

## **Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung**

**Rizki Putri Noviantika<sup>1</sup>, Rohmatun<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

<sup>2</sup>Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*\*Corresponding Author:*

[rohmatun@unissula.ac.id](mailto:rohmatun@unissula.ac.id)

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara fear of missing out (FoMO) dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa fakultas hukum UNISSULA. Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa angkatan 2023/2024 dan angkatan 2024/2025. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 101 orang, yang menggunakan teknik cluster random sampling. Data diambil menggunakan dua alat ukur yakni skala fear of missing out (FoMO) yang terdiri dari 10 aitem dengan reliabilitas 0,904 dan skala gaya hidup hedonis dengan jumlah 24 aitem dan reliabilitas 0,681. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara fear of missing out (FoMO) dengan gaya hidup hedonis. Analisis ini menggunakan korelasi product moment dengan hasil uji hipotesis menunjukkan nilai  $r_{xy} = 0,328$  dengan signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara fear of missing out (FoMO) dengan gaya hidup hedonis, artinya semakin tinggi fear of missing out (fomo) maka semakin tinggi juga gaya hidup hedonis. Sebaliknya, semakin rendah fear of missing out (fomo) maka semakin rendah pula gaya hidup hedonis. Hipotesis dalam penelitian ini diterima.*

**Kata kunci:** *Fear of Missing Out* (FoMO), Gaya Hidup Hedonis

### **Abstract**

*This study aims to determine the relationship between fear of missing out (FoMO) and hedonistic lifestyle among law students at UNISSULA. The population for this study consists of students from the 2023/2024 and 2024/2025 cohorts. The sample size for this study is 101 participants, selected using cluster random sampling. Data were collected using two measurement tools: the fear of missing out (FoMO) scale, consisting of 10 items with a reliability coefficient of 0.904, and the hedonistic lifestyle scale, comprising 24 items with a reliability coefficient of 0.681. The hypothesis of this study posits that there is a positive relationship between fear of missing out (FoMO) and hedonistic lifestyle. The analysis used the product moment correlation coefficient, with the hypothesis test results showing a value of  $r_{xy} = 0.328$  at a significance level of 0.001 ( $p < 0.05$ ). This*

---

*indicates a significant positive relationship between fear of missing out (FoMO) and hedonistic lifestyle, meaning that the higher the fear of missing out (FoMO), the higher the hedonistic lifestyle. Conversely, the lower the fear of missing out (FoMO), the lower the hedonistic lifestyle. The hypothesis in this study is accepted.*

**Keywords** : Fear of Missing Out (FoMO), Hedonistic Lifestyle

## PENDAHULUAN

Gaya hidup dapat diartikan sebagai pola perilaku, kebiasaan, serta aktivitas sehari-hari yang mencerminkan nilai, kepribadian, dan pandangan individu maupun kelompok. Gaya hidup menjadi cerminan dari bagaimana seseorang memilih untuk menjalani hidupnya, baik dalam hal konsumsi, hiburan, maupun interaksi sosial (Nurazijah dkk., 2023). Di era modern, gaya hidup tidak lagi terbatas pada pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi telah berkembang menjadi simbol status sosial dan dipengaruhi oleh budaya global.

Perkembangan teknologi dan globalisasi telah membawa dampak besar terhadap perubahan pola hidup masyarakat, khususnya pada generasi muda seperti mahasiswa (Risdyanti dkk, 2019). Gaya hidup yang dahulu lebih sederhana kini menjadi semakin kompleks, karena dipengaruhi oleh kecepatan informasi dan koneksi digital. dalam konteks ini, mahasiswa membentuk gaya hidupnya berdasarkan interaksi sosial dan tekanan lingkungan sekitarnya, seperti kelompok teman sebaya. Individu cenderung menyesuaikan diri untuk memperoleh pengakuan, identitas, dan rasa diterima dalam lingkungannya (Permata dkk, 2025).

Mahasiswa sebagai individu yang berada dalam tahap perkembangan awal dewasa, masih berada dalam proses pencarian identitas diri. Individu mulai memahami siapa diri sendiri melalui lingkungan sekitar, termasuk dalam pergaulan, kegiatan kampus, dan media sosial (Siti dkk, 2022). Rasa ingin tahu dan ketertarikan terhadap hal-hal baru menjadikan mahasiswa lebih mudah terpengaruh oleh gaya hidup hedonis, yang menekankan pada kebebasan, kesenangan, dan kenikmatan hidup sebagai tujuan utama. Melalui interaksi sosial yang intens, mahasiswa kerap terlibat dalam aktivitas seperti foto *selfie*, berkumpul di *café*, hingga mengunjungi tempat-tempat populer seperti *mall* atau spot wisata yang sedang tren. Aktivitas ini sering dianggap sebagai bentuk aktualisasi diri sekaligus cara menunjukkan eksistensi dihadapan orang lain, terutama di media sosial. Tidak jarang, gaya hidup ini menjadi kebiasaan yang sulit dipisahkan dari kehidupan sehari-hari mahasiswa.

Mahasiswa memiliki kecenderungan untuk terus mencari kesenangan sesaat seringkali menggesampingkan tanggung jawab akademik. Banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu untuk liburan, belanja, atau hiburan lain, sementara tugas-tugas kuliah terbengkalai. Waktu belajar yang seharusnya dimanfaatkan untuk mempersiapkan ujian atau menyelesaikan pekerjaan akademik justru terbuang untuk hal yang kurang bermanfaat (Batubara, 2024). Seringkali, waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar, menyelesaikan tugas, atau mempersiapkan ujian terbuang untuk hal-hal yang kurang bermanfaat. Beberapa mahasiswa bahkan menganggap pergaulan dan status sosial lebih penting dari akademik. Berkumpul di *café* dianggap sebagai gaya hidup kekinian dan dijadikan untuk menunjukkan eksistensi diantara teman-teman. Akibatnya, individu mulai malas untuk kuliah, tugas tidak dikerjakan, dan nilai pun menurun. Bahkan banyak individu yang lebih memilih tidak masuk kuliah demi liburan, karena lebih memilih kesenangan cepat meski hanya sementara.

Media sosial menjadi salah satu faktor besar dalam membentuk pola pikir mahasiswa mengenai gaya hidup yang dianggap ideal. *Platform* seperti Instagram, TikTok, dan YouTube menampilkan konten-konten yang menonjolkan kemewahan, pencapaian pribadi, hingga tren terkini (Ausat, 2023). Tanpa disadari, standar hidup yang ditampilkan di media sosial tersebut menimbulkan tekanan sosial, di mana mahasiswa merasa perlu mengikuti dan menyesuaikan diri agar tidak dianggap ketinggalan zaman (Christy, 2022).

Dalam kondisi ini, gaya hidup hedonis dipandang sebagai simbol keberhasilan dan pengakuan sosial. Mahasiswa merasa perlu mengikuti tren dan gaya hidup kelompok pergaulannya. Individu aktif mengunjungi tempat hiburan, membeli barang-barang yang sedang populer, hingga memamerkan kegiatan tersebut di media sosial. Hal ini seperti dijelaskan dalam penelitian Abrianto dkk, (2021) bahwa mahasiswa cenderung menjadikan kesenangan sebagai prioritas utama dalam hidup individu, seperti liburan, nongkrong, dan berbelanja.

Hawkins (Haryono, 2014) menyatakan bahwa gaya hidup seseorang memengaruhi kebutuhannya, keinginannya, hingga perilaku konsumsinya. Artinya, gaya hidup menjadi dasar dalam membuat berbagai keputusan, termasuk keputusan untuk membeli atau melakukan sesuatu. Hal ini sejalan dengan pandangan Khairunnisa, (2023), bahwa sesuatu dianggap baik jika mampu memenuhi keinginan manusia dan membawa kesenangan. Maka tak heran jika banyak mahasiswa yang merasa puas ketika dapat mengikuti tren dan menikmati hidup, meskipun harus mengorbankan hal lain. Namun, di balik itu semua, terdapat dorongan psikologis yang kuat dalam diri mahasiswa untuk selalu merasa terhubung dengan lingkungan sosialnya. Keinginan untuk ikut serta dalam berbagai aktivitas kelompok atau tren sering dipicu oleh rasa takut tertinggal atau tidak diakui. Fenomena ini dikenal sebagai *Fear of Missing Out* (FoMO), yakni perasaan cemas yang muncul ketika individu merasa dirinya melewatkannya yang menyenangkan atau penting dalam kehidupan orang lain.

*Fear of Missing Out* (FoMO) muncul saat seseorang merasa takut ketinggalan momen penting yang terjadi di sekitarnya (Wirasukessa, 2023). Individu yang mengalami FoMO biasanya mudah terpengaruh untuk mengikuti tren. Keinginan untuk selalu terlihat mengikuti perkembangan mendorong seseorang untuk menghabiskan lebih banyak waktu dan uang demi kesenangan dan pengakuan sosial (Syandana, 2024). Saat melihat teman atau orang lain membagikan momen seru, timbul dorongan untuk ikut serta, meskipun sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan atau diinginkan. Seseorang pun merasa perlu menyesuaikan diri agar bisa diterima dalam pergaulan (Bulan dkk, 2022). FoMO mendorong individu untuk terus mengikuti apa yang dilakukan orang lain, bahkan jika hal tersebut sebenarnya tidak dibutuhkan (Chashmi dkk, 2023). Ketika melihat teman-teman membagikan momen menyenangkan di media sosial, individu merasa ter dorong untuk melakukan hal serupa demi mendapatkan pengakuan sosial. Dorongan ini membuat mahasiswa cenderung menghabiskan lebih banyak waktu dan uang demi memenuhi kebutuhan akan keterhubungan sosial dan eksistensi diri, yang pada akhirnya mengarah pada gaya hidup hedonis (Istiqomah dkk, 2024).

FoMO berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap kebutuhan psikologis. Ketika individu merasa kurang memiliki hubungan yang berarti dengan orang lain, individu lebih rentan terhadap FoMO dan ter dorong untuk mencari validasi melalui kesenangan dan popularitas. Hal ini dijelaskan oleh Sofia dkk (2018) dalam penelitiannya bahwa FoMO

sering muncul ketika kebutuhan psikologis seseorang tidak terpenuhi secara optimal. Maka dari itu, FoMO menjadi salah satu faktor yang memperkuat pola gaya hidup hedonis di kalangan mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap hubungan antara *fear of missing out* dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa universitas islam sultan agung. Dengan demikian, rumusan dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara FoMO dengan gaya hidup hedonis pada masiswa Fakultas Hukum?.” Dan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara FoMO dengan gaya hidup hedonis pada masiswa Fakultas Hukum. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *fear of missing out* (FoMO) dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa.

## METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Islam Sultan Agung yang berjumlah 314 mahasiswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah sebanyak 101 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert*. Skala yang digunakan yakni skala *Fear of Missing Out* (FoMO) yang telah diadaptasi oleh Elfariani, (2024) untuk mengukur kecenderungan FoMO ( $\alpha=0,904$ ) dan skala Gaya Hidup Hedonis Nabila, (2019) ( $\alpha=0,681$ ). Teknik analisis data menggunakan *product moment* yang menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistic* versi 27.

## HASIL

### Uji Asumsi Normalitas

Hasil uji normalitas pada penelitian ini yang terdapat pada tabel uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa memperoleh nilai signifikansi  $0,094 > 0,05$ , hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel gaya hidup hedonis berdistribusi normal. Dan variabel *fear of missing out* (FoMO) memperoleh nilai signifikansi  $0,019 > 0,05$ , hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel fear of missing out berdistribusi tidak normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Gaya Hidup Hedonis	44,44	9,394	0,082	0,094	>0,05	Normal
FoMo ( <i>Fear of Missing Out</i> )	25,94	6,585	0,098	0,019	<0,05	Tidak Normal

### Uji Asumsi Linieritas

Hasil uji linieritas antara *fear of missing out* dan gaya hidup hedonis memperoleh nilai *linearity* sebesar 12,799, taraf signifikasni sebesar  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *fear of missing out* dan gaya hidup hedonis memiliki hubungan linier.

**Tabel 2. Hasil Uji Lenieritas**

Variable	Flinear	Sig.	Ket.
Gaya Hidup Hedonis	12,799	0,001	Linier
FoMo ( <i>Fear of Missing Out</i> )			

### **Uji Hipotesis**

Uji hipotesis menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil uji korelasi *product moment* memperoleh nilai koefisiensi korelasi  $r_{xy}$  yaitu 0,328 dengan taraf signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan gaya hidup hedonis. Oleh karena itu hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

**Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis**

	FoMO	Gaya Hidup Hedonis
FoMO	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	101
Gaya Hidup Hedonis	Pearson Correlation	.328**
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	101

### **DISKUSI**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Islam Sultan Agung. Dengan hipotesis penelitian terdapat hubungan positif antara *fear of missing out* (FoMO) dengan gaya hidup hedonis. Berdasarkan uji hipotesis diperoleh nilai signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan koefisiensi yaitu 0,328, yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan gaya hidup hedonis. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima.

Berdasarkan hasil analisis gaya hidup hedonis memperoleh hasil berkisar 24-72 dengan rata-rata 44,44 dan standar deviasi 9,394 yang menunjukkan bahwa subjek penelitian berada pada kategori sedang. Individu yang berada dalam kategori ini memiliki pola perilaku yang berorientasi pada kepuasan sesaat dan kenikmatan pribadi, seperti sering mengikuti *trend*, membeli barang-barang *bermerk*, dan liburan. Selain itu subjek juga cenderung aktif dalam membagikan aktivitas atau gaya hidupnya melalui media sosial sebagai bentuk pencarian pengakuan atau penerimaan sosial.

*Fear of Missing Out* (FoMO) menunjukkan hasil dengan rentang skor 12-40, memiliki rata-rata sebesar 25,94 dan dengan standar deviasi sebanyak 6,585 yang menunjukkan bahwa subjek berada dalam kategori tinggi. Individu yang berada dalam kategori ini menunjukkan tingkat rasa takut yang kuat terhadap kemungkinan tertinggal dari informasi, aktivitas sosial yang dilakukan orang lain, dan pengalaman. Individu pada kategori ini mempunyai tingkat penggunaan media sosial yang berlebihan dan memeriksa

notifikasi terbaru dari lingkungan sekitarnya. Perilaku ini berdampak pada pola pikir, emosi, serta aktivitas sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dkk, (2024) menunjukkan bahwa *fear of missing out* memiliki pengaruh signifikan terhadap gaya hidup hedonis pada mahasiswa, dimana semakin tinggi tingkat FoMO yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk menjalani gaya hidup yang berorientasi pada kesenangan sesaat dan konsumsi berlebihan. Individu yang mengalami FoMO cenderung ter dorong untuk terus mengikuti *trend* gaya hidup hedonis yang dilihat di media sosial atau agar tidak merasa tertinggal dari lingkungannya. *Fear of missing out* menjadi salah satu faktor yang mendorong gaya hidup hedonis, terutama pada mahasiswa yang aktif menggunakan media sosial dan mudah terpengaruh oleh tekanan dari lingkungan sekitar.

Mahasiswa yang memiliki gaya hidup ini sering terlibat dalam aktivitas seperti berbelanja produk *bermerk*, mengunjungi *café-café* terkenal, mengikuti hal-hal yang sedang *trend*, dan memamerkan gaya hidup di media sosial. Cara hidup individu ini sering digunakan sebagai strategi untuk mendapatkan penerimaan dari kelompok teman.

Individu yang memiliki gaya hidup hedonis seringkali memprioritaskan pencapaian kepuasan diri dan kenikmatan hidup sesaat daripada jangka panjang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk, (2025) bahwa mahasiswa yang menjalani gaya hidup hedonis seringkali menunjukkan perilaku konsumtif baik secara langsung maupun di media sosial.

Hasil ini sejalan dengan teori Przybylski dkk, (2013) yang menyatakan bahwa FoMO muncul akibat ketidakmampuan individu untuk memenuhi kebutuhan psikologis akan keterhubungan sosial (*relatedness*) dan aktualisasi diri. Ketika individu merasa tertinggal atau tidak ikut serta dalam aktivitas sosial yang dialami orang lain, individu cenderung mengejar berbagai bentuk kesenangan untuk menutupi kekosongan tersebut. Gaya hidup hedonis menjadi salah satu pelampiasan dalam memenuhi kebutuhan tersebut, terutama melalui konsumsi berlebihan, mengikuti tren, atau aktivitas hiburan yang menonjolkan kenikmatan pribadi.

Berdasarkan temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* memberikan sumbangan efektif terhadap gaya hidup hedonis sebesar 10,7%, sedangkan sisanya 89,3% dipengaruhi hal lain yang tidak menjadi fokus penelitian ini.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu, bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, artinya terdapat hubungan positif antara *fear of missing out* dengan gaya hidup hedonis Fakultas Hukum Universitas Sultan Agung Semarang. Semakin tinggi tingkat *fear of missing out* yang dirasakan, maka semakin tinggi pula tingkat kecenderungan gaya hidup hedonis.

Pengambilan data dilakukan secara daring dan rendanya partisipasi subjek penelitian yang merupakan mahasiswa yang cenderung enggan mengisi kuesioner, sehingga pengumpulan data menjadi terbatas dan mungkin tidak sepenuhnya *representative* dari populasi penelitian menjadi kelemahan pada penelitian ini.

**SARAN****Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa diharapkan mengurangi dan membatasi penggunaan media sosial secara bijak dengan cara menentukan waktu tertentu untuk menggunakan media sosial, memilih konten yang bermanfaat, dan memperbanyak kegiatan nyata yang positif. Mahasiswa juga sebaiknya tidak merasa cemas atau tertinggal ketika tidak mengetahui apa yang sedang dilakukan teman-teman. Dengan menghindari hal tersebut individu dapat lebih fokus pada tujuan, mengelola waktu dan emosi agar terhindar dari tekanan sosial.

**Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji topik yang sama dapat memasukkan variabel lain dan memilih populasi yang lebih luas. Pengambilan data kuesioner sebaiknya disebarluaskan dengan cara *offline* untuk menghindari adanya *error*.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abrianto, D., & Arani, V. S. (2021). Analisis Gaya Hidup Hedonisme di Kalangan Mahasiswa ( Studi Kasus : Mahasiswa Ilmu Filsafat Universitas Pembangunan Panca Budi Medan ). *Ar-Rasyid Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1 No., 79–87.

Ausat, A. M. A. (2023). The Role of Social Media in Shaping Public Opinion and Its Influence on Economic Decisions. *Technology and Society Perspectives (TACIT)*, 1(1), 35–44. <https://doi.org/10.61100/tacit.v1i1.37>

Batubara, A. (2024). The Role of FoMO and Hedonism in Shaping Consumptive Behaviors and Religious Adherence Among Sibolga's Muslim Millennials. *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-Agama*, 4(2), 150. <https://doi.org/10.22373/arj.v4i2.25710>

Chashmi, S. J. E., Aruguete, M., Sadri, M., Montag, C., & Shahrajabian, F. (2023). Psychometric properties of the fear of missing out (FoMO) Scale in iranian students: Reliability, validity, factor structure, and measurement invariance. *Telematics and Informatics Reports*, 10(May). <https://doi.org/10.1016/j.teler.2023.100066>

Christy, C. C. (2022). FoMo di media sosial dan e-WoM : pertimbangan berbelanja daring pada marketplace. *Jurnal Studi Komunikasi (Indonesian Journal of Communications Studies)*, 6(1), 331–357. <https://doi.org/10.25139/jsk.v6i1.3742>

Dafa Alif Syandana, D. R. D. (2024). *Hubungan Antara Fear of Missing Out ( FoMO ) Dan Gaya Hidup Hedonis Dengan Impulsive Buying Pada Mahasiswa Pengguna E-Commerce JIMEA | Jurnal Ilmiah MEA ( Manajemen , Ekonomi , dan Akuntansi )*. 8(3), 691–705.

Elfariani, K. (2024). *Hubungan antara Smartphone Addiction dan Fear of Missing Out terhadap Phubbing pada Siswa SMA Negeri 2 Rembang*.

Haryono, P. (2014). Hubungan Gaya Hidup dan Konformitas Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(4), 268–273. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i4.3674>

Istiqomah, E. F., & Wahyudi, A. (2024). *The Impact of FOMO on The Hedonism Attitude of Generation Z In Islamic Consumption Behavior*. 16(2), 178–192. <https://doi.org/10.70095/alamwal.v>

Kadek Wirasukessa, I. G. S. (2023). Fear of Missing Out dan Hedonisme Pada Perilaku Konsumtif Meillenials. *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, Dan Akuntansi)*, 7(1), 156–175.

Khairunnisa, Y. P. (2023). Kebiasaan Gaya Hidup Hedonisme terhadap Perkembangan Kepribadian Anak. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(1), 37.

Nabila, Q., Handayani, A., Psi, S., & Si, M. (2019). *Hidup Hedonis Pada Remaja Di SMA Hidayatullah Semarang. Self-Concept And Conformity With Hedonistic Lifestyle In The Students Of Hidayatullah High School Semarang*. 1083–1091.

Nurazijah, M., Fitriani, S. L. N., & Rustini, T. (2023). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis terhadap Perilaku Konsumtif di Kalangan Mahasiswa. *Journal on Education*, 5(2), 2345–2352. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.890>

Permata Sari, I., & Suci Rahma Nio. (2025). Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Universitas Baiturrahmah. *CAUSALITA : Journal of Psychology*, 2(2), 293–299. <https://doi.org/10.62260/causalita.v2i2.351>

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>

Risdyanti, K. S., Faradiba, A. T., & Syihab, A. (2019). Peranan Fear of Missing Out Terhadap Problematic Social Media Use. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(1), 276. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i1.3527>

Setiawan Akbar, Rizki. Aulya, Audry. Apsari, Adra. Sofia, L. (2018). Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FOMO) Pada Remaja Kota Samarinda . *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, Vol 7, No(2), 38–47. <https://core.ac.uk/download/pdf/268076032.pdf>

Siti Hadidjah Ahmad, Tineke Wolok, Z. K. A. (2022). Pengaruh Shopping Lifestyle Dan Promosi Produk Skin Care Terhadap Impulse Buying Melalui Media Tiktok Shop. *JAMBURA: Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 5(2), 784–793.

Sri Bulan, & Varisna Rohmadoni, Z. (2022). Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Intensi Penggunaan Media Sosial Tiktok Pada Remaja di Yogyakarta. *Decode: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi*, 2(2), 59–65. <https://doi.org/10.51454/decode.v2i2.42>