

c. *Hifz al-'Aql* (Menjaga Akal)

Dalam *maqashid syariah*, *Hifz al-'Aql* menekankan pentingnya menjaga akal agar tetap sehat, jernih, dan berfungsi optimal dalam mengambil keputusan bijak (Saad & Rajamanickan, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa enam dari delapan informan mengalami gangguan konsentrasi akibat penggunaan media sosial berlebihan. Beberapa di antaranya mengaku sulit fokus belajar karena terbiasa melakukan *scrolling* tanpa henti. Kondisi ini menurunkan kualitas berpikir kritis dan berimplikasi pada prestasi akademik (Peneliti, 2025).

Pendapat ahli yang digunakan sebagai triangulasi memperkuat hal ini, bahwa mahasiswa sering melupakan kewajiban akademik karena sibuk mengikuti tren, sehingga akal tidak lagi berfungsi untuk menimbang dengan bijak, melainkan untuk membenarkan keinginan sesaat. Dengan demikian, *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang tidak terkendali jelas bertentangan dengan prinsip menjaga akal dalam *maqashid syariah* (Sucipto, 2025).

d. *Hifz al-Mal* (Menjaga Harta)

Dalam *Maqashid syariah*, *Hifz al-Mal* atau menjaga harta merupakan salah satu aspek dari lima tujuan utama syariat Islam yang termasuk dalam kategori *dharuriyyat*. Harta dalam Islam bukan hanya alat pemenuhan kebutuhan, tetapi juga Amanah yang harus dikelola secara bijak, adil, dan bertanggung jawab. Islam menekankan pentingnya pengelolaan harta yang tidak hanya produktif, tetapi juga etis dan tidak berlebihan (Islam, 2024).

Fear Of Missing Out (FOMO) terbukti mendorong mahasiswa melakukan konsumsi impulsif, misalnya membeli produk atau makanan viral hanya karena tren di media sosial, bukan karena kebutuhan. Sebaliknya, beberapa informan mencoba lebih selektif dengan menimbang apakah suatu barang benar-benar dibutuhkan (Peneliti, 2025).

Triangulasi dengan ahli menegaskan bahwa perilaku konsumtif semacam ini termasuk kategori *israf* (berlebihan), yang dilarang dalam Islam. Sebaliknya, prinsip *qana'ah* (merasa cukup) dan *iqtishad* (hemat) menjadi kunci menjaga harta agar tidak terbuang sia-sia. Dengan demikian, *Fear Of Missing Out* (FOMO) berpotensi melemahkan pengelolaan harta jika tidak diimbangi kesadaran finansial yang sehat (Sucipto, 2025).

e. *Hifz an-Nasl* (Menjaga Keturunan)

Hifz an-Nasl atau menjaga keturunan tidak hanya berkaitan dengan perlindungan terhadap nasab secara biologis, tetapi juga mencakup stabilitas relasi sosial, keharmonisan keluarga, dan pembentukan generasi yang sehat secara moral dan emosional. Prinsip ini menekankan pentingnya menjaga batasan dalam pergaulan, membangun komunikasi yang baik dalam keluarga, serta menciptakan lingkungan sosial yang mendukung perkembangan karakter Islami (Harahap et al., 2023).

Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) membuat sebagian mahasiswa lebih sibuk dengan media sosial dibanding berinteraksi dengan keluarga. Ada juga kecenderungan mengikuti tren atau *challenge* yang berisiko melanggar batas *syar'i*.

Namun, sebagian informan tetap berusaha menjaga keseimbangan dengan memprioritaskan ibadah, keluarga, dan hubungan sosial langsung (Peneliti, 2025).

Triangulasi dari ahli menegaskan bahwa jika tidak dikendalikan, *Fear Of Missing Out* (FOMO) dapat merusak kualitas relasi keluarga, mengikis nilai moral, bahkan menimbulkan gaya hidup yang tidak sehat. Sebaliknya, dengan kesadaran diri dan pengendalian waktu, mahasiswa dapat menjadikan prinsip *Hifz an-Nasl* sebagai pedoman untuk tetap menjaga kehormatan diri, membangun keluarga yang harmonis, dan menjalani gaya hidup yang proporsional (Sucipto, 2025).

V. SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) pada mahasiswa STIES Indonesia Purwakarta hadir dalam berbagai bentuk, mulai dari kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain (*comparison with friends*), perasaan tersisih (*being left out*), penyesalan karena melewatkan momen sosial (*missed experiences*), hingga dorongan kompulsif untuk terus terhubung secara digital (*compulsion*). *Fear Of Missing Out* (FOMO) berdampak berbeda bagi setiap individu: sebagian mahasiswa merasakan efek negatif berupa kecemasan, minder, dan penurunan produktivitas, sementara sebagian lainnya mampu mengelolanya menjadi motivasi untuk berkembang.

Dalam perspektif *Maqashid Syariah*, fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) memiliki implikasi yang kompleks. Pada aspek *Hifz ad-Din*, *Fear Of Missing Out* (FOMO) berpotensi melalaikan ibadah, tetapi juga bisa menjadi pemicu untuk meningkatkan kebaikan. Pada *Hifz an-Nafs*, *Fear Of Missing Out* (FOMO) menimbulkan tekanan psikologis, meski dapat diredam dengan sikap syukur dan introspeksi. Pada *Hifz al-'Aql*, penggunaan media sosial yang berlebihan mengganggu konsentrasi dan menurunkan kualitas akademik. Pada *Hifz al-Mal*, *Fear Of Missing Out* (FOMO) mendorong perilaku konsumtif yang impulsif dan berlebihan. Sementara itu, pada *Hifz an-Nasl*, *Fear Of Missing Out* (FOMO) dapat melemahkan hubungan keluarga dan relasi sosial jika tidak dikendalikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbari, M., Seydavi, M., Spada, M. M., Nikcevic, A. V, Zamani, E., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2021). Fear of Missing Out (FoMO) and Internet Use: A Comprehensive Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(4), 879–900. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00083>
- Anggito, Aibi Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. CV Jejak.
- Balakrishnan, S., & Forsyth, A. (2019). Qualitative methods. In *The Routledge Handbook of International Planning Education* (pp. 145–161). CV. Syakir Media Press. <https://doi.org/10.4324/9781315661063-13>
- Bissalam, I., Putri, A. I., Christya, S. Q., & Safitri, T. (2025). Tantangan Mahasiswa Muslim dalam Menjaga Konsistensi Ibadah di Lingkungan Kampus. *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(2003).
- Bloemen, N., & Coninck, D. De. (2020). *Social Media and Fear of Missing Out in Adolescents : The*

- Role of Family Characteristics*. <https://doi.org/10.1177/2056305120965517>
- Busyairi Ahmad, & Laha, M. S. (2020). Penerapan Studi Lapangan Dalam Meningkatkan Kemampuan Analisis Masalah (Studi Kasus Pada Mahasiswa Sosiologi Iisip Yapis Biak). *Jurnal Nalar Pendidikan*, 8, 1295–1307.
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2021). Online Social Media Fatigue and Psychological Wellbeing: A Study of Compulsive Use, Fear of Missing Out, Fatigue, Anxiety and Depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141–152. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>
- Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2021). *Fear of missing out (FOMO) : overview , theoretical underpinnings , and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use*. 43(2), 203–209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>
- Fadilla, A. R., Wulandari, P. A., Bahasa, F., & Yogyakarta, U. N. (2023). *JURNAL PENELITIAN Volume 1 No 3 II Agustus 2023 E-ISSN : 2986-5573 (Online) Volume 1 No 3 II Agustus 2023 E-ISSN : 2986-5573 (Online) Page 34-46*. 1(3), 34–46.
- Graphic, M., & Sosial, M. (2022). *PERANCANGAN MOTION GRAPHIC “ FOMO TIDAK 100 % SALAH KALIAN ” BAGI ANAK MUDA DI INDONESIA*. 3(1).
- Harahap, M. I., Soemitra, A., & Nawawi, Z. M. (2023). *Analysis of the effect of Fear of Missing Out (FOMO) and the use of paylater application on impulse buying behavior (review of Maqashid Syariah)*. 22(2), 67–73. <https://doi.org/10.24123/jmb.v22i2.682>
- Hasan, M. R. (2022). Resepsi Hadis Dalam Film Pendek “Kaya Tapi Missqueen” Channel Youtube Islamidotco. *Rausyan Fikr: Jurnal Ilmu Studi Ushuluddin Dan Filsafat*, 18(1), 135–152. <https://doi.org/10.24239/rsy.v18i1.846>
- Hasil Observasi yang dilakukan Oleh Peneliti*. (2025).
- Hermanto, A. (2022). *Maqashid Al-Syariah: Metode Ijtihad Dan Pembaruan Hukum Keluarga Islam*. Cv. Literasi Nusantara Abadi.
- Hunaifi, N., Mauliana, P., & Firmansyah, R. (2024). *Dampak Media Sosial terhadap Perilaku Konsumtif Remaja di Era Digital*. 3.
- Islam, M. R. I. M. R. (2024). *Pembagian Maqashid al-Syari’ah berdasarkan pengaruhnya terhadap umat manusia (Dharuriyyat, Hajiyyat dan Tahsiniyat)*. II(1), 93–105.
- Joseph, R. (2015). Following The Joneses: Fomo And Conspicuous Sociality. *First Monday*. <https://doi.org/https://doi.org/10.5210/Fm.V20i10.6064>
- Millah, A. S., Apriyani, Arobiah, D., Febriani, E. S., & Ramdhani, E. (2023). Analisis Data dalam Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 140–153.
- Mulyana, A., Vidiati, C., Danarahmanto, P. A., Agussalim, A., Apriani, W., Fiansi, F., Fitra, F., Aryawati, N. P. A., Ridha, N. A. N., Milasari, L. A., & others. (2024). *Metode penelitian kualitatif*. Penerbit Widina.
- Mustaqim, M., Roslan, B., Zainuri, A. O., Universiti, K., Sultan, I., & Shah, A. (2023). *Teori Hifz Al-Nafs dalam Maqasid Syariah : Analisis Pendalilan Teori Hifz Al-Nafs Dalam Maqasid Syariah : Analisis Pendalilan The Theory of Hifz Al-Nafs In Maqasid Syariah : Argumentation Analysis (Corresponding Author) Fakultas Pengajian Islam & Sains S. April*. <https://doi.org/10.53840/muwafaqat.v6i1>
- Nasution Fattah, A. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV. Harfa Creative.
- Nur, Askar, Utami, & Yaumil, F. (2022). Proses dan langkah penelitian antropologi: Sebuah literature review. *Ad-Dariyah: Jurnal Dialektika, Sosial Dan Budaya*, 3(1), 44–68.

JAMA (Jurnal Manajemen Ekonomi dan Bisnis), Volume 3, Nomor 1, Mei 2026

<http://jurnal.forpti.or.id/index.php/jama/>

ISSN: [3062-8628](#) (Media Online), [3062-8636](#) (Media Cetak)

- Nurhayati, R., Kuswarno, E., Yulianita, N., & Komala, L. (2022). Digital Personal Branding of Sundanese Politicians in Indonesia (Case Study on Dedi Mulyadi During the Covid-19 Pandemic). *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 19(1), 1123–1140.
- Peneliti. (2025). Hasil Wawancara pada Mahasiswa STIES IP yang telah diolah oleh Peneliti. Penyelenggara Jasa Internet Indonesia)APJII (Asosiasi. (2024). Internet Indonesia. *Survei Penetrasi Internet Indonesia*, 1–90.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Qudsyi, H., & Fasya, S. S. (2024). Fear of Missing Out and Psychological Well-Being Among Final-Year Undergraduate University Students in Indonesia. *Proceedings of the 6th International Seminar on Psychology (ISPsy 2023)*. <https://doi.org/10.4108/eai.18-7-2023.2343374>
- Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2025). Fear of Missing Out, Social Media Engagement, and Mental Well-Being Among Young Adults: A Longitudinal Perspective. *Computers in Human Behavior*, 162, 108432.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- Saad, H. M., & Rajamanickan, R. (2021). *Maqasid Memelihara Akal (Hifz al- ' Aql) dan Hubungannya dengan Falsafah Pendidikan Kebangsaan*. 43, 93–104.
- Salwa. (2025). Hasil Wawancara Pribadi tentang FOMO dan Maqashid Syariah.
- Shane-Simpson, C., & Bakken, T. (2022). Students' Fear of Missing Out Predicts In-Class Social Media Use. *Teaching of Psychology*, 51(2), 174–181. <https://doi.org/10.1177/00986283211060752>
- Sucipto, I. (2025). Hasil Wawancara Pribadi tentang FOMO dan Maqashid Syariah. Wawancara Langsung di UIN SGD.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Alfabeta (Ed.); 27th ed.).
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., Soehaditama, J. P., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12.
- TANHAN, F., ÖZOK, H. İ., & TAYİZ, V. (2022). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO): Güncel Bir Derleme. *Psikiyatri Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 74–85. <https://doi.org/10.18863/pgy.942431>
- Tersiana, A. (2018). *Metode Penelitian*. Anak Hebat Indonesia.
- Xi, Y., Huo, J., Zhao, X., Jiang, Y., & Yang, Q. (2022). The effects of fear of missing out on social media posting preferences. *European Journal of Marketing*, 56(12), 3453–3484. <https://doi.org/10.1108/EJM-10-2021-0814>