

## ABSTRAK

Tingginya penggunaan Instagram baik di dunia maupun di Indonesia dapat memengaruhi kepuasan hidup seseorang terutama di emerging adulthood, terutama hal ini disebabkan oleh fenomena yang muncul terkait kecemasan yaitu *fear of missing out*. *Self-esteem* sebagai mediator merupakan salah satu hal yang dapat menjelaskan bagaimana pengaruh antara *fear of missing out* dengan kepuasan hidup seseorang. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *fear of missing out* terhadap kepuasan hidup dengan *self-esteem* sebagai variabel mediator pada *emerging adulthood* pengguna Instagram di Surabaya. Subyek penelitian ini adalah 204 *emerging adulthood* pengguna Instagram di Surabaya yang telah mengisi kuesioner *online* dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain kausal. Data diperoleh dengan menggunakan skala *fear of missing out* dari Przybylski et al. (2013), *self-esteem* dari Rosenberg (1965), dan kepuasan hidup dari Margolis et al. (2018). Reliabilitas skala *fear of missing out* dalam penelitian ini adalah 0.903 – 0.913. Reliabilitas skala *self-esteem* adalah 0.801 dan kepuasan hidup adalah 0.855. Regresi berganda digunakan untuk mengetahui efek *self-esteem* sebagai variabel mediator. Hasil penelitian ini menunjukkan *self-esteem* dapat memediasi secara penuh dan hasil dari tes Sobel menunjukkan nilai  $z=2.12$ ,  $z > 1.96$  dan  $p<0.05$ . Dan *fear of missing out* memiliki pengaruh signifikan sebesar 6.9% terhadap kepuasan hidup ( $R^2$  0.069 dan  $p< 0.05$ )

**Kata kunci** : Fear of Missing Out, Instagram, Kepuasan Hidup, Self-Esteem, Emerging Adulthood

