

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self management* pada mahasiswa akhir yang kecenderungan FoMO, karena peneliti melihat fenomena disekitarnya bahwa mahasiswa tingkat akhir kurang mampu mengontrol waktunya dan suka menunda mengerjakan tugas akhirnya, mereka lebih sering membuka gadgetnya untuk tidak ketinggalan informasi dan terus update. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan teknik analisis deskriptif. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner, dengan subjek berjumlah 385 mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 18 sampai 24 tahun yang tergolong dalam generasi Z yang memiliki kemampuan ganda (*multiple task*) yaitu mampu mengerjakan semua aktivitas disatu waktu. Penelitian ini dilakukan di tujuh fakultas di Universitas Malikussaleh, yang diperoleh berdasarkan perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus Cochran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self management* pada mahasiswa tingkat akhir yang kecenderungan FoMO berada pada kategori tinggi, artinya mahasiswa dapat mengatur waktu dengan kecenderungan FoMO nya dan tindakannya seperti memprioritaskan tugas akhirnya dibanding membuka gadget walaupun gadget berada didekatnya dan dapat mengarahkan perilaku baik yang merupakan representasi dari tiga aspek *self management* yaitu *self monitoring*, *stimulus control*, dan *self reward*. Berdasarkan jenis kelamin terdapat perbedaan antara mahasiswa laki-laki dengan perempuan, tingkat *self management* pada laki-laki tergolong lebih tinggi, dibandingkan dengan perempuan, dikarenakan laki-laki mampu untuk merencanakan, mengorganisasikan, melaksanakan, mengarahkan dan mengendalikan semua aktivitas dalam situasi ingin sekali membuka gadgetnya. Berdasarkan angkatan, angkatan 2019 berada pada kategori tertinggi dibanding dengan angkatan 2018 dan 2020. Disimpulkan bahwa angkatan 2019 memiliki *self management* yang tinggi dibandingkan dengan angkatan lainnya, dikarenakan mahasiswa angkatan 2019 mampu mengatur strategi menggunakan skala prioritas.

*Kata Kunci: Kecenderungan FoMO, Mahasiswa Tingkat Akhir, Self Management*