BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Fear Of Missing Out* (FOMO)

1. Definisi *Fear Of Missing Out* (FOMO)

Secara teoritis, Przyblylski, dkk (2013) mendefinisikan *Fear Of Missing Out* (FOMO) merupakan ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. Sedangkan menurut JWT Intelligence (J Walter Thompson Intelligence) 2012, *Fear Of Missing Out* (FOMO) merupakan ketakutan yang dirasakan oleh seorang individu bahwa orang lain mungkin sedang mengalami suatu hal atau kejadian menyenangkan, namun individu tersebut tidak ikut merasakan hal menyenagkan tersebut.

McGINNIS, 2020 mendefinisikan *Fear Of Missing Out* (FOMO) sebagai rasa cemas yang tidak diinginkan yang timbul karena persepsi terhadap pengalaman orang lain yang lebih memuaskan daripada diri sendiri, biasanya lewat terpaan media sosial. Tekanan sosial yang datang dari perasaan akan tertinggal suatu peristiwa, atau tersisih dari pengalaman kolektif yang positif atau berkesan. Menurut Savitri, 2022 *Fear Of Missing Out* (FOMO) bukan hanya perasaan bahwa ada hal lebih baik di luar sana yang tidak bisa kamu lakukan saat ini, tetapi juga

perasaan bahwa kamu tidak mendapatkan sesuatu yang orang lain miliki saat ini. Selalu ada perasaan tidak mendapatkan/kehilangan sesuatu yang seharusnya dimiliki. FOMO melibatkan perasaan iri hati, cembru, dan bahkan bisa mempengaruhi citra diri.

Secara lebih sederhananya, *Fear Of Missing Out* (FOMO) dapat diartikan sebagai ketakutan ketinggalan hal-hal menarik atau tren di media sosial, takut dianggap tidak eksis dan *up to date* dan selalu mengikuti status terkini milik akun orang lain secara berlebihan. Bahkan orang yang mengalami FOMO sering merasa cemas dan takut jika sesaat tidak terkoneksi dengan akunnya. Sebagian orang yang mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) tidak menyadari bahwa dirinya telah masuk kedalam kategori FOMO tersebut, bahkan gangguan yang dirasakan dianggap suatu kebiasaan yang wajar pada saat ini (Przyblylski et al, 2013).

Royal Society of Public Health (RSPH) menyatakan bahwa FOMO telah secara kuat dikaitkan dengan tingkat keterlibatan media sosial yang lebih tinggi, artinya semakin individu menggunakan media sosial, semakin besar kemungkinan mereka untuk mengalami FOMO. Menurut Przyblylski et al, 2013 tingkat FOMO tertinggi dialami oleh remaja dan dewasa awal (*emerging adulthood*), rendahnya kepuasaan dalam hidup dapat mendorong FOMO yang tinggi.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa *Fear Of Missing Out* (FOMO) adalah perasaan takut, khawatir dan cemas

kehilangan momen bahwa kejadian, pengalaman atau pembicaraan yang sedang dialami oleh orang lain lebih memuaskan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau sosial media.

2. Indikator-indikator *Fear Of Missing Out* (FOMO)

Berdasarkan penelitian Przybylski et al, 2013 peneliti melihat terdapat 3 indikator-indikator dari FOMO. Indikator-indikator ini didasarkan atas rangkuman dari tulisan populer dan survei industri oleh Przybylski et al, 2013 tentang FOMO. Indikator- indikator tersebut sebagai berikut:

a. Ketakutan

Ketakutan diartikan sebagai keadaan emosional yang timbul pada seseorang yang merasa terancam ketika seseorang sedang terhubung atau tidak terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan dengan pihak lain.

b. Kekhawatiran

Kekhawatiran diartikan sebagai perasaan yang timbul ketika seseorang menemukan bahwa orang lain sedang mengalami peristiwa menyenangkan tanpanya dan merasa telah kehilangan kesempatan bertemu dengan orang lain.

c. Kecemasan

Kecemasan diartikan sebagai respons seseorang terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan ketika seseorang sedang terhubung atau tidak terhubung pada suatu kejadian atau pengalaman atau percakapan dengan pihak lain.

3. Faktor yang mempengaruhi *Fear Of Missing Out* (FOMO)

Fear Of Missing Out (FOMO) dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berikut ini adalah faktor faktor yang mempengaruhi *Fear Of Missing Out* (FOMO) menurut para ahli:

a. Usia dan Gender

Survey yang dilakukan lembaga komunikasi pemasaran terkemuka, JWT *Intellegence* tahun 2012 ditemukan bahwa laki-laki lebih mudah mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) melalui media sosial. Mereka merasa kehilangan ketika melihat teman-teman sebaya melakukan aktifitas tanpanya. Sejalan dengan bukti penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Przybylski et al, 2013 menemukan bahwa partisipan muda dan berjenis kelamin laki-laki memiliki kecenderungan memiliki level *Fear Of Missing Out* (FOMO) tinggi. Tingkat *Fear Of Missing Out* (FOMO) tertinggi dialami oleh remaja dan dewasa awal (emerging adulthood), rendahnya kepuasaan dalam hidup dapat mendorong FOMO yang tinggi.

b. Penggunaan Media Sosial

Teknologi memainkan peran yang signifikan dalam menjaga konektivitas dengan orang-orang di sekitar. Alt, 2015 mengatakan generasi saat ini memiliki fokus pada interaksi sosial dan konektivitas dengan teman, keluarga, dan kolega menggunakan media sosial pada mobile phone. Przybylski et al, 2013 menemukan beberapa fakta mengenai *Fear Of Missing Out* (FOMO) diantaranya merupakan kekuatan pendorong dibalik penggunaan internet dan media sosial khususnya. Savitri, 2022 mengatakan *Fear Of Missing Out* (FOMO) merupakan sebuah kecemasan sosial yang sebetulnya sudah ada sejak lama, yang sekarang menjadi jauh lebih besar karena dipicu oleh bentuk komunikasi terbaru, yaitu media sosial.

c. Kepuasan

Studi yang dilakukan Przybylski et al, 2013 mengindikasikan bahwa individu yang rendah akan kepuasan kebutuhan psikologi terhadap kompetensi, otonomi, dan hubungan dengan orang lain dilaporkan memiliki level *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang tinggi. Savitri, 2022 juga mengatakan bahwa media sosial menciptakan platform untuk pamer dan membual, disitulah berbagai hal tampak menjadi sebuah persaingan dan mendorong kita membandingkan kehidupan normal kita dengan sorotan kehidupan orang lain yang lebih menyenangkan. Hal hal yang awalnya kita anggap cukup menjadi kurang, atau bahkan lebih buruk.

d. Kurangnya Informasi tentang FOMO

Przyblylski et al, 2013 mengatakan sebagian orang yang mengalami FOMO tidak menyadari bahwa dirinya telah masuk kedalam kategori FOMO tersebut, bahkan gangguan yang dirasakan dianggap suatu kebiasaan yang wajar pada saat ini. Fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang bisa dialami siapa saja, hanya saja beberapa orang lebih gampang mengalaminya daripada yang lain. Seorang yang mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) tak tertangani sering kali berakhir mengalami stress dalam hidupnya. Alasan inilah yang menjadi penting untuk memahami fenomena FOMO ini.

4. Dampak *Fear Of Missing Out* (FOMO)

Baik FOMO berasal dari ponsel maupun interaksi langsung dengan teman, sudah ada begitu banyak bukti ilmiah yang menyatakan bahwa *Fear Of Missing Out* (FOMO) menimbulkan memberikan berbagai dampak yang nyata bagi individu yang mengalaminya, berikut adalah dampak *Fear Of Missing Out* (FOMO) menurut para ahli

a. *Fear Of Missing Out* (FOMO) membuat seseorang mengalami kesusahan tidur (Adams *et al,* 2016). Hal ini disebabkan karena seseorang merasa cemas apabila orang lain sedang mengalami peristiwa menarik, sehingga orang senantiasa terkoneksi dengan gawainya. Para peneliti telah melakukan analisis berbasis data yang

menunjukan bagaimana *Fear Of Missing Out* (FOMO) berpengaruh secara langsung terhadap cara kita memandang diri dan menjalani hidup. Contohnya adalha studi tahun 2018 terhadap mahasiswa yang mengungkapkan bahwa orang orang yang mengalami FOMO menderita rasa letih yang lebih besar, stress yang lebih tinggi, gangguan tidur yang lebih serius, dan gejala fisik lainnya. (Milyavskaya et al., 2018)

b. *Royal Society of Public Health* (RSPH) menyatakan bahwa pemakaian media sosial yang berlebihan akan berdampak buruk bagi kesehatan mental remaja salah satunya adalah *Fear Of Missing Out* (FOMO) dan level FOMO yang tinggi dapat menyebabkan ketidakpuasan ekstrem dan memberikan dampak merugikan pada kesehatan fisik dan mental kita. Misalnya, bisa memicu perubahan suasana hati, perasaan kesepian, rendah diri, berkurangya harga diri, kecemasan sosial berlebihan yang dapat memiu stress, dan meningkatnya pikiran pikiran negatif serta depresi.

c. *Fear Of Missing Out* (FOMO) berkorelasi pada variabel variabel negatif yaitu akan berdampak pada menurunnya produktivitas, motivasi belajar, pencapaian akademik, kesejahteraan emosional, dan meningkatnya durasi pemakaian gadget di dalam kelas yang dapat mengganggu proses belajar dan kurangnya fokus dalam belajar (Nicho dan Dian, 2019).

d. Mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) bukan hanya menyedihkan, tetapi juga berdampak buruk bagi kesehatan. Pada hari hari saat mengalami FOMO, kita cenderung berada dalam suasana hati yang buruk, merasa lelah dan stres, bahkan mengalami masalah tidur dan gejala-gejala kesehatan fisik lainnya. FOMO bisa memberikan dampak negatif kuat pada kesehatan mental serta kesejahteraan emosional seseorang jadi penting untuk memahaminya (Savitri, 2022)

e. *Fear Of Missing Out* (FOMO) dapat mengacaukan konsentrasi, menghabiskan waktu serta energi. Reference anxiety atau kecemasan yang timbul dari pengaruh orang lain (McGinnis, 2020)

f. Menurut laporan Psychology Today, suasana hati (mood) orang yang mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) secara umum kurang baik. Rasa percaya diri mereka lebih rendah dan ada perasaan kesepian secara inferior, terutama jika mereka yakin bahwa mereka tidak sesukses orang orang sebaya atau yang ada di lingkaran sosial mereka (Vitelli, 2016)

B. Sikap

1. Pengertian Sikap

Seorang individu sangat erat hubunganya dengan sikapnya masing-masing sebagai ciri pribadinya. Sikap pada umumnya sering diartikan sebagai suatu tindakan yang dilakukan individu untuk

memberikan tanggapan pada suatu hal. Sikap diartikan sebagai suatu reaksi atau respon yang muncul dari sseorang individu terhadap objek yang kemudian memunculkan perilaku individu terhadap objek tersebut dengan cara-cara tertentu (Azwar, 2010).

Gerungan, 2004 juga menguraikan pengertian sikap atau attitude sebagai suatu reaksi pandangan atau perasaan seorang individu terhadap objek tertentu. Walaupun objeknya sama, namun tidak semua individu mempunyai sikap yang sama, hal itu dapat dipengaruhi oleh keadaan individu, pengalaman, informasi dan kebutuhan masing-masing individu berbeda. Sikap seseorang terhadap objek akan membentuk perilaku individu terhadap objek.

Pengertian mengenai sikap juga disampaikan oleh Sarlito dan Eko, 2009 Sikap adalah suatu proses penilaian yang dilakukan oleh seorang individu terhadap suatu objek. Objek yang disikapi individu dapat berupa benda, manusia atau informasi. Proses penilaian seorang terhadap suatu objek dapat berupa penilaian positif dan negatif. Sikap dapat pula bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif, antara lain (Purwanto, 2010), Sikap positif kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangi, mengharapkan objek tertentu. Sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai objek tertentu. Individu yang memiliki sikap negatif cenderung menunjukkan pola pikir yang negatif serta memiliki kecenderungan untuk menghindar atau menolak hal yang berkaitan

dengan objek tersebut. Selain itu, sikap negatif juga ditunjukkan melalui bertambahnya penerimaan terhadap informasi baru maupun perubahan yang terjadi.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli mengenai sikap, maka dapat disimpulkan bahwa sikap adalah suatu reaksi atau respon berupa penilaian yang muncul dari seorang individu terhadap suatu objek. Sikap juga dapat dikatakan sebagai suatu perwujudan adanya kesadaran terhadap lingkunganya. Proses yang mengawali terbentuknya sikap adalah adanya objek disekitar individu memberikan stimulus yang kemudian mengenai alat indra individu, informasi yang yang ditangkap mengenai objek kemudian diproses di dalam otak dan memunculkan suatu reaksi. Penilaian yang muncul, positif atau negatif dipengaruhi oleh informasi sebelumnya, atau pengalaman pribadi individu.

2. Komponen-Komponen Sikap

Sikap yang ditunjukan seorang individu terhadap objek mempunyai struktur yang terdiri dari beberapa komponen. Azwar, 2010 menjelaskan komponen dalam struktur sikap yaitu:

a. Komponen kognitif, yaitu suatu kepercayaan dan pemahaman seorang individu pada suatu objek melalui proses melihat, mendengar dan merasakan. Kepercayaan dan pemahaman yang terbentuk memberikan informasi dan pengetahuan mengenai objek tersebut.

b. Komponen afektif, yaitu komponen yang berhubungan dengan permasalahan emosional subjektif individu terhadap sesuatu.
c. Komponen perilaku atau konatif, yaitu kecenderungan berperilaku seorang individu terhadap objek yang dihadapinya.

3. Faktor Yang Memepengaruhi Sikap

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi sikap, yaitu faktor internal individu dan faktor eksternal individu (Azwar, 2008):

a. Faktor Internal Individu terdiri dari:
    1) Emosi dalam diri individu, kadang – kadang suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk mekanisme ego.
    2) Intelegensia, seseorang dengan intelegensia yang tinggi akan dapat memutuskan sesuatu yang dapat mengambil tindakan / sikap yang tepat saat menghadapi suatu masalah.
    3) Pengalaman pribadi, apa yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulasi sosial.
    4) Kepribadian, orang dengan kepribadian terbuka akan berbeda dalam mengambil sikap dengan orang yang berkepribadian saat menghadapi situasi yang sama.

5) Konsep diri, seseorang yang memiliki konsep diri yang baik, akan mengambil sikap yang positif saat menghadapi suatu masalah / situasi berbeda dengan orang yang memiliki konsep rendah diri.

b. Faktor eksternal individu

1) Institusi atau lembaga pendidikan atau lembaga agama, lembaga pendidikan serta lembaga agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dari diri individu.

2) Kebudayaan, kebudayaan dimana kita hidup dan didasarkan mempunyai pengaruh yang besar terhadap sikap.

3) Lingkungan, lingkungan yang kondusif dimana masyarakatnya sangat terbuka dan mudah menerima hal-hal baru akan membuat seseorang akan mengambil sikap positif yang tepat sesuai yang diinginkan.

4) Media massa, sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang.

5) Orang lain yang dianggap penting, orang lain disekitar kita merupakan salah satu diantara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita.
6) Situasi, dua orang yang sedang menghadapi masalah yang sama tetapi dalam situasi yang berbeda maka sikap yang diambil tidak akan sama.

C. Layanan Informasi

Layanan Informasi adalah penyampaian berbagai informasi kepada sasaran layanan agar individu dapat menolah dan memanfaatkan informasi tersebut demi kepentingan hidup dan perkembangannya. Tujuan layanan informasi secara umum agar terkuasainya informasi tertentu sedangkan secara khusus terkait dengan fungsi pemahaman (paham terhadap informasi yang diberikan) dan memanfaatkan informasi dalam penyelesaian masalahnya.

Menutut prayitno, layanan informasi menjadikan individu mandiri yaitu memahami dan menerima diri dan lingkungan secara positif, objektif dan dinamis, mampu mengambil keputusan, mampu mengarahkan diri sesuai dengan kebutuhannya tersebut dan akhirnya dapat mengaktualisasikan dirinya. Sejalan dengan pendapat tersebut, Tohirin menyatakan bahwa layanan informasi merupakan proses pemberian bantuan kepada peserta didik melalui penyampaian informasi yang relevan dan dibutuhkan guna menunjang perkembangan mereka. Informasi yang diberikan dalam layanan

ini mencakup berbagai bidang, seperti informasi pribadi, sosial, pendidikan, dan karier. Dengan adanya layanan informasi, individu diharapkan mampu memahami berbagai pilihan yang tersedia serta konsekuensi dari setiap keputusan yang diambil.

Dalam pelaksanaannya, layanan informasi memiliki beberapa fungsi, yaitu fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, dan fungsi pengembangan. Fungsi pemahaman membantu individu mengenali diri dan lingkungannya, fungsi pencegahan bertujuan menghindarkan individu dari berbagai permasalahan, sedangkan fungsi pengembangan berfokus pada peningkatan potensi individu. Dalam era perkembangan teknologi saat ini, layanan informasi tidak hanya disampaikan melalui metode konvensional, tetapi juga melalui berbagai media digital. Salah satu media yang dapat digunakan adalah podcast, yang memungkinkan penyampaian informasi secara fleksibel dan menarik. Penggunaan podcast sebagai media layanan informasi dinilai efektif karena mudah diakses kapan saja dan di mana saja, serta sesuai dengan karakteristik mahasiswa yang akrab dengan teknologi digital.

D. Layanan Informasi Podcast dan *Fear Of Missing Out* (FOMO) dalam Kajian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan

a. Pengertian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan

Setiap bangsa memiliki sejarah perjuangan yang dibangun oleh para pendahulu, di dalamnya terkandung berbagai nilai seperti nasionalisme, patriotisme, dan semangat kebangsaan yang dahulu

tertanam kuat dalam diri setiap warga negara. Namun, seiring dengan perkembangan zaman dan pesatnya kemajuan teknologi, nilai-nilai tersebut perlahan mulai memudar dalam kehidupan masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan upaya pembelajaran dan penanaman kembali nilai-nilai tersebut agar tetap hidup dan melekat dalam diri setiap warga negara, sehingga mereka memahami hak dan kewajibannya dalam kehidupan berbangsa dan bernegara.

Pendidikan kewarganegaraan adalah pendidikan yang mengingatkan kita akan pentingnya nilai-nilai hak dan kewajiban suatu warga negara agar setiap hal yang dikerjakan sesuai dengan tujuan dan cita-cita bangsa dan tidak melenceng dari apa yang diharapkan. Karena dinilai penting, pendidikan ini sudah diterapkan sejak usia dini di setiap jenjang pendidikan mulai dari yang paling dini hingga pada perguruan tinggi agar menghasilkan penerus-penerus bangsa yang berkompeten dan siap menjalankan hidup berbangsa dan bernegara.

Pendidikan Kewarganegaraan adalah pendidikan demokrasi yang bertujuan untuk mempersiapkan warga masyarakat berpikir kritis dan bertindak demokratis, melalui aktivitas menanamkan kesadaran kepada generasi baru, tentang kesadaran bahwa demokrasi adalah bentuk kehidupan masyarakat yang paling menjamin hak-hak masyarakat (Saidurrahman, 2018). Karena itu, program PKn memuat konsep-konsep umum ketatanegaraan, politik dan hukum negara,

serta teori umum yang lain yang cocok dengan target tersebut. Pendidikan Kewarganegaraan adalah suatu mata pelajaran yang merupakan satu rangkaian proses untuk mengarahkan peserta didik menjadi bertanggung jawab sehingga dapat berperan aktif dalam masyarakat sesuai ketentuan Pancasila dan UUD NKRI 1945 (Madiong, 2018).

b. Tujuan Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan

Menurut Depdiknas (2006:49) tujuan pembelajaran PKn adalah untuk memberikan kompetensi sebagai berikut:

1. Berpikir kritis, rasional, dan kreatif dalam menanggapi isu kewarganegaraan.
2. Berpartisipasi secara cerdas dan tanggung jawab, serta bertindak secara sadar dalam kegiatan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.
3. Berkembang secara positif dan demokratis untuk membentuk diri berdasarkan karakter-karakter masyarakat di Indonesia agar dapat hidup bersama dengan bangsa-bangsa lain.
4. Berinteraksi dengan bangsa-bangsa lain dalam peraturan dunia secara langsung dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi.

Serta secara umum, menurut Maftuh dan Sapriya bahwa, Tujuan negara mengembangkan Pendiddikan Kewarganegaraan agar setiap warga negara menjadi warga negara yang baik (to be good

citizens), yakni warga negara yang memiliki kecerdasan (civics inteliegence) baik intelektual, emosional, sosial, maupun spiritual yang memiliki rasa bangga dan tanggung jawab (civics responsibility), dan mampu berpartisipasi dalam kehidupan masyarakat.

Setelah menelaah pemahaman dari tujuan Pendidikan Kewarganegaraan, maka dapat di simpulkan bahwa Pendidikan Kewarganegaraan berorientasi pada penanaman konsep Kenegaraan dan juga bersifat implementatif dalam kehidupan sehari - hari. Partisipasi warga negara yang efektif dan penuh tanggung jawab memerlukan penguasaan seperangkat ilmu pengetahuan dan keterampilan intelektual serta keterampilan untuk berperan serta. Partisipasi yang efektif dan bertanggung jawab itu pun ditingkatkan lebih lanjut melalui pengembangan disposisi atau watak-watak tertentu yang meningkatkan kemampuan individu berperan serta dalam proses politik dan mendukung berfungsinya sistem politik yang sehat serta perbaikan masyarakat.

c. Bidang Kajian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan

Bidang kajian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) merupakan kajian yang bersifat multidisipliner karena mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu dalam rangka membentuk warga negara yang cerdas, kritis, dan berkarakter. Secara teoretis, PPKn berorientasi pada pengembangan kompetensi kewarganegaraan

yang mencakup civic knowledge, civic skills, dan civic disposition sebagaimana dijelaskan oleh Margaret Stimmann Branson, yang hingga saat ini masih menjadi landasan dalam pengembangan pendidikan kewarganegaraan modern. Dalam perkembangan kajian terbaru, ruang lingkup PPKn tidak hanya terbatas pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup pembentukan sikap dan keterampilan sosial yang relevan dengan kehidupan demokratis dan perkembangan global.

Secara lebih rinci, bidang kajian PPKn meliputi beberapa aspek utama.

1. Hukum, yang membahas norma, peraturan, serta sistem hukum yang berlaku, sehingga peserta didik memahami hak dan kewajiban sebagai warga negara serta mampu bertindak sesuai aturan.
2. Poltik yang mengkaji sistem pemerintahan, demokrasi, serta partisipasi warga negara dalam proses politik, termasuk pemilu dan pengambilan keputusan publik.
3. Sosial, yang menekankan pentingnya interaksi sosial, keberagaman, serta nilai persatuan dalam kehidupan bermasyarakat.

4. Moral dan etika, berlandaskan nilai-nilai Pancasila sebagai pedoman dalam berperilaku, sehingga membentuk karakter yang berintegritas dan bertanggung jawab.
5. Filsafat Pancasila, yang mengkaji Pancasila sebagai dasar negara dan pandangan hidup bangsa Indonesia, sehingga peserta didik memahami makna filosofis dari setiap sila.
6. Pedagogik, yang berfokus pada proses dan strategi pembelajaran PPKn agar nilai-nilai kewarganegaraan dapat ditanamkan secara efektif dan kontekstual.
7. Budaya juga menjadi bagian penting yang menekankan penghargaan terhadap keberagaman budaya dalam bingkai Bhinneka Tunggal Ika.

Dalam perkembangan terbaru, PPKn juga mencakup kajian kewarganegaraan digital, yang membahas peran warga negara dalam ruang digital, termasuk etika bermedia sosial, literasi digital, dan tanggung jawab dalam menggunakan teknologi. PPKn memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan meningkatkan partisipasi warga negara dalam kehidupan demokratis berbasis nilai Pancasila. Selain itu, kajian lain menunjukkan bahwa PPKn juga berfungsi sebagai sarana pendidikan karakter dan penguatan nilai kebangsaan dalam menghadapi tantangan globalisasi.

Dengan demikian, bidang kajian PPKn mencakup aspek hukum, politik, sosial, moral, filsafat, pedagogik, budaya, serta kewarganegaraan

digital yang saling terintegrasi. Keseluruhan kajian tersebut bertujuan untuk membentuk warga negara yang tidak hanya memiliki pengetahuan, tetapi juga sikap dan keterampilan yang sesuai dengan nilai-nilai Pancasila, sehingga mampu berpartisipasi aktif dan bertanggung jawab dalam kehidupan berbangsa dan bernegara di era modern.

d. Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Sebagai Media Pembentukan Karakter

Pendidikan Kewarganegaraan sebagai media pembentukan karakter memiliki peran penting dalam menanamkan nilai-nilai moral, etika, dan kebangsaan kepada peserta didik sejak dini. Hal ini sejalan dengan teori penididikan kewarganaegaraan yang menekankan tiga kompetensi utama, yaitu civic knowledge (pengetahuan kewarganegaraan), civic skills (keterampilan kewarganegaraan), dan civic disposition (sikap atau karakter kewarganegaraan) sebagaimana dikemukakan oleh Margaret Stimmann Branson. Selain itu, menurut Aziz Wahab, Pendidikan kewarganegaraan merupakan sarana untuk membentuk warga negara yang cerdas, sadar, dan bertanggung jawab, sehingga mampu berperilaku sesuai dengan nilai-nilai Pancasila dan norma yang berlaku dalam kehidupan berbangsa dan bernegara.

Dalam konteks perkembangan teknologi dan kehidupan digital saat ini, pembentukan karakter melalui Pendidikan kewarganegaraan menjadi semakin penting, terutama dalam menghadapi fenomena psikologis seperti *Fear Of Missing Out* (FOMO). Menurut Andrew K. Przybylski et al.

(2013), *Fear Of Missing Out* (FOMO) merupakan ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau media sosial.

Level *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang tinggi dapat menyebabkan ketidakpuasan ekstrem dan memberikan dampak merugikan pada kesehatan fisik dan mental, seperti perubahan suasana hati, perasaan kesepian, rendah diri, berkurangnya harga diri, kecemasan sosial berlebihan yang dapat memicu stres, serta meningkatnya pikiran negatif hingga depresi. Selain itu, Nicho dan Dian (2019) menjelaskan bahwa *Fear Of Missing Out* (FOMO) juga berkorelasi dengan berbagai dampak negatif seperti menurunnya produktivitas, motivasi belajar, pencapaian akademik, serta kesejahteraan emosional, dan meningkatnya durasi penggunaan gadget di dalam kelas yang dapat mengganggu proses belajar serta menurunkan fokus.

Dampak-dampak tersebut menunjukkan bahwa *Fear Of Missing Out* (FOMO) tidak hanya menjadi persoalan psikologis individu, tetapi juga berkaitan erat dengan pembentukan karakter, khususnya karakter kewarganegaraan. Karakter kewarganegaraan menuntut adanya pengendalian diri, tanggung jawab, kedisiplinan, serta kemampuan berpikir rasional dalam menghadapi pengaruh lingkungan, termasuk tekanan sosial di ruang digital. Ketika mahasiswa mengalami FOMO

secara berlebihan, mereka cenderung sulit mengontrol penggunaan media sosial, mudah terpengaruh tren, dan kurang mampu memprioritaskan kewajiban akademik. Hal ini mencerminkan lemahnya *civic disposition* dan *civic responsibility* dalam konteks kehidupan sebagai warga negara digital.

Berdasarkan dampak negatif tersebut, dapat disimpulkan bahwa *Fear Of Missing Out* (FOMO) merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian, khususnya di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan peran Pendidikan Kewarganegaraan sebagai sarana edukatif untuk memberikan pemahaman dan layanan informasi terkait FOMO di lingkungan perguruan tinggi. Kurangnya informasi mengenai FOMO menjadi salah satu faktor penyebab munculnya fenomena tersebut, sehingga mahasiswa belum memahami pengertian, ciri-ciri, serta dampaknya bagi kehidupan mereka. Dengan adanya pemahaman yang baik, diharapkan individu mampu membentuk sikap negatif terhadap FOMO dan mengembangkan karakter kewarganegaraan yang lebih kuat, terutama dalam menghadapi tantangan kehidupan di era digital.

E. Penelitian Terdahulu

a. Skripsi dengan judul *Hubungan Fear Of Missing Out* (FOMO) *Dan Mindfulness Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Keuangan Negara STAN : disusun oleh Kevin Maulana Ibrahim Tahun 2021.* Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah

FOMO yang terdiri dari 9 item dan Five Facet Mindfulness yang terdiri dari 13 item. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Analisis dilakukan dengan memanfaatkan SPSS 26 menggunakan uji korelasi pearson dan kanonik. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan negatif antara FOMO dan Prestasi Akademik, hubungan positif antara Mindfulness dan Prestasi Akademik dan terdapat hubungan FOMO dan Mindfulness dengan Prestasi Akademik.

b. Jurnal dengan judul *Peran Guru Ppkn Dalam Mencegah Sindrom* FOMO *Pada Siswa Di Sman 1 Kutambaru : disusun oleh Usman Alhudawi, Ribka Br Keliat, Surya Wibawa Tahun 2025*. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan peran guru Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) dalam mencegah sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada siswa di SMAN 1 Kutambaru. FOMO muncul sebagai akibat dari penggunaan media sosial yang berlebihan dan dapat memengaruhi konsentrasi belajar, kondisi emosional, serta hubungan sosial siswa. Guru PPKn memegang peran penting dalam membimbing siswa menghadapi fenomena ini melalui penguatan nilai-nilai Pancasila dan pengembangan keterampilan bernalar kritis. Hasil kajian menunjukkan bahwa guru berperan sebagai pendidik nilai, fasilitator literasi digital, pembimbing karakter, dan pengarah etika digital. Melalui strategi pembelajaran seperti diskusi, refleksi, studi kasus, serta analisis informasi, guru

membantu siswa memahami dampak FOMO dan melatih kemampuan mereka untuk berpikir rasional serta selektif terhadap informasi digital. Upaya tersebut terbukti efektif dalam membangun perilaku digital yang sehat dan mendorong siswa agar tidak mudah terpengaruh olehtekanan sosial media.

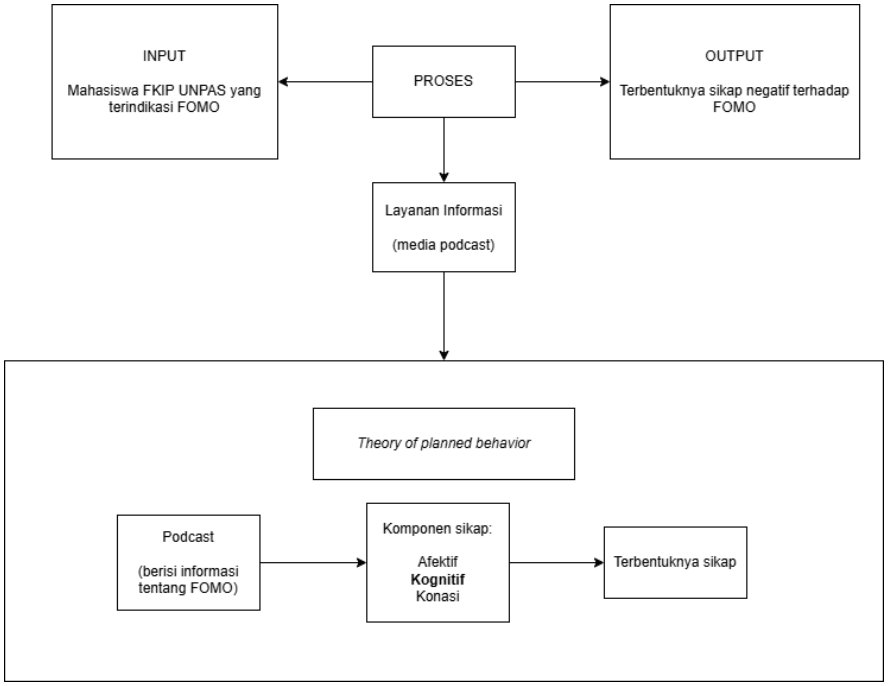
c. Skripsi dengan judul *Fenomena Fear Of Missing Out* (FOMO) *Dalam Bermedia Sosial : disusun oleh Azimatul Ulya Tahun 2024.* Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan menjadikan platform media sosial TikTok sebagai lapangan penelitian dengan metode kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan netnografi yang mana informan di sini didapatkan melalui mesin pencarian pada platform TikTok. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini data primer yang bersumber langsung dari informan penelitian yaitu mahasiswa FISIP UIN Walisongo pengguna TikTok dan data sekunder yang bersumber dari buku, artikel, jurnal, serta dokumen dokumen. Teknik pegumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penentuan informan dilakukan dengan menggunakan teknik purposive dengan jumlah informan yaitu delapan orang. Analisis dilakukan dengan menggunakan Teknik analisis Miles dan Huberman dengan reduksi data, paparan data, dan penarikan kesimpulan. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teori konstruksi sosial milik Peter L. Berger dan Thomas Luckmann. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa melalui platform media sosial TikTok, pengguna dapat melihat aktivitas pengguna lain yang dapat memicu perbandingan sosial yang mana memperkuat seseorang untuk menjadi FOMO yang kemudian menjadi kebiasaan jika dilakukan secara obsesi kompulsif, memicu terjadinya perilaku impulsive buying, dan cenderung untuk membangun citra diri yang lebih baik melalui konten yang ia bagikan. FOMO dan gaya hidup juga saling berkaitan erat bila dapat memanfaatkannya guna menaikkan popularitas. Namun juga dapat menimbulkan dampak akibat seseorang sering memenuhi akan gaya hidup dan ke-FOMO-annya seperti konsumtif, hedonisme, individualisme, hingga stres.

Penelitian di atas sangat relevan dengan penelitian yang sedang penulis lakukan, karena sama sama menyangkut soal variabel yang sama. Penelitian dahulu di atas merupakan bahan rujukan peneliti dalam menyempurnakan proses penelitian yang akan dilakukan, tanpa ada literatur mungkin penelitian yang dilakukan tidak akan berjalan baik dan sesuai dengan sebagaimana mestinya. Dari eberapa hasil penelitian di atas, dapat kita ketahui bahwa penelitian yang akan dikaji oleh peneliti belum pernah dilakukan sebelumnya, walaupun terdapat kesamaan tetapi secara mendasar penelitian yang akan dikaji ini memiliki perbedaan baik itu dari segi variabel lainya, subjek atau objek yang akan menjadi bahan penelitian.

F. Kerangka Berpikir

Berdasarkan skripsi Layanan Informasi Berbasis Podcast Untuk Membentuk Sikap Negative Terhadap *Fear Of Missing Out* (FOMO) peneliti mengkonstruk alur kerangka penelitian sebagai berikut :



Gambar 2. 1 Kerangka Pikir

G. Hipotesis

Berdasarkan alur kerangka penelitian diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut :

Ho: Layanan Informasi tidak dapat membentuk sikap negatif terhadap *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada kelompok eksperimen dibanding kelompok kontrol

Ha: Layanan Informasi dapat membentuk sikap negatif terhadap *Fear Of Missing Out* (FOMO) pada kelompok eksperimen dibanding kelompok kontrol