



Fomo Di Era Digital : Analisis Deskriptif Penggunaan Media Sosial Dan Akhlak Mahasiswa PAI

Hanina Najma Adzkia¹

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

email: hanina.najma.adzkia@unj.ac.id

Nabila Ramadhani²

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

email: nabila.ramadhani@mhs.unj.ac.id

Aflahul Anam El Khatami³

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

email: aflahul.anam.el@mhs.unj.ac.id

Muhammad Chepy Revy⁴

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

email: mchepy.revy@mhs.unj.ac.id

Muhammad Fakhri Hibatillah⁵

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

email: muhammad.fakhri.hibatillah@mhs.unj.ac.id

Korespondensi: email: hanina.najma.adzkia@unj.ac.id

Abstrak

History Artikel:

Diterima 1 Desember 2025
Direvisi 3 Desember 2025
Diterima 5 Desember 2025
Tersedia online 6 Desember 2025

Perkembangan teknologi digital mendorong perubahan pola komunikasi mahasiswa dan memunculkan fenomena Fear of Missing Out (FOMO) akibat penggunaan media sosial yang intensif. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan hubungan antara tingkat FOMO, penggunaan media sosial, dan akhlak mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) FISH UNJ. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif-deskriptif dengan kuesioner yang disebarluaskan kepada 75 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori FOMO sedang hingga tinggi, ditandai oleh kecemasan ketika tidak mengakses media sosial, dorongan mengikuti tren, dan kecenderungan membandingkan diri. Kondisi ini berdampak pada melemahnya disiplin belajar, pengelolaan waktu yang kurang baik, serta rendahnya kontrol diri terhadap etika bermedia sesuai nilai Islam. Namun, media sosial juga memberikan manfaat seperti akses informasi keislaman dan dukungan pembelajaran. Temuan ini menegaskan perlunya literasi digital Islami agar mahasiswa mampu memanfaatkan media sosial secara seimbang dan tetap berakhlak.

Kata kunci:

Akhlak mahasiswa; Era digital; Fear of Missing Out (FOMO); Literasi digital Islami; Media sosial.

Pendahuluan/ مقدمة

Perkembangan teknologi digital pada era modern telah membawa perubahan besar dalam kehidupan sosial dan pendidikan. Media sosial menjadi salah satu bentuk paling menonjol dari kemajuan teknologi informasi yang kini telah mengubah cara individu berkomunikasi, berinteraksi, dan memperoleh informasi. Berbagai platform seperti Instagram, TikTok, Facebook, X, dan YouTube memungkinkan pengguna untuk terhubung secara instan, berbagi aktivitas sehari-hari, serta mengikuti berbagai tren yang berkembang dalam masyarakat global. Menurut Lewis (2010), media sosial merupakan teknologi yang memungkinkan setiap individu untuk berkomunikasi secara bebas, berbagi pesan, berkolaborasi, dan bahkan menciptakan karya digital. Kemudahan dan kecepatan akses tersebut menjadikan media sosial sebagai bagian integral kehidupan sehari-hari, terutama bagi remaja dan mahasiswa.

Meskipun memiliki banyak manfaat, penggunaan media sosial yang intensif juga menimbulkan tantangan, terutama dalam aspek psikologis dan perilaku sosial. Salah satu fenomena yang kian banyak ditemukan adalah *Fear of Missing Out* (FoMO), yaitu perasaan takut tertinggal atau tidak ikut serta dalam aktivitas yang dilakukan orang lain, sehingga memunculkan dorongan kuat untuk terus memantau media sosial. Przybylski et al. (2013) menjelaskan bahwa FoMO berakar pada kebutuhan psikologis akan keterhubungan sosial dan kebutuhan untuk mendapatkan pengakuan dari lingkungan. Fenomena ini dapat mempengaruhi kondisi emosional, pola pikir, dan perilaku seseorang, terutama ketika penggunaan media sosial sudah menjadi kebiasaan yang terus berulang. FoMO tidak hanya menimbulkan kecemasan, tetapi juga mendorong perilaku tidak sehat seperti aktivitas digital yang berlebihan dan ketergantungan pada validasi sosial.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan kuat antara penggunaan media sosial dengan aspek psikologi. Rahardjo & Soetjningsih (2022) dalam penelitiannya menemukan penggunaan media sosial yang berlebihan berpotensi meningkatkan kecenderungan seseorang untuk mengalami FoMO. Individu yang memiliki sikap FoMO yang tinggi cenderung menunjukkan gejala kecanduan terhadap penggunaan sosial. Dalam konteks religiusitas, penelitian serupa oleh Fadhila et al., (2024) mengungkapkan bahwa FoMO pada mahasiswa muslim yang berkaitan dengan adiksi media sosial, berdampak kepada kesehatan mental, kehidupan akademik dan aspek spiritualitas. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa fenomena FoMO memiliki dampak multidimensional, baik pada aspek emosi, perilaku, hingga religiusitas.

Dalam lingkungan perguruan tinggi, media sosial menjadi ruang baru bagi mahasiswa untuk mengembangkan jejaring sosial, mencari informasi akademik, serta mengekspresikan diri. Namun, dinamika digital tersebut juga membawa konsekuensi terhadap perkembangan karakter dan akhlak mahasiswa. Tantangan ini semakin kompleks bagi mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI), yang memiliki tanggung jawab moral dan spiritual lebih besar sebagai calon pendidik dan pembawa nilai-nilai keislaman. Di satu sisi, media sosial dapat menjadi sarana dakwah, literasi keagamaan, serta penyebaran nilai-nilai Islami. Namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terkontrol dapat mengganggu proses pembinaan akhlak, mengurangi kedalaman refleksi diri, serta memengaruhi sikap-sikap dasar seperti keikhlasan, kesederhanaan, adab berinteraksi, dan pengendalian diri.

Teknologi yang berkembang pesat juga mempengaruhi cara mahasiswa mengonsumsi informasi, membangun relasi sosial, dan memaknai identitas diri. Livingstone (2009) menyatakan bahwa ekologi digital dapat berdampak positif maupun negatif tergantung pada

intensitas dan kualitas penggunaan. Arus informasi yang tanpa batas, notifikasi yang terus muncul, serta tren yang cepat berubah dapat memicu tekanan psikologis yang berpengaruh pada stabilitas emosional dan kualitas perilaku sehari-hari. Ketika mahasiswa dihadapkan pada tuntutan akademik, sosial, dan digital secara bersamaan, muncul risiko ketidakseimbangan yang dapat memengaruhi integritas akhlak mereka.

Berdasarkan kompleksitas tersebut, penting dilakukan penelitian untuk memahami bagaimana FOMO dan tingkat penggunaan media sosial muncul pada mahasiswa PAI serta bagaimana keduanya berkaitan dengan kualitas akhlak mereka. Pendekatan kuantitatif deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kondisi nyata di lapangan mengenai tingkat FOMO yang dialami mahasiswa, intensitas penggunaan media sosial mereka, serta kecenderungan akhlak yang mereka miliki dalam kehidupan akademik dan sosial. Hasil penelitian diharapkan tidak hanya memberikan gambaran empiris mengenai fenomena digital di kalangan mahasiswa PAI, tetapi juga menjadi dasar bagi pengembangan strategi pembinaan akhlak dan literasi digital yang lebih efektif di lingkungan pendidikan Islam.

Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar mengamati fenomena perilaku digital, tetapi juga berupaya menelaah bagaimana dinamika tersebut memengaruhi pembentukan karakter mahasiswa sebagai generasi yang akan menjadi pendidik, pendakwah, dan teladan dalam masyarakat. Hal ini menjadi sangat penting untuk memastikan bahwa perkembangan teknologi yang pesat tetap selaras dengan upaya pembentukan akhlak yang mulia serta nilai-nilai keislaman yang harus dijunjung tinggi oleh mahasiswa Pendidikan Agama Islam.

Metode/ منهجية البحث

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Pendekatan deskriptif dipilih untuk memberikan gambaran objektif mengenai tingkat penggunaan media sosial, tingkat Fear of Missing Out (FoMO), serta akhlak mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) berdasarkan data numerik yang dianalisis secara statistik (Sugiyono, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif pada Program Studi Pendidikan Agama Islam. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria: (1) mahasiswa aktif, (2) pengguna aktif media sosial, dan (3) bersedia menjadi responden. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% untuk memperoleh ukuran sampel yang representatif (Creswell, 2018).

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner tertutup berbentuk skala Likert 1–5 yang memuat tiga variabel penelitian, yaitu penggunaan media sosial, FoMO, dan akhlak mahasiswa. Indikator FOMO mengacu pada instrumen yang dikembangkan oleh Przybylski et al. (2013), sedangkan indikator akhlak disusun berdasarkan konsep akhlak menurut Al-Ghazali serta prinsip-prinsip moral dalam QS. Al-Hujurat ayat 11–12. Sebelum instrumen digunakan, dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk menilai kelayakan tiap butir pernyataan. Selanjutnya, uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha untuk mengukur konsistensi internal antarbutir. Analisis reliabilitas juga dilengkapi untuk menentukan kelayakan tiap butir. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,60$.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner digital melalui Google Form. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk melihat kecenderungan tiap variabel. Apabila diperlukan pengujian hubungan antarvariabel pendukung, digunakan uji korelasi Pearson atau Spearman, bergantung pada hasil uji normalitas. Seluruh analisis dilakukan menggunakan software IBM SPSS Statistics versi terbaru

نتائج البحث / Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai keterkaitan FOMO di era digital dan penggunaan media sosial terhadap akhlak mahasiswa PAI FISH UNJ. Secara umum, fenomena FOMO dalam konteks ini mencakup tiga aspek utama, yaitu tingkat FOMO yang dialami mahasiswa, pola interaksi melalui media sosial, serta implikasi terhadap perilaku akhlak. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Analisis deskriptif digunakan untuk merangkum tren atau kecenderungan secara keseluruhan dari data yang diperoleh, sehingga dapat memberikan gambaran umum mengenai tingkat FOMO, pola penggunaan media sosial, dan kondisi akhlak mahasiswa.

Berdasarkan hasil analisis pada variabel FOMO di era digital, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 66,7% atau sebanyak 50 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami FOMO pada tingkat yang tidak terlalu rendah namun juga belum mencapai kategori tinggi. Selanjutnya, mahasiswa yang berada pada kategori tinggi berjumlah 19 orang atau 23,3%, yang menandakan bahwa hampir seperempat responden memiliki tingkat FOMO yang cukup kuat terhadap aktivitas dan unggahan di media digital. Sementara itu, kategori rendah memiliki jumlah responden paling sedikit, yaitu 6 orang atau 8,0%.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora (FISH) UNJ angkatan 2022–2025. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling, yaitu setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Penentuan ukuran sampel dilakukan berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Isaac & Michael (1981) dalam Sugiyono (2022) dengan tingkat kesalahan 5%. Berdasarkan tabel tersebut, jumlah sampel yang diambil adalah 100% sesuai dengan jumlah yang direkomendasikan untuk tingkat kesalahan 5%, sehingga sampel yang digunakan dianggap representatif terhadap populasi.

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang dikembangkan berdasarkan indikator penggunaan media sosial, fenomena FOMO, dan akhlak mahasiswa. Sebelum digunakan, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk memastikan setiap butir pernyataan memiliki hubungan signifikan dengan skor total. Uji reliabilitas dilakukan dengan metode Cronbach's Alpha, di mana nilai $\alpha \geq 0,60$ menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik. Data yang diperoleh diolah menggunakan analisis deskriptif untuk menggambarkan distribusi dan kecenderungan variabel. Interpretasi nilai dilakukan dengan mengelompokkan skor ke dalam tiga kategori (tinggi, sedang, rendah) menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Farida (2015) dan Sudjana (1996). Pengolahan data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 22.0 for Windows dan Microsoft Excel 2021.

1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur. Instrumen dianggap valid apabila tingkat ketelitian dan ketepatan pengukurannya dapat diandalkan. Menurut Sugiyono (2017:121), validitas berarti alat ukur yang digunakan mampu menghasilkan data yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Pengujian validitas dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor setiap butir pernyataan dengan skor total keseluruhan pada instrumen tersebut. Setelah pengujian dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item	Rentang r-hitung	r-tabel	Keterangan
FOMO di Era Digital	10	0,238 - 0,669	0,227	Semua Valid
Penggunaan Media Sosial	10	0,547 - 0,750	0,227	Semua Valid
Akhlak Mahasiswa	12	0,500 - 0,789	0,227	Semua Valid

Berdasarkan hasil uji validitas di atas, menunjukkan bahwa semua pernyataan yang digunakan dalam kuesioner penelitian ini memenuhi kriteria validitas, dengan nilai r-hitung > r-tabel.

2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian memiliki konsistensi sebagai alat ukur, sehingga dapat menghasilkan data yang stabil dan dapat dipercaya. Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Cronbach Alpha*. Menurut Sugiyono (2017:130), suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach Alpha* mencapai 0,6 atau lebih. Oleh karena itu, penelitian ini menetapkan 0,6 sebagai batas koefisien reliabilitas. Adapun kriteria pengujian reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai koefisien reliabilitas lebih dari 0,6, maka instrumen dianggap memiliki reliabilitas yang baik, artinya instrumen tersebut reliabel atau terpercaya.
2. Jika nilai koefisien reliabilitas kurang dari 0,6, maka instrumen dinyatakan tidak reliabel.

Setelah dilakukan pengujian reliabilitas menggunakan metode Cronbach Alpha, nilai dari variabel pada penelitian ini diperoleh sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Keterangan
FOMO di Era Digital	10	0,694	Reliabel
Penggunaan Media Sosial	10	0,755	Reliabel
Akhlak Mahasiswa	12	0,759	Reliabel

Dengan demikian, semua instrumen dalam penelitian ini dapat dinyatakan reliabel.

3. Distribusi Data

Untuk menggambarkan tingkat FOMO di era digital, penggunaan media sosial, dan akhlak mahasiswa berdasarkan hasil pengisian angket, dilakukan pengelompokan skor ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategori ditentukan melalui perhitungan rentang skor (R), jumlah kelas (K), serta panjang kelas (P) menggunakan rumus Sturges.

Setelah itu, data responden dikelompokkan sesuai interval skor yang telah ditetapkan. Hasilnya ditampilkan pada tabel berikut.

a) Variabel FOMO di Era Digital

Tabel 3. Interval Kategori Variabel FOMO

Kategori	Rentang Skor
Rendah	25 - 30
Sedang	31 - 39
Tinggi	40 - 45

Berdasarkan hasil analisis pada variabel FOMO di era digital, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 66,7% atau sebanyak 50 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami FOMO pada tingkat yang tidak terlalu rendah namun juga belum mencapai kategori tinggi. Selanjutnya, mahasiswa yang berada pada kategori tinggi berjumlah 19 orang atau 23,3%, yang menandakan bahwa hampir seperempat responden memiliki tingkat FOMO yang cukup kuat terhadap aktivitas dan unggahan di media digital. Sementara itu, kategori rendah memiliki jumlah responden paling sedikit, yaitu 6 orang atau 8,0%.

Temuan ini mengindikasikan bahwa FOMO merupakan fenomena yang cukup dominan dialami mahasiswa, terutama pada kategori sedang. Informasi lengkap mengenai distribusi kategori FOMO disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4. Distribusi Variabel FOMO

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	6	8,0%
Sedang	50	66,7%
Tinggi	19	23,3%
Total	75	100,0%

b) Variabel Penggunaan Media Sosial

Tabel 5. Interval Kategori Variabel Media Sosial

Kategori	Rentang Skor
Rendah	15 - 20
Sedang	21 - 31
Tinggi	32 - 44

Berdasarkan analisis data pada variabel penggunaan media sosial, mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 58,7% dengan jumlah responden 44 orang. Selanjutnya, mahasiswa yang berada pada kategori tinggi berjumlah 19 orang atau sebesar 25,3%, menunjukkan bahwa seperempat responden menggunakan media sosial dengan intensitas cukup tinggi. Terakhir, kategori rendah memiliki jumlah responden paling sedikit yaitu 12 orang, atau sebesar 16,0%.

Data ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memanfaatkan media sosial pada tingkat sedang, sementara sebagian lainnya menunjukkan penggunaan yang tinggi. Informasi lengkap mengenai distribusi kategori penggunaan media sosial disajikan pada tabel berikut.

Tabel 6. Distribusi Variabel Media Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	12	16,0%
Sedang	44	58,7%
Tinggi	19	25,3%
Total	75	100,0%

c) Variabel Akhlak Mahasiswa

Tabel 7. Interval Kategori Variabel Akhlak Mahasiswa

Kategori	Rentang Skor
Rendah	32 - 39
Sedang	40 - 51
Tinggi	52 - 60

Berdasarkan analisis pada variabel akhlak mahasiswa, kategori yang paling dominan adalah sedang, yaitu sebesar 52,7% atau sebanyak 39 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat akhlak yang tergolong cukup baik namun belum mencapai kategori tertinggi. Selanjutnya, mahasiswa yang berada pada kategori tinggi berjumlah 33 orang atau 44,0%, yang menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki akhlak yang sangat baik dalam konteks penelitian ini. Sementara itu, kategori rendah merupakan kategori dengan jumlah responden paling sedikit, yaitu 3 orang atau 4,0%.

Temuan ini menggambarkan bahwa akhlak mahasiswa secara umum berada pada level sedang hingga tinggi, yang mengindikasikan adanya kecenderungan perilaku positif dalam kehidupan akademik maupun sosial. Distribusi lengkap dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Distribusi Variabel Akhlak Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	3	4,0%
Sedang	39	52,7%
Tinggi	33	44,0%
Total	75	100,0%

Diskusi / مناقشتها

Berdasarkan hasil analisis pada variabel *Fear of Missing Out* (FOMO), ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 66,7%. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami FOMO dalam intensitas moderat, yang berarti mereka memiliki kecenderungan untuk mengikuti perkembangan aktivitas sosial digital tanpa merasa terdorong secara berlebihan. Hal ini sejalan dengan temuan Przybylski et al. (2013) yang menjelaskan bahwa FOMO berasal dari kebutuhan psikologis akan keterhubungan (*relatedness*) serta rasa takut tertinggal dari lingkungan sosial. Adanya 23,3% mahasiswa yang berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa memiliki kebutuhan kuat untuk terus terhubung dengan aktivitas digital. Fenomena tersebut dapat dijelaskan melalui *Media Dependency Theory*, di mana ketergantungan pada media meningkatkan pengaruh media terhadap perilaku dan emosi individu (Ball-Rokeach & DeFleur, 1976). Sementara itu, hanya 8% mahasiswa berada pada kategori rendah, menandakan bahwa sebagian kecil mampu mengelola eksposur digital dengan baik dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial media.

Pada variabel penggunaan media sosial, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang, yakni 58,7%. Data ini menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan media sosial secara cukup intens, terutama sebagai sarana komunikasi, informasi, dan interaksi. Hal ini sesuai dengan pandangan Kaplan dan Haenlein (2010) bahwa media sosial merupakan platform yang memungkinkan proses berbagi, penciptaan konten, dan interaksi sosial secara luas. Selain itu, 25,3% mahasiswa berada pada kategori tinggi, menunjukkan intensitas penggunaan yang lebih besar, yang dapat dijelaskan melalui *Uses and Gratifications Theory* bahwa pengguna media memilih platform sesuai kebutuhan informasi, hiburan, dan ekspresi diri (Katz et al., 1974). Sementara itu, 16% berada pada kategori rendah, menunjukkan adanya mahasiswa yang lebih selektif dan memiliki kontrol diri yang baik dalam penggunaan media sosial.

Pada variabel akhlak mahasiswa, kategori sedang mendominasi dengan persentase 52,7%, menandakan bahwa mahasiswa memiliki akhlak yang cukup baik tetapi belum mencapai tingkat optimal. Dalam perspektif pendidikan Islam, akhlak terbentuk melalui pembiasaan dan pengendalian diri, sebagaimana ditegaskan oleh Al-Ghazali bahwa akhlak merupakan kondisi jiwa yang mendorong seseorang untuk berperilaku tanpa memerlukan pertimbangan yang mendalam (Al-Ghazali, 2005). Sebanyak 44% mahasiswa berada pada kategori tinggi, menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki akhlak yang sangat baik dan telah menginternalisasi nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini mencerminkan keberhasilan lingkungan pendidikan Islam dalam membentuk karakter

mahasiswa. Adapun kategori rendah hanya 4%, mengindikasikan bahwa sebagian kecil mahasiswa masih memerlukan penguatan nilai moral dan pembinaan karakter. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa PAI memiliki kecenderungan akhlak positif meskipun berada di tengah deras arus digitalisasi.

Interpretasi hasil ketiga variabel ini menunjukkan adanya hubungan yang perlu diperhatikan antara fenomena digital dengan perkembangan akhlak mahasiswa. Dalam konteks ekologi digital, Livingstone (2009) menjelaskan bahwa dunia digital dapat memberikan dampak positif maupun negatif tergantung pada kualitas interaksi individu dengan teknologi. Mahasiswa yang intens menggunakan media sosial berpotensi mengalami FOMO, dan kedua faktor tersebut bisa memengaruhi akhlak jika tidak diimbangi dengan literasi digital serta pembinaan moral. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan PAI untuk terus memperkuat program literasi digital dan pendidikan akhlak agar mahasiswa mampu mengelola tekanan digital sekaligus mempertahankan nilai-nilai Islam dalam setiap aktivitas mereka.

Kesimpulan/ الخلاصة

Berdasarkan hasil penelitian mengenai fenomena Fear of Missing Out (FOMO), penggunaan media sosial, dan akhlak mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI), diperoleh gambaran bahwa ketiga variabel tersebut berada pada kecenderungan kategori sedang hingga tinggi. Tingkat FOMO mahasiswa didominasi kategori sedang (66,7%), menunjukkan bahwa mahasiswa cukup terpengaruh oleh aktivitas digital meskipun belum mencapai tingkat yang mengganggu secara ekstrem. Namun, keberadaan mahasiswa dengan FOMO tinggi (23,3%) mengindikasikan adanya kelompok yang rentan terhadap tekanan psikologis akibat keterhubungan digital yang berlebihan, sehingga perlu menjadi perhatian dalam pembinaan akhlak di lingkungan pendidikan Islam.

Penggunaan media sosial juga berada pada tingkat sedang (58,7%), menandakan bahwa mayoritas mahasiswa memanfaatkan media sosial secara proporsional. Meski demikian, intensitas penggunaan tinggi pada sebagian mahasiswa (25,3%) menunjukkan adanya potensi ketidakseimbangan antara aktivitas digital, tanggung jawab akademik, serta praktik keagamaan. Kondisi ini menegaskan pentingnya kecakapan digital yang disertai kemampuan pengelolaan diri agar media sosial tidak berdampak negatif terhadap perkembangan karakter.

Sementara itu, akhlak mahasiswa PAI menunjukkan kualitas cukup baik, dengan kategori sedang sebesar 52,7% dan tinggi 44%. Hasil ini menandakan bahwa mahasiswa secara umum memiliki pemahaman dan perilaku moral yang memadai, namun masih memerlukan penguatan terutama dalam aspek pengendalian diri, kesederhanaan, serta etika berinteraksi di ruang digital. Temuan ini sekaligus menunjukkan bahwa dinamika digital menjadi salah satu faktor yang memerlukan perhatian dalam konteks pembinaan akhlak mahasiswa PAI.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran empiris bahwa fenomena FOMO dan penggunaan media sosial berpotensi memengaruhi kualitas akhlak mahasiswa, meskipun penelitian ini bersifat deskriptif dan tidak menguji hubungan kausal. Namun demikian, hasil ini memiliki konsekuensi penting bagi pengembangan ilmu dan praksis pendidikan Islam. Institusi pendidikan perlu memperkuat literasi digital yang berorientasi pada etika, menyediakan program pembinaan akhlak yang relevan dengan konteks digital, serta mengintegrasikan nilai-nilai karakter dalam aktivitas akademik dan nonakademik. Penguatan kurikulum PAI juga perlu diarahkan pada pembinaan kesadaran diri, tanggung jawab digital, dan praktik beragama yang adaptif terhadap tantangan era teknologi.

Penelitian ini membuka peluang pengembangan kajian lanjutan, terutama penelitian korelasional atau komparatif yang dapat mengungkap lebih dalam hubungan antara FOMO, intensitas penggunaan media sosial, dan akhlak mahasiswa. Dengan demikian, strategi pendidikan yang integratif antara kecakapan digital, kesehatan mental, dan pembinaan akhlak dapat dirancang secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.

Referensi/المصادر والمراجع

- Muyassaroh, S. (2024). *Fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) dan Regulasi Diri Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta Angkatan 2020* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia).
- Antika, D. E. (2025). *Analisis Perilaku Fear of Missing Out (Fomo) Perspektif Islam* (Studi Pada Mahasiswa IAIN Metro) (Doctoral dissertation, IAIN Metro).
- Jannah, M. (2023). *Fenomena Fear Of Missing Out (Fomo) Di Komunitas Calon Guru Pendidikan Agama Islam (Studi Fenomena FoMO pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Strata-I UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)* (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA).
- Siregar, Y. H. (2024). *Dampak penggunaan media sosial pada akhlak generasi muda di era z di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan* (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Parwak, S. (2023). *Dampak Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Akhlak Mahasiswa PAI FITK IAIN Ambon* (Doctoral dissertation, IAIN Ambon).
- Tanjung, P. (2024). *Pengaruh penggunaan media sosial terhadap akhlak dan prestasi belajar pendidikan Agama Islam siswa di SMA Negeri 1 Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara* (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Al-Ghazali. (2005). *Ihya' Ulumuddin*. Darul Fikr.
- AZIZAH, R. M., RABI'AH, S. M., NURHAYATI, G. A., & TUAN NURHAFIZA, A. R. A. (2025). Bimbang Ketinggalan Perkembangan (FoMO) di Media Sosial Menurut Perspektif Islam. *MUWAFQAT*, 8.
- IBG PURWA. (2022). PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL MENUJU MASYARAKAT CERDAS BERPENGETAHUAN. *Media Sains Informasi dan Perpustakaan Undiksha*, 2, 52.
- Nur Aslam, Aryani, F., & Latif, S. (2020). STUDI KASUS TENTANG PERILAKU FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DALAM BERMEDIA SOSIAL DAN PENANGANANNYA DI SMPN 4 BULUKUMBA. *Journal of School Counseling*.
- SAMPOERNA UNIVERSITY. (2022). Pengertian Media Sosial, Sejarah, Fungsi dan Manfaatnya. *SAMPOERNA UNIVERSITY*.
- Septia Wardani, D., & Cahyani, R. (2023). Pengaruh FoMO (Fear of Missing Out) pada Generasi Z Terhadap Ketakwaan Kepada Allah SWT. *Darul 'Ilmi*, 11(2), 257-269.
- Rashid, A. M., Serji, R. A. M., Ghani, N. A., Aziz, T. N. R. A., & Shah, W. N. A. W. M. (2025). Bimbang Ketinggalan Perkembangan (FoMO) di Media Sosial Menurut Perspektif Islam: Fear of Missing Out (FoMO) in Social Media from the Islamic Perspective. *Journal of Muwafaqat*, 8(2), 156-173.

- Al-Fiyah, T. (2025). Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) Pada Milenial Perspektif Kebutuhan Islam. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam*, 1(01).
- Wardani, D. S. S., & Cahyani, R. (2024). Pengaruh FoMO (Fear of Missing Out) pada Generasi Z Terhadap Ketakwaan Kepada Allah SWT. *Darul Ilmi: Jurnal Ilmu Kependidikan dan Keislaman*, 11(2), 257-269.
- HASANAH, U. (2024). HUBUNGAN PERILAKU FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN INTERAKSI SOSIAL SISWA DAN IMPLIKASINYA TERHADAP BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 14 PEKANBARU (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).
- Fadhila, A. R., Hermawan, N. N., & Surahman, C. (2024). MENGUNGKAP BUDAYA FOMO DAN ADIKSI MEDIA SOSIAL:TANGGAPAN MAHASISWA MUSLIM DI ERA DIGITAL. *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia*, 3(5), 137-150.
- Rahardjo, L. K. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO)dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 460-465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>