

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dinamika tren fashion di kalangan generasi muda saat ini mengalami perubahan yang sangat dinamis dan cepat. Fashion tidak lagi hanya dipahami sebagai kebutuhan dasar dalam berpakaian, tetapi telah berkembang menjadi sarana ekspresi diri, pembentuk identitas, serta indikator keberterimaan sosial dalam lingkungan pergaulan. Melalui pilihan gaya berpakaian, individu berupaya menampilkan citra diri yang diinginkan, baik untuk menunjukkan keunikan personal maupun untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sosial tertentu.¹

Penampilan menjadi salah satu aspek yang sering mendapat perhatian dalam interaksi sosial karena dapat memengaruhi kesan dan penilaian yang diberikan oleh orang lain. Dalam proses tersebut, individu cenderung dihadapkan pada berbagai standar penampilan yang berkembang di lingkungan sosialnya. Standar yang terbentuk melalui kebiasaan, tren, dan interaksi sehari-hari tersebut secara tidak langsung mendorong individu untuk menyesuaikan penampilannya agar sesuai dengan ekspektasi kelompok. Akibatnya, fashion tidak lagi dipandang hanya sebagai bentuk

¹ Pugersari, Dewi, and Salman Alfarisi. "Fashion sebagai Medium Visual: Analisis Kreativitas Desain dan Identitas Sosial Mahasiswa Universitas Budi Luhur." *Pantarei* 1.1 (2025): 7-14.

ekspresi personal, tetapi juga sebagai sarana untuk memperoleh penerimaan sosial. Kondisi ini dapat memengaruhi cara individu mengevaluasi dirinya sendiri serta meningkatkan kecenderungan untuk mengikuti tren yang berkembang di lingkungan sekitarnya.²

Berkaitan dengan hal tersebut, tren fashion menjadi salah satu bentuk pengalaman sosial yang cukup rentan memicu munculnya *Fear of Missing Out* (FoMO), karena berkaitan langsung dengan penilaian sosial, citra diri, dan keberterimaan dalam lingkungan pergaulan. Perkembangan tren fashion yang berlangsung secara cepat membuat individu dihadapkan pada tuntutan untuk terus mengikuti perubahan gaya yang sedang populer. Dalam kondisi ini, tren fashion juga dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam lingkungan sosial, termasuk interaksi antar teman sebaya serta referensi gaya yang berkembang di sekitar individu. Paparan tersebut mendorong individu, khususnya generasi muda, untuk terus menyesuaikan penampilan agar tetap relevan dengan tren yang sedang berkembang. Ketika individu merasa tidak mampu mengikuti tren tersebut, muncul kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial yang dapat menimbulkan perasaan tertinggal, kurang percaya diri, dan kecemasan sosial. Dengan demikian, fashion tidak hanya berkaitan dengan aspek estetika, tetapi juga memiliki dimensi sosial karena kerap dijadikan tolok ukur keberterimaan sosial.³

² Syifa, Adristi Naura, and Irwansyah Irwansyah. "Dampak Media Sosial Instagram terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja." *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi)* 3.2 (2022): 102-116.

³ Herlina, Tria Serly, et al. "Media Sosial Instagram Sebagai Ekspresi dan Relevansinya Terhadap Gaya Pakaian Gen Z." *Indonesian Journal on Education (IJoEd)* 1.3 (2025): 262-270.

Dalam konteks pendidikan tinggi, mahasiswa pada fakultas yang berorientasi pada bidang ekonomi dan bisnis, seperti Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB), merupakan kelompok yang relatif rentan terhadap dinamika tren fashion yang berkembang dalam lingkungan sosial dan akademik. Lingkungan akademik FEB umumnya menekankan nilai-nilai profesionalitas, kepercayaan diri, serta kemampuan presentasi diri sebagai bagian dari kesiapan menghadapi dunia kerja dan dunia usaha. Kondisi tersebut menjadikan penampilan tidak hanya dipahami sebagai aspek estetika, tetapi juga sebagai bentuk modal sosial yang dapat memengaruhi cara individu dipersepsikan oleh orang lain. Tren fashion kemudian kerap dimaknai sebagai indikator modernitas, kompetensi, dan adaptabilitas individu terhadap perkembangan zaman, sehingga penampilan menjadi bagian dari identitas akademik dan sosial mahasiswa FEB, bukan sekadar preferensi personal semata.⁴

Mahasiswi pada fakultas ekonomi dan bisnis secara khusus memiliki perhatian yang cukup tinggi terhadap penampilan sebagai bagian dari representasi diri dalam lingkungan sosial dan akademik. Hal ini tidak terlepas dari tuntutan lingkungan yang menekankan pentingnya profesionalitas, kepercayaan diri, serta kemampuan dalam mempresentasikan diri di hadapan orang lain. Dalam konteks tersebut, penampilan tidak hanya dipandang sebagai aspek estetika, tetapi juga

⁴ Amalia, Nadia, and Nurul Jannah. "Analisis Trend Fashion Muslim dalam Meningkatkan Halal Lifestyle di Kalangan Mahasiswa di Kota Medan." *Jurnal Masharif Al-Syariah: Jurnal Ekonomi dan Perbankan Syariah* 8.3 (2023).

sebagai simbol kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja dan interaksi sosial yang lebih luas.⁵

Pada lingkungan FEB, standar penampilan yang berkembang tidak hanya berkaitan dengan kerapian berpakaian, tetapi juga mencerminkan nilai profesionalisme, kesopanan, dan citra diri yang sesuai dengan identitas akademik. Mahasiswa FEB umumnya diharapkan mampu menampilkan diri secara rapi, sopan, dan menarik, baik dalam kegiatan perkuliahan, organisasi, maupun berbagai aktivitas akademik lainnya. Selain itu, adanya tuntutan untuk mempersiapkan diri memasuki dunia kerja turut membentuk persepsi bahwa penampilan yang baik mencerminkan kompetensi, kedewasaan, dan kesiapan profesional. Kondisi tersebut kemudian mendorong mahasiswa untuk lebih memperhatikan cara berpakaian, penggunaan aksesoris, gaya berhijab, hingga penampilan secara keseluruhan agar sesuai dengan ekspektasi lingkungan sosial dan akademik.⁶

Kondisi tersebut menjadi lebih spesifik khususnya pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB). Pada kelompok mahasiswa, perhatian terhadap penampilan menjadi semakin relevan karena individu sedang membentuk identitas diri, memperluas relasi sosial, serta berupaya memperoleh penerimaan dari lingkungan sekitarnya. Dalam proses tersebut, penampilan sering kali digunakan sebagai sarana untuk mengekspresikan

⁵ Arwin, Arwin, et al. "Muslimah Fashion Trends and Celebrity Endorsers: An Analysis of Their Influence on the Consumptive Behavior of IAIN Parepare Students on Instagram Social Media." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 11.3. A (2025): 26-39.

⁶ Putri, Nur Fauziah, and Halimah Zahrah. "Pengaruh Brand Image dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Produk Fashion." *Ekopedia: Jurnal Ilmiah Ekonomi* 2.1 (2026): 3047-3056.

diri sekaligus membangun kesan positif di hadapan orang lain. Selain menghadapi tuntutan sosial yang umum dialami perempuan, mahasiswi FEB juga berada dalam lingkungan akademik yang menekankan nilai profesionalisme dan kesiapan memasuki dunia kerja. Melalui berbagai aktivitas akademik maupun organisasi, tidak hanya dituntut untuk memiliki kompetensi akademik yang baik, tetapi juga mampu menampilkan citra diri yang rapi, sopan, dan profesional sesuai dengan karakteristik bidang ekonomi dan bisnis. Akibatnya, penampilan tidak lagi dipandang semata sebagai aspek estetika, melainkan juga sebagai bagian dari representasi diri yang dapat mencerminkan kesiapan profesional dan kemampuan beradaptasi dalam lingkungan sosial. Dalam situasi tersebut, berbagai tren fashion yang berkembang melalui media sosial maupun lingkungan pergaulan menjadi lebih mudah menarik perhatian mahasiswi FEB dan berpotensi membentuk standar penampilan tertentu yang kemudian mendorong munculnya keinginan untuk terus mengikuti perkembangan tren agar tidak merasa tertinggal dari kelompok sebayanya.⁷

Tren fashion yang berkembang di lingkungan kampus turut membentuk standar tertentu mengenai penampilan ideal yang secara tidak langsung menjadi acuan dalam berpenampilan. Standar tersebut kemudian menjadi tolok ukur dalam proses evaluasi diri, sehingga mahasiswi cenderung membandingkan penampilannya dengan individu lain yang

⁷ Idham, Muhammad. Pengaruh Terpaan Iklan Hijab di Media Sosial terhadap Minat Fashion Berhijab (Survei pada Mahasiswi Ilmu Ekonomi FEB UGM Yogyakarta). Diss. UIN SUNAN KALIJAGA, 2021.

dianggap lebih menarik, modis, atau sesuai tren. Proses perbandingan sosial ini dapat berlangsung secara terus-menerus dan memengaruhi cara individu menilai dirinya sendiri. Dalam situasi ini, ketertinggalan dalam mengikuti tren fashion berpotensi menimbulkan perasaan kurang percaya diri, kekhawatiran akan penilaian sosial, serta kecemasan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik dan kelompok sebaya. Jika kondisi tersebut berlangsung secara berulang, maka dapat memicu tekanan psikologis yang lebih mendalam, termasuk munculnya perasaan tidak aman dalam berinteraksi sosial serta kecenderungan untuk selalu menyesuaikan diri demi memperoleh penerimaan dari lingkungan.⁸

Fenomena tersebut tampak semakin nyata pada mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang merupakan bagian dari rumpun fakultas ekonomi dan bisnis dengan karakteristik akademik yang khas. Lingkungan FEBI yang identik dengan dunia bisnis, kewirausahaan, dan ekonomi kreatif, serta aktivitas akademik yang melibatkan interaksi publik, menjadikan penampilan sebagai aspek yang sering dikaitkan dengan profesionalitas, kepercayaan diri, dan citra diri. Mahasiswi FEBI menunjukkan perhatian yang tinggi terhadap penampilan sebagai bagian dari representasi diri dalam lingkungan akademik dan sosial. Dalam konteks ini, pilihan fashion tidak sepenuhnya bersifat personal, tetapi turut dipengaruhi oleh norma sosial dan

⁸ *Ibid.*

ekspektasi yang berkembang di lingkungan kampus maupun kelompok sebaya.

Indikasi awal mengenai fenomena tersebut diperoleh melalui pengamatan nonformal terhadap dinamika interaksi mahasiswi dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pengamatan ini tidak dimaksudkan sebagai data penelitian, melainkan sebagai gambaran awal yang menunjukkan adanya kecenderungan mengikuti tren fashion yang sedang berkembang dalam lingkungan pergaulan kampus. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kesesuaian dengan tren yang berkembang dapat memengaruhi bagaimana individu menilai dirinya, termasuk munculnya perasaan kurang percaya diri, kecemasan, serta kekhawatiran terhadap penilaian negatif dari teman sebaya ketika tidak mampu mengikuti tren yang ada. Dengan demikian, fashion dalam konteks ini tidak lagi semata menjadi pilihan personal, melainkan beririsan dengan tuntutan sosial yang tidak tertulis di lingkungan kampus. Fenomena ini selaras dengan konsep *Fear of Missing Out* (FoMO), yang menjelaskan adanya dorongan individu untuk tidak tertinggal dari perkembangan sosial di lingkungannya.

Tekanan untuk terus menyesuaikan diri dengan tren tersebut dapat memicu munculnya fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO). Tekanan yang dimaksud berupa tuntutan sosial untuk selalu mengikuti perkembangan tren fashion agar tidak dianggap ketinggalan zaman, kurang menarik, atau tidak sesuai dengan standar penampilan yang berkembang di lingkungan

pergaulan. Dalam kehidupan perkuliahan, penampilan sering kali menjadi salah satu aspek yang diperhatikan dalam interaksi sosial, sehingga secara tidak langsung terbentuk ekspektasi mengenai cara berpakaian yang dianggap menarik, rapi, dan sesuai dengan tren yang sedang berkembang seperti model pakaian, penggunaan aksesoris, gaya berhijab, hingga penampilan secara keseluruhan agar sesuai dengan lingkungan sosial dan akademik. Kondisi tersebut dapat mendorong mahasiswi untuk menyesuaikan penampilannya dengan kelompok pergaulan agar merasa lebih diterima dan mampu membangun citra diri yang positif di hadapan orang lain.⁹

Selain itu, interaksi yang intens dengan teman sebaya memungkinkan individu untuk mengamati dan membandingkan penampilannya dengan orang lain yang dianggap lebih modis atau lebih mengikuti tren. Perbandingan tersebut dapat menimbulkan kekhawatiran ketika individu merasa penampilannya tidak sesuai dengan standar yang berlaku di lingkungan sosialnya. Akibatnya, muncul dorongan untuk terus mengikuti perkembangan tren fashion agar tidak merasa tertinggal dari kelompok pergaulan. Ketika individu merasa tidak mampu memenuhi tuntutan tersebut, dapat muncul perasaan cemas dan takut kehilangan kesempatan untuk diterima, dihargai, atau dianggap setara dengan teman-

⁹ Aulia, Aura Ratu, et al. "Trend Fashion dan Cultural Influence: Analisis Fenomena FoMO di Kalangan Gen Z Perspektif Pendidikan Islam dan Psikologi." *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 15.3 (2025): 443-460.

teman sebayanya. Kondisi inilah yang kemudian dapat mengarah pada munculnya fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO).¹⁰

FoMO merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan cemas, khawatir, dan takut ketika individu merasa tertinggal dari pengalaman, aktivitas, atau informasi yang dianggap penting oleh orang lain. Przybylski et al. 2013 mendefinisikan FoMO sebagai kecenderungan individu untuk merasa khawatir bahwa orang lain sedang menjalani pengalaman yang lebih menyenangkan atau bermakna, sementara dirinya tidak terlibat di dalamnya, sehingga muncul dorongan kuat untuk terus terhubung dan mengikuti apa yang dilakukan orang lain. FoMO tidak hanya mencerminkan ketakutan akan kehilangan momen sosial, tetapi juga mencerminkan kebutuhan individu akan keterhubungan sosial dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya.¹¹

Dalam konteks penelitian ini, kekhawatiran tersebut dapat berupa perasaan takut tertinggal tren fashion yang sedang populer, khawatir dianggap kurang mengikuti perkembangan mode, atau merasa penampilannya tidak sebaik individu lain yang dinilai lebih modis dan sesuai dengan tren yang sedang berkembang. Kekhawatiran tersebut muncul ketika individu membandingkan penampilannya dengan orang lain dan menilai bahwa dirinya belum memenuhi standar penampilan yang

¹⁰ Aulia, Aura Ratu, et al. "Trend Fashion dan Cultural Influence: Analisis Fenomena FoMO di Kalangan Gen Z Perspektif Pendidikan Islam dan Psikologi." *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 15.3 (2025): 443-460.

¹¹ Przybylski, Andrew K., et al. "Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out." *Computers in human behavior* 29.4 (2013): 1841-1848.

dianggap ideal dalam lingkungan sosialnya. Akibatnya, individu dapat mengalami dorongan untuk terus memantau perkembangan tren fashion, mengikuti gaya berpakaian yang sedang populer, hingga penampilan secara keseluruhan agar sesuai dengan lingkungan sosial dan akademik.¹²

Selain itu, individu yang mengalami FoMO cenderung memiliki keinginan untuk tetap terhubung dengan berbagai informasi mengenai tren yang sedang berkembang karena merasa bahwa ketertinggalan terhadap tren dapat berdampak pada penerimaan sosial yang diperolehnya. Dalam lingkungan pergaulan, mengikuti tren fashion sering kali tidak hanya dipandang sebagai bentuk ekspresi diri, tetapi juga sebagai cara untuk menunjukkan kesesuaian dengan kelompok sosial tertentu. Oleh karena itu, ketika individu merasa tidak mampu mengikuti tren yang sedang berkembang, dapat muncul perasaan tidak percaya diri, khawatir dinilai negatif oleh orang lain, atau merasa kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.¹³

FoMO tidak hanya mencerminkan ketakutan akan kehilangan momen sosial, tetapi juga mencerminkan kebutuhan individu akan keterhubungan sosial dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya. Individu yang memiliki tingkat FoMO tinggi cenderung lebih sensitif terhadap penilaian sosial dan lebih memperhatikan bagaimana dirinya dipersepsikan oleh orang lain. Dalam konteks tren fashion, kebutuhan akan keterhubungan

¹² Suryono Putri. H. *Fear of Missing Out (FoMO) Tren Fashion dalam Membentuk Perilaku Konsumtif Remaja Generasi Z di Instagram*. Diss. Universitas Nasional, 2025.

¹³ Suryono Putri. H. *Fear of Missing Out (FoMO) Tren Fashion dalam Membentuk Perilaku Konsumtif Remaja Generasi Z di Instagram*. Diss. Universitas Nasional, 2025.

sosial tersebut dapat mendorong individu untuk terus mengikuti perkembangan mode sebagai upaya mempertahankan rasa memiliki terhadap kelompok, memperoleh penerimaan sosial, serta menghindari perasaan tertinggal dibandingkan teman-teman sebayanya.¹⁴

FoMO dapat dipahami sebagai bentuk kecemasan sosial yang muncul ketika individu merasa khawatir akan tertinggal dari pengalaman, aktivitas, informasi, atau perkembangan yang dianggap penting oleh lingkungan sosialnya. Kecemasan tersebut tidak hanya berkaitan dengan ketakutan kehilangan suatu pengalaman, tetapi juga mencakup kekhawatiran bahwa dirinya akan dianggap kurang mengikuti perkembangan, kurang relevan, atau kurang diterima dalam kelompok sosial apabila tidak terlibat dalam hal yang sedang menjadi perhatian bersama. Kondisi ini dapat muncul akibat adanya ketidakseimbangan antara kebutuhan psikologis individu untuk merasa terhubung, diterima, dan diakui oleh orang lain dengan realitas sosial yang membuat individu merasa tertinggal atau tidak mampu memenuhi ekspektasi lingkungan.¹⁵

Individu dengan tingkat FoMO yang tinggi cenderung memiliki dorongan untuk terus memantau aktivitas sosial orang lain, mengikuti tren yang sedang populer, serta menjaga keterlibatan sosial agar tidak merasa tersisih dari kelompoknya. Dalam konteks kehidupan sosial, FoMO dapat diperkuat oleh berbagai faktor, termasuk paparan terhadap standar sosial

¹⁴ *Ibid.*

¹⁵ Hidayati, Yusranida, and Muhammad Irwan Padli Nasution. "Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) di Era Digital: Studi tentang Dampaknya pada Gen Z." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 5.3 (2025): 1218-1228.

yang berkembang di lingkungan pergaulan, baik secara langsung maupun melalui media digital. Ketika individu melihat orang lain berhasil mengikuti tren, memperoleh perhatian sosial, atau menampilkan citra diri yang dianggap lebih ideal, individu dapat terdorong untuk mengevaluasi dirinya berdasarkan standar yang sama. Kondisi tersebut meningkatkan kecenderungan individu untuk melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) dan merasa tertinggal dari orang lain. Apabila perbandingan tersebut berlangsung secara berulang, individu dapat semakin merasakan kecemasan untuk terus menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial yang berkembang agar tetap memperoleh penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya.¹⁶

Meskipun individu menghadapi tekanan sosial untuk memenuhi standar penampilan yang berlaku, serta menyesuaikan diri dengan tren yang sedang berkembang, seperti model pakaian, penggunaan aksesoris, gaya berhijab, hingga penampilan secara keseluruhan agar sesuai dengan lingkungan sosial dan akademik, tingkat FoMO yang dirasakan tidak selalu sama pada setiap orang. Perbedaan ini menunjukkan bahwa terdapat faktor psikologis internal yang memengaruhi bagaimana individu memaknai tekanan sosial tersebut. Salah satu faktor psikologis yang dipandang memiliki peran penting dalam menjelaskan perbedaan respons individu

¹⁶ Hidayati, Yusranida, and Muhammad Irwan Padli Nasution. "Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) di Era Digital: Studi tentang Dampaknya pada Gen Z." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 5.3 (2025): 1218-1228.

terhadap tekanan sosial dan perbandingan sosial adalah *Self Esteem*.¹⁷ Coopersmith 1967 mendefinisikan *Self Esteem* sebagai penilaian yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri, yang mencerminkan sejauh mana individu merasa mampu, berharga, dan diterima oleh lingkungan sosialnya. *Self Esteem* terbentuk melalui pengalaman interaksi sosial, penghargaan yang diterima, serta persepsi individu terhadap penerimaan sosial dari orang lain. Individu dengan *Self Esteem* yang baik cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan eksternal, sedangkan individu dengan *Self Esteem* rendah lebih rentan terhadap perbandingan sosial dan ketergantungan pada validasi eksternal.¹⁸

Secara teoritis, hubungan antara *Self Esteem* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) dapat dijelaskan melalui Teori Perbandingan Sosial (*Social Comparison Theory*) yang dikemukakan oleh Festinger 1954. Teori ini menyatakan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi diri melalui perbandingan dengan orang lain. Individu dengan *Self Esteem* rendah cenderung lebih sering melakukan perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*), terutama ketika dihadapkan pada standar sosial atau penampilan yang dianggap lebih ideal di lingkungannya. Kondisi tersebut dapat memicu perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, kecemasan,

¹⁷ Riyadi, Alyn Marcelina. Pengaruh Orientasi Fashion, *Money Attitude*, Dan *Self-Esteem* Terhadap Pembelian Kompulsif Pada Generasi Z. Diss. Universitas Komputer Indonesia, 2022.

¹⁸ Coopersmith, Stanley, et al. "Figure drawing as an expression of self-esteem." *Journal of Personality Assessment* 40.4 (1976): 370-375.

dan kekhawatiran akan ketertinggalan dari pengalaman sosial orang lain, yang pada akhirnya meningkatkan kecenderungan mengalami FoMO.¹⁹

Dalam perspektif Psikologi Islam, manusia pada hakikatnya memiliki nilai dan martabat yang telah diberikan oleh Allah SWT sehingga keberhargaan diri tidak seharusnya bergantung sepenuhnya pada pengakuan sosial maupun penilaian orang lain. Abdul Mujib menjelaskan bahwa manusia memiliki fitrah yang mendorongnya untuk mengembangkan potensi diri secara positif serta memahami nilai dirinya sebagai hamba Allah SWT. Kesadaran terhadap fitrah tersebut membantu individu membangun penerimaan diri yang lebih baik, memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, serta mensyukuri kondisi dirinya tanpa harus terus-menerus membandingkan diri dengan orang lain. Dalam pandangan Psikologi Islam, individu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai nilai dirinya cenderung lebih mampu mengendalikan dorongan untuk mencari validasi eksternal sebagai sumber utama keberhargaan diri. Sebaliknya, ketika individu terlalu bergantung pada penerimaan dan penilaian sosial, maka ia akan lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap dirinya serta merasa perlu menyesuaikan diri dengan berbagai standar yang berkembang di lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, individu yang mampu menerima dan menghargai dirinya secara positif diharapkan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial maupun kecemasan untuk selalu mengikuti standar yang berkembang di lingkungan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa

¹⁹ Brigitan Argasiam, *Perbandingan Sosial* (Semarang: Press Unaki, 2025), hlm.4.

penerimaan dan penghargaan diri yang baik dapat menjadi faktor yang membantu individu menghadapi berbagai tuntutan sosial, termasuk kecenderungan untuk selalu mengikuti tren fashion agar memperoleh penerimaan dari kelompok sebayanya.²⁰

Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang beragam terkait hubungan *Self Esteem* dengan FoMO. Penelitian Ramadhan, Rachman, dan Jamain (2025) menemukan adanya pengaruh positif antara *Self Esteem* dan FoMO pada mahasiswa.²¹ Sementara Fitri, Hariyono, dan Arpandy (2024) menemukan pengaruh negatif, di mana *Self Esteem* yang rendah meningkatkan risiko FoMO pada Generasi Z.²² Perbedaan temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *Self Esteem* dan FoMO bersifat kontekstual, sehingga dapat berbeda tergantung pada karakteristik individu dan lingkungan sosial yang melatarbelakanginya.

Hingga saat ini, penelitian mengenai *Fear of Missing Out* (FoMO) masih berfokus pada penggunaan media sosial secara umum, sementara kajian dalam konteks tren fashion, khususnya pada mahasiswi FEBI, masih terbatas. Perempuan cenderung lebih memperhatikan standar sosial, penampilan, dan penerimaan sosial, terlebih dalam lingkungan FEBI yang menekankan profesionalitas, kepercayaan diri, serta kemampuan

²⁰ Al Afify, Muhammad Faiz. "Konsep Fitrah dalam Psikologi Islam." *Tsaqafah: Jurnal Peradaban Islam* 14.2 (2021): 280.

²¹ Ramadhan, Muhamad Rico, Ali Rachman, and Ririanti Rachmayanie Jamain. "Pengaruh *Self Esteem*, *Self Regulation*, dan *Self Concept* Terhadap Fomo pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP ULM." *Journal of Education Research* 6.3 (2025): 696-709.

²² Fitri, Hidayatul, Dyta Setiawati Hariyono, and Ghea Amalia Arpandy. "Pengaruh *self-esteem* terhadap *fear of missing out* (FOMO) pada generasi Z pengguna media sosial." *Jurnal Psikologi* 1.4 (2024): 21-21.

mempresentasikan diri, sehingga penampilan menjadi bagian dari representasi diri. Kondisi ini meningkatkan sensitivitas terhadap tren fashion di lingkungan kampus dan menunjukkan adanya celah penelitian untuk mengkaji pengaruh *Self Esteem* terhadap FoMO secara lebih kontekstual dan empiris.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara empiris pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam konteks tren fashion pada mahasiswi FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi sosial, khususnya terkait dinamika *Self Esteem* dan FoMO pada generasi muda di lingkungan pendidikan tinggi. Selain itu, secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang upaya peningkatan penerimaan diri serta strategi pengelolaan tekanan sosial pada mahasiswi agar lebih adaptif dan sehat secara psikologis dalam menyikapi tren fashion yang terus berkembang.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang, perkembangan tren fashion di kalangan mahasiswi, khususnya di lingkungan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), menunjukkan adanya pergeseran makna fashion yang tidak lagi hanya berkaitan dengan aspek estetika, tetapi juga sebagai sarana ekspresi diri, pembentuk identitas, serta indikator keberterimaan sosial.

Kondisi ini melahirkan standar sosial tidak tertulis terkait penampilan yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan tren yang berkembang. Tekanan tersebut berpotensi memunculkan kecenderungan perbandingan sosial, perasaan tertinggal, serta kecemasan sosial yang mengarah pada munculnya fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO).

Dalam konteks tren fashion, FoMO mencerminkan adanya kekhawatiran individu ketika merasa tidak mampu mengikuti perkembangan gaya yang dianggap relevan di lingkungannya. Individu cenderung terdorong untuk terus menyesuaikan diri agar tetap diterima dalam lingkungan sosialnya. Namun demikian, respons individu terhadap tekanan sosial tersebut tidaklah seragam, yang mengindikasikan adanya faktor psikologis internal yang memengaruhi. Salah satu faktor yang dipandang memiliki peran penting adalah *Self Esteem*, yaitu penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu merasa berharga, mampu, dan diterima oleh lingkungannya. *Self Esteem* berperan dalam membentuk cara individu memaknai tekanan sosial serta menentukan bagaimana individu merespons tuntutan lingkungan. Individu dengan tingkat *Self Esteem* yang tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih stabil sehingga tidak mudah terpengaruh oleh standar sosial eksternal. Sebaliknya, individu dengan *Self Esteem* yang rendah cenderung lebih bergantung pada penilaian orang lain, lebih sering melakukan perbandingan sosial, serta lebih rentan mengalami kecemasan, termasuk *Fear of Missing Out* (FoMO). Kondisi ini menunjukkan bahwa *Self Esteem*

berpotensi menjadi faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya FoMO yang dialami individu dalam menghadapi tren fashion.

Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa permasalahan dalam penelitian ini mencakup aspek tingkat *Self Esteem*, tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam konteks tren fashion, serta pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswi FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Selain itu, ketidakkonsistenan temuan pada penelitian terdahulu terkait hubungan antara *Self Esteem* dan FoMO menunjukkan bahwa relasi kedua variabel tersebut bersifat kontekstual, sehingga memerlukan pengujian lebih lanjut dalam setting yang lebih spesifik dan empiris. Dengan mempertimbangkan keterbatasan dan fokus penelitian, maka penelitian ini dibatasi pada pengkajian pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam konteks tren fashion pada mahasiswi FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Penelitian ini tidak membahas faktor lain di luar *Self Esteem* yang berpotensi memengaruhi FoMO, seperti faktor lingkungan keluarga, intensitas penggunaan media sosial, maupun karakteristik kepribadian lainnya. Selain itu, subjek penelitian dibatasi pada mahasiswi FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung sebagai populasi yang memiliki kecenderungan lebih tinggi dalam memperhatikan penampilan dan penerimaan sosial di lingkungan kampus.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Bagaimana tingkat *Self Esteem* pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
3. Apakah terdapat pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Untuk mengetahui tingkat *Self Esteem* pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion pada Mahasiswi FEBI di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

E. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Menambah literatur mengenai hubungan antara *Self Esteem* dan FoMO tren fashion pada konteks mahasiswi FEBI, khususnya di lingkungan perguruan tinggi.
- b. Menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya yang hendak memperdalam kajian FoMO, perilaku digital, dan identitas diri dalam konteks akademik.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Mahasiswi FEBI, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai peran *Self Esteem* dalam memengaruhi kecenderungan mengalami *Fear of Missing Out* (FoMO) tren fashion. Dengan pemahaman tersebut, mahasiswi diharapkan mampu meningkatkan penerimaan diri, tidak menjadikan penampilan sebagai satu-satunya tolok ukur nilai diri, serta lebih bijak dalam menyikapi tekanan sosial yang berkembang di lingkungan pergaulan kampus.
- b. Bagi Pihak Kampus UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menciptakan lingkungan akademik yang lebih suportif terhadap perkembangan psikologis mahasiswa. Kampus dapat mengembangkan program seperti pelatihan kepercayaan diri,

layanan konseling, serta kegiatan penguatan karakter yang menekankan pentingnya penerimaan diri dan kompetensi, sehingga dapat mengurangi tekanan sosial yang berpotensi memicu munculnya FoMO di kalangan mahasiswi.

- c. Bagi Masyarakat (Khususnya Generasi Muda), penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat, khususnya generasi muda, agar lebih bijak dalam menyikapi tren fashion dan tidak menjadikannya sebagai tolok ukur utama dalam menilai diri. Dengan demikian, individu diharapkan mampu membangun kepercayaan diri yang lebih stabil serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial yang dapat memicu kecemasan atau perasaan tertinggal.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini disusun untuk memberikan batasan yang jelas terhadap permasalahan yang dikaji, sehingga penelitian dapat terarah dan tidak meluas. Penelitian ini berfokus pada kajian mengenai pengaruh *Self Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam konteks tren fashion pada mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Secara konseptual, penelitian ini mencakup dua variabel utama, yaitu *Self Esteem* sebagai variabel independen dan *Fear of Missing Out*

(FoMO) sebagai variabel dependen. *Self Esteem* dalam penelitian ini dipahami sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan perasaan berharga, mampu, dan diterima dalam lingkungan sosial. Sementara itu, *Fear of Missing Out* (FoMO) dimaknai sebagai kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan khawatir, cemas, dan takut tertinggal dari pengalaman atau tren yang dianggap penting oleh lingkungan sosial, khususnya dalam konteks tren fashion.

Secara subjek, penelitian ini dibatasi pada mahasiswi FEBI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, dengan pertimbangan bahwa kelompok ini memiliki kecenderungan tinggi dalam memperhatikan penampilan serta lebih sensitif terhadap standar sosial yang berkembang di lingkungan kampus. Secara konteks, penelitian ini difokuskan pada fenomena tren fashion yang berkembang di lingkungan pergaulan kampus, tanpa membahas secara mendalam pengaruh faktor lain seperti lingkungan keluarga, intensitas penggunaan media sosial, maupun karakteristik kepribadian.

Dengan adanya batasan tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih spesifik dan mendalam mengenai hubungan antara *Self Esteem* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam konteks tren fashion, serta menghasilkan temuan yang relevan dengan kondisi empiris pada lingkungan penelitian.

G. Penegasan Variabel

1. *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion

a. Penegasan Konseptual

Fear of Missing Out (FoMO) merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan cemas atau takut ketika individu merasa tertinggal dari pengalaman atau aktivitas yang dianggap penting oleh orang lain. Menurut Przybylski et al. 2013, FoMO adalah kekhawatiran bahwa orang lain sedang mengalami pengalaman yang lebih menyenangkan atau bermakna, sehingga individu terdorong untuk terus terhubung dan mengikuti apa yang dilakukan orang lain. Dalam konteks tren fashion, FoMO muncul sebagai kekhawatiran individu ketika tidak mengikuti perkembangan gaya berpakaian yang sedang populer, sehingga merasa kurang relevan atau tidak diterima dalam lingkungan sosialnya. FoMO berkaitan dengan kebutuhan keterhubungan sosial (*relatedness*) serta dipengaruhi oleh aspek *competence* dan *autonomy* dalam diri individu. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, individu cenderung lebih rentan mengalami FoMO.²³

b. Penegasan Operasional

Secara operasional, *Fear of Missing Out* (FoMO) dalam penelitian ini diukur melalui tingkat kecemasan, kekhawatiran, dan

²³ Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. *Motivational, emotional, and behavioral correlates of Fear of Missing Out*. *Computers in Human Behavior*. 29.4 (2013): 1841–1848.

dorongan individu dalam mengikuti tren fashion yang berkembang di lingkungan sosialnya. Indikator FoMO meliputi kecenderungan untuk merasa tertinggal dari tren, keinginan untuk selalu mengikuti perkembangan mode, kekhawatiran terhadap penilaian sosial, serta dorongan untuk menyesuaikan penampilan agar tetap relevan dengan lingkungan. Tingkat FoMO diperoleh melalui skor yang dihasilkan dari instrumen penelitian yang diberikan kepada responden.

2. *Self Esteem*

a. Penegasan Konseptual

Self Esteem merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu memandang dirinya sebagai pribadi yang berharga, mampu, dan layak dihargai. Menurut Coopersmith 1967, *Self Esteem* adalah penilaian yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan perasaan berharga, kompeten, dan diterima dalam lingkungan sosial. *Self Esteem* terbentuk melalui pengalaman interaksi sosial serta persepsi terhadap penerimaan dan penghargaan dari lingkungan. Individu dengan *Self Esteem* tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri, penerimaan diri, dan kestabilan emosi yang lebih

baik, sedangkan individu dengan *Self Esteem* rendah cenderung lebih rentan terhadap keraguan diri dan pengaruh lingkungan.²⁴

b. Penegasan Operasional

Secara operasional, *Self Esteem* dalam penelitian ini diukur melalui tingkat penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup perasaan berharga, keyakinan terhadap kemampuan diri, penerimaan diri, serta kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial. Indikator *Self Esteem* meliputi kepercayaan diri, penghargaan terhadap diri sendiri, kemampuan menerima kekurangan, serta keteguhan dalam mempertahankan pandangan diri. Tingkat *Self Esteem* diperoleh melalui skor yang dihasilkan dari instrumen penelitian yang diberikan kepada responden.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini disusun untuk memberikan gambaran secara umum mengenai isi dari setiap bab dalam tugas akhir. Adapun sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I: PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang masalah yang melandasi dilaksanakannya penelitian, yang memuat uraian mengenai

²⁴ Coopersmith, S., Sakai, D., Beardslee, B., & Coopersmith, A. *Figure drawing as an expression of self-esteem. Journal of Personality Assessment*, 40.4 (1976): 370-375.

fenomena atau permasalahan yang terjadi, alasan pentingnya penelitian dilakukan, serta gambaran awal variabel yang diteliti. Selain itu, bab ini juga memuat identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian baik secara teoritis maupun praktis, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel secara konseptual dan operasional, serta sistematika penulisan.

BAB II: LANDASAN TEORI

Bab ini menguraikan teori-teori yang relevan dengan variabel penelitian yaitu *Self Esteem* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) Tren Fashion yang bersumber dari publikasi ilmiah, penelitian terdahulu yang relevan sebagai dasar pembandingan dan kebaruan penelitian, kerangka teori, serta hipotesis penelitian.

BAB III: METODE PENELITIAN

Bab ini menjelaskan pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukurannya, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data yang meliputi uji validitas, reliabilitas, uji prasyarat, dan uji hipotesis, serta tahapan pelaksanaan penelitian.

BAB IV: HASIL PENELITIAN

Bab ini menyajikan hasil penelitian yang diperoleh dari pengolahan data yang telah dilakukan. Penyajian diawali dengan deskripsi data yang meliputi deskripsi sampel penelitian serta hasil analisis deskriptif untuk masing-masing variabel penelitian. Selanjutnya, disajikan hasil uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas sebagai prasyarat analisis. Setelah itu, dilakukan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh antar variabel dalam penelitian. Seluruh hasil pada bab ini disajikan secara objektif berdasarkan output analisis dan disertai interpretasi.

BAB V: PEMBAHASAN

Bab ini membahas hasil penelitian pada Bab IV secara sistematis. Pembahasan dimulai dari hasil analisis deskriptif untuk menggambarkan kondisi variabel penelitian. Selanjutnya dijelaskan hasil uji prasyarat (uji normalitas dan uji linieritas) sebagai dasar kelayakan penggunaan analisis regresi linier sederhana. Pembahasan kemudian dilanjutkan pada hasil uji hipotesis menggunakan regresi linier sederhana untuk menjelaskan arah, besar, dan signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

Hasil tersebut kemudian diinterpretasikan dengan mengaitkan teori yang relevan serta penelitian terdahulu, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap temuan penelitian.

BAB VI: PENUTUP

Bab ini merupakan bagian akhir dari penelitian yang berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan disusun secara singkat dan jelas berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, khususnya dari hasil analisis data dan pengujian hipotesis. Sementara itu, saran diberikan berdasarkan temuan penelitian yang ditujukan kepada pihak terkait maupun peneliti selanjutnya sebagai bahan pertimbangan dan pengembangan penelitian di masa mendatang.

DAFTAR RUJUKAN

Daftar rujukan memuat seluruh sumber yang digunakan dalam penelitian, baik berupa buku, jurnal ilmiah, maupun sumber ilmiah lainnya yang relevan. Semua sumber yang dikutip dalam penulisan wajib dicantumkan dalam daftar rujukan sesuai dengan pedoman penulisan yang berlaku.

LAMPIRAN

Lampiran berisi dokumen pendukung yang digunakan dalam penelitian, seperti instrumen penelitian, data hasil penelitian,

hasil output analisis statistik, surat izin penelitian, serta dokumen lain yang dianggap perlu untuk melengkapi laporan penelitian. Setiap lampiran disusun secara sistematis dan diberi nomor urut agar mudah ditelusuri.