

PERAN GURU PPKN DALAM MENCEGAH SINDROM FOMO PADA SISWA DI SMAN 1 KUTAMBARU

¹Usman Alhudawi, ²Ribka Br Keliat, ³Surya Wibawa

^{1,2,3}STKIP Budidaya Binjai

¹usmanalhudawi60@gmail.com

²ribkapernangin15@gmail.com

³suryawibawa733@gmail.com

ABSTRAK

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 oleh tekanan sosial media.

Kata Kunci: Guru PPKn, FOMO, Literasi Digital, Bernalar Kritis, Profil Pelajar Pancasila.

ABSTRACT

This study aims to explain the role of Civic Education (PPKn) teachers in preventing Fear of Missing Out (FOMO) syndrome among students at SMAN 1 Kutambaru. FOMO emerges as a psychological condition caused by excessive social media use, which affects students' concentration, emotional stability, and social interactions. Civic Education teachers hold a strategic role in guiding students to face this issue through the reinforcement of Pancasila values and the development of critical thinking skills. The findings show that teachers act as value educators, digital literacy facilitators, character mentors, and ethical digital behavior guides. Through learning strategies such as discussions, reflections, case studies, and information analysis, teachers help students understand the impacts of FOMO and train them to think rationally and selectively toward digital content. These efforts are proven effective in fostering healthy digital behavior and helping students resist social pressure from online trends.

Keywords: Civic Education Teacher, FOMO, Digital Literacy, Critical Thinking, Pancasila Student Profile.

I. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi yang berlangsung sangat cepat telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dunia pendidikan. Kehadiran media sosial dan gawai digital tidak

hanya mempermudah akses informasi, tetapi juga membentuk pola pikir, kebiasaan, serta perilaku generasi muda. Di satu sisi, teknologi digital memberikan peluang luas bagi siswa untuk memperoleh informasi, berinteraksi, dan

mengembangkan pengetahuan. Namun di sisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memunculkan fenomena psikologis baru yang berdampak negatif, salah satunya adalah Fear of Missing Out (FOMO). FOMO digambarkan sebagai perasaan cemas dan khawatir ketika seseorang merasa tertinggal dari berbagai aktivitas atau tren yang dilakukan kelompok sosialnya (Rosjayani & Tang, 2024:85). Fenomena ini semakin marak terjadi pada remaja, terutama siswa SMA yang berada pada masa pencarian jati diri dan sangat mudah terpengaruh oleh validasi sosial dari lingkungan digital.

Dalam konteks perkembangan remaja, FOMO menjadi masalah serius karena memengaruhi konsentrasi belajar, kualitas interaksi sosial, hingga kesehatan mental. Menurut Ningtyas & Wiyono (2020:418), siswa yang mengalami FOMO cenderung lebih mudah terdistraksi oleh aktivitas media sosial selama proses pembelajaran, menunjukkan kecenderungan penurunan prestasi akademik, serta mengalami tekanan psikologis akibat perasaan tertinggal dari kelompoknya. Tekanan tersebut tidak jarang memunculkan kecemasan, kurang tidur, perilaku konsumtif, dan ketergantungan pada media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa FOMO tidak hanya menjadi fenomena sosial, tetapi telah menjadi tantangan pendidikan yang membutuhkan perhatian serius.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, sekolah memiliki peran strategis sebagai lembaga pendidikan yang bertanggung jawab membentuk karakter, wawasan, dan kemampuan berpikir kritis siswa. Salah satu komponen penting dalam pembentukan karakter tersebut adalah mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn). Menurut Darwis (2020:82), PPKn bertujuan mengembangkan kesadaran peserta didik tentang hak dan kewajiban sebagai warga negara, membentuk sikap moral, serta menumbuhkan kemampuan berpikir kritis dan bertanggung jawab dalam kehidupan sehari-

hari. Oleh karena itu, guru PPKn memiliki tanggung jawab bukan hanya mengajarkan teori kewarganegaraan, tetapi juga melatih siswa dalam mengelola perilaku dan sikap sosial di era digital.

Posisi guru PPKn semakin penting ketika fenomena FOMO menjadi bagian dari dinamika kehidupan remaja. Guru PPKn berperan sebagai pendidik, pembimbing, fasilitator, dan teladan yang mampu mengarahkan siswa agar tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial digital. Musanna & Basiran (2023:686) menegaskan bahwa peran guru mencakup berbagai dimensi, mulai dari pendidik, pengawas, hingga inovator yang mampu memecahkan persoalan pembelajaran. Dalam konteks FOMO, guru PPKn dapat memanfaatkan forum diskusi kelas untuk mengajak siswa merefleksikan perilaku bermedia sosial, menganalisis dampak negatif FOMO, serta menerapkan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan digital.

Selain itu, guru PPKn juga berperan penting dalam menguatkan elemen bernalar kritis, yang merupakan salah satu kompetensi utama dalam Profil Pelajar Pancasila. Elemen ini menekankan kemampuan siswa dalam memproses informasi, mengklarifikasi data, menganalisis fenomena sosial, dan membuat keputusan berdasarkan pertimbangan logis (Kemdikbudristek, 2022:30). Kemampuan bernalar kritis sangat relevan sebagai benteng terhadap fenomena FOMO, karena siswa dilatih untuk tidak menerima informasi secara mentah, tidak mudah terpengaruh oleh tren sesaat, serta mampu mengevaluasi dampak suatu tindakan sebelum terlibat di dalamnya.

Pada era digital, kemampuan bernalar kritis menjadi kebutuhan utama agar siswa tidak hanyut dalam arus informasi yang cepat dan tidak terkontrol. Siswa yang terbiasa berpikir kritis akan lebih mampu membedakan informasi yang relevan dan tidak relevan, memfilter tekanan sosial, serta menghindari perilaku impulsif yang menjadi ciri utama FOMO. Oleh karena itu, penguatan elemen

bernalair kritis melalui pembelajaran PPKn menjadi salah satu strategi paling efektif dalam mencegah dampak negatif FOMO pada remaja.

Berdasarkan urgensi tersebut, guru PPKn memiliki peran strategis dalam mencegah sindrom FOMO melalui pendekatan literasi digital, pendidikan karakter, pembiasaan etika bermedia sosial, dan aktivitas pembelajaran reflektif. Melalui strategi pembelajaran yang kontekstual, guru dapat mengarahkan siswa untuk lebih bijaksana dalam menggunakan media sosial, mengembangkan sikap selektif terhadap tren, serta meningkatkan kemampuan mereka dalam menilai informasi secara objektif.

Dengan demikian, penelitian atau kajian mengenai peran guru PPKn dalam mencegah sindrom FOMO bukan hanya relevan, tetapi juga sangat dibutuhkan untuk menjawab tantangan pendidikan di era globalisasi digital saat ini. Kajian ini diharapkan dapat memberikan wawasan komprehensif tentang bagaimana guru PPKn dapat menjadi agen perubahan dalam membentuk generasi yang berkarakter kuat, berpikir kritis, dan mampu menghadapi tekanan sosial digital secara sehat dan bijaksana.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang bertujuan memahami secara mendalam peran pembelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) dalam menanamkan kesadaran hukum dan kepatuhan hukum siswa terhadap fenomena game judi online di SMA Swasta Tunas Bangsa. Subjek penelitian ditentukan secara purposive, terdiri atas Kepala Sekolah, Guru PPKn, dan tiga siswa kelas XI.

Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan

kesimpulan. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dan teknik, dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumen pendukung. Penelitian ini juga memperhatikan etika penelitian, seperti menjaga kerahasiaan identitas responden dan menggunakan data hanya untuk kepentingan akademik.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi di SMAN 1 Kutambaru menunjukkan bahwa fenomena Fear of Missing Out (FOMO) cukup kuat memengaruhi perilaku sosial dan akademik siswa. Guru PPKn mengungkapkan bahwa FOMO banyak terlihat dalam kebiasaan siswa yang sering mengecek ponsel selama pembelajaran, menunjukkan kegelisahan ketika tidak membuka media sosial, serta kecenderungan mengikuti tren digital tanpa mampu menyaring manfaatnya. Hal ini sejalan dengan definisi FOMO menurut Rosjayani & Tang (2024:85), yaitu perasaan cemas ketika seseorang merasa tertinggal dari tren ataupun aktivitas sosial yang dilakukan orang lain. Temuan awal ini menjadi titik penting yang menegaskan bahwa pembelajaran PPKn perlu menjadi ruang strategis untuk membantu siswa memahami dan mengendalikan perilaku digital mereka.

Observasi kelas menunjukkan bahwa guru PPKn telah menerapkan berbagai strategi pembelajaran yang mengintegrasikan isu media sosial ke dalam materi PPKn. Guru sering memulai pembelajaran dengan menanyakan pengalaman siswa dalam menggunakan media sosial, seperti tren apa yang sedang ramai, siapa selebritas yang diikuti, dan bagaimana tren tersebut memengaruhi kehidupan mereka. Strategi ini memperlihatkan penerapan pembelajaran kontekstual yang relevan dengan kehidupan siswa. Menurut Darwis (2020:82), pembelajaran PPKn seharusnya dekat dengan realitas sosial sehingga siswa mampu

menghubungkan materi dengan tantangan kehidupan modern. Dengan pendekatan ini, siswa terlihat lebih antusias mengikuti pembelajaran karena merasa pengalaman mereka dihargai sebagai bahan belajar.

Data wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka menghabiskan 4-6 jam per hari untuk mengakses media sosial. Siswa mengaku bahwa mereka sering merasa tertinggal jika tidak membuka ponsel selama beberapa jam. Ada siswa yang bahkan menyampaikan bahwa mereka merasa tidak nyaman ketika tidak mengetahui unggahan terbaru dari teman-temannya. Beberapa siswa mengaku pernah mengikuti tren hanya karena ingin diterima dalam kelompok pertemanan. Temuan ini sejalan dengan Ningtyas & Wiyono (2020:418) yang menyebutkan bahwa FOMO sering muncul karena tekanan sosial digital yang membuat remaja merasa perlu terlibat dalam semua aktivitas yang dianggap “penting” oleh lingkungannya.

Wawancara dengan guru PPKn memberikan gambaran lebih mendalam mengenai bagaimana guru mengidentifikasi perilaku FOMO siswa. Guru menyampaikan bahwa siswa biasanya menunjukkan tanda-tanda seperti kecemasan, kurang fokus belajar, dan keinginan untuk cepat mengunggah aktivitas ke media sosial. Guru menjelaskan bahwa beberapa siswa sering kali berusaha mengikuti tren digital meskipun mereka tidak benar-benar memahami maknanya. Kondisi ini dipandang guru sebagai hasil dari kurangnya kemampuan bernalar kritis siswa dalam memproses informasi digital. Menurut Kemdikbudristek (2022:30), elemen bernalar kritis merupakan salah satu kompetensi utama yang harus dikembangkan siswa di era digital agar mampu mengevaluasi informasi secara objektif. Hal ini memperkuat alasan mengapa pembelajaran PPKn harus mengarahkan siswa untuk lebih kritis dalam menggunakan media sosial.

Selain itu, melalui observasi, peneliti menemukan bahwa guru PPKn secara aktif mengajak siswa untuk berdiskusi mengenai fenomena viral atau isu-isu media sosial. Dalam satu pertemuan, guru menampilkan beberapa contoh konten viral dari platform digital dan meminta siswa menilai konten tersebut dari aspek etika, dampak sosial, dan manfaatnya. Siswa kemudian diajak mengekspresikan pendapat dan mendiskusikan alasan mengapa mereka merasa terpengaruh atau tidak terpengaruh oleh konten tersebut. Kegiatan pembelajaran seperti ini menunjukkan bahwa guru berhasil mengembangkan kemampuan siswa untuk berpikir secara analitis. Pendekatan ini sesuai dengan gagasan Sugiyarti & Patmisari (2024:90) yang menyatakan bahwa literasi digital harus diajarkan melalui praktik analisis konten digital agar siswa mampu melihat sisi manipulatif dan dampak psikologis media sosial.

Dokumentasi berupa perangkat pembelajaran menunjukkan bahwa guru PPKn mengintegrasikan nilai-nilai Pancasila, seperti nilai kemanusiaan, keadilan sosial, dan etika bermedia, ke dalam kegiatan pembelajaran yang relevan dengan isu digital. Guru merancang aktivitas diskusi kelompok, studi kasus, refleksi perilaku digital, dan penugasan berbasis fenomena sebagai upaya mengaitkan materi PPKn dengan pengalaman siswa sehari-hari. Penemuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran PPKn bukan hanya penyampaian teori, tetapi juga praktik pembentukan karakter yang berfokus pada kesadaran moral dan kemampuan berpikir kritis.

Selain itu, wawancara dengan kepala sekolah memperkuat temuan bahwa sekolah memberikan dukungan terhadap upaya guru PPKn dalam mengatasi fenomena FOMO. Kepala sekolah menjelaskan bahwa pihak sekolah telah membuat kebijakan yang mengatur penggunaan gawai di lingkungan sekolah serta membangun program literasi

digital sebagai bagian dari pembentukan karakter peserta didik. Kepala sekolah juga menekankan pentingnya kerja sama antara guru, orang tua, dan siswa untuk menciptakan budaya digital yang sehat dalam kehidupan sekolah. Menurut Kepala Sekolah, guru PPKn adalah aktor utama dalam membimbing siswa memahami etika digital dan menghindari perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai moral.

Dalam wawancara, guru PPKn menyampaikan bahwa salah satu tantangan terbesar adalah membantu siswa memahami bahwa tidak semua tren digital harus diikuti. Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka merasa tidak percaya diri jika tidak mengikuti tren tertentu. Namun setelah mengikuti diskusi kelas yang membedah fungsi media sosial dan dampak psikologisnya, banyak siswa mulai menyadari bahwa tren tidak selalu memiliki manfaat. Hal ini membuktikan bahwa pembelajaran berbasis refleksi dan analisis terbukti mampu mengurangi tingkat FOMO siswa. Temuan ini konsisten dengan Ayun & Sodik (2024:65) yang menyatakan bahwa penguatan kontrol diri merupakan langkah efektif dalam membantu siswa mengelola tekanan sosial digital.

Dari seluruh temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa peran guru PPKn dalam mencegah FOMO sangat signifikan. Guru menjalankan lima peran utama, yaitu: (1) pendidik karakter yang menanamkan nilai dan etika bermedia, (2) fasilitator literasi digital yang membantu siswa memahami konten media, (3) pembimbing bernalar kritis yang meningkatkan kemampuan analisis siswa, (4) motivator pengendalian diri yang membantu siswa mengatur penggunaan media sosial, dan (5) pengembang pembelajaran kontekstual yang relevan dengan kehidupan digital siswa. Setiap peran tersebut saling melengkapi dan menghasilkan dampak yang nyata dalam mengurangi gejala FOMO di kalangan siswa.

B. Pembahasan

1. Peran Guru PPKn dalam Pembentukan Karakter untuk Mengatasi FOMO

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru PPKn berperan signifikan sebagai pembentuk karakter siswa dalam menghadapi tekanan sosial digital, khususnya fenomena FOMO. Guru tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi—tetapi sebagai pendidik moral yang menanamkan nilai-nilai Pancasila, kebajikan sosial, dan kontrol diri. Hal ini sesuai pendapat Kusumawati (2022:14), yang menegaskan bahwa guru PPKn merupakan agen moralitas yang membentuk pola pikir dan perilaku siswa melalui keteladanan dan pembiasaan nilai.

Dalam konteks FOMO, guru menjadi figur penting yang menunjukkan bahwa eksistensi diri tidak harus diukur melalui validasi digital. Keteladanan guru dalam menggunakan media sosial secara sehat dan tidak berlebihan memberikan gambaran nyata kepada siswa tentang perilaku digital yang seimbang. Teori belajar sosial Bandura mendukung hal ini, di mana peserta didik meniru perilaku figur otoritatif yang dihormati. Oleh karena itu, ketika guru menunjukkan perilaku digital yang sehat, siswa lebih mudah membentuk kebiasaan serupa.

Guru PPKn juga membimbing siswa untuk memahami bahwa identitas diri tidak boleh ditentukan oleh tren digital. Guru mengajak siswa melakukan refleksi diri tentang kebiasaan digital mereka, menilai apakah perilaku tersebut sehat atau hanya mengikuti tekanan sosial. Pendekatan reflektif ini memungkinkan siswa menyadari bahwa perasaan tertinggal sering kali berasal dari kebutuhan akan pengakuan sosial. Sejalan dengan Rosjayani & Tang (2024:85), FOMO adalah bentuk kecemasan sosial yang muncul ketika individu merasa hidupnya tidak sebaik orang lain di media sosial. Melalui pembinaan karakter, guru membantu siswa membangun konsep diri yang lebih sehat dan tidak bergantung pada dunia maya.

2. Guru sebagai Fasilitator Literasi Digital dalam Mengurangi Risiko FOMO

Guru PPKn di SMAN 1 Kutambaru secara aktif berperan sebagai fasilitator literasi digital dengan mengembangkan kemampuan siswa dalam memahami, menganalisis, dan mengolah informasi digital. Literasi digital bukan sekadar kemampuan teknis mengoperasikan perangkat, tetapi juga mencakup kemampuan etis dan kritis dalam menggunakan teknologi. Menurut Sugiyarti & Patmisari (2024:90), literasi digital merupakan elemen penting dalam membangun masyarakat yang cerdas dan kritis terhadap arus informasi.

Guru memberikan pembelajaran berbasis analisis konten viral, hoaks, dan fenomena media sosial yang relevan dengan kehidupan siswa. Dengan menganalisis konten viral, siswa diajak menilai dampak psikologis yang mungkin timbul, termasuk perasaan tidak aman dan kecemasan yang terkait dengan FOMO. Ketika siswa memahami bahwa konten di media sosial sering kali tidak mencerminkan realitas, mereka dapat mengurangi ketergantungan emosional terhadap media sosial.

Selain itu, guru meminta siswa menilai fungsi, motif, dan dampak dari tren media sosial. Contohnya, siswa diminta mengevaluasi apakah tren tertentu memberikan manfaat atau hanya mendorong perilaku konsumtif dan tidak sehat. Proses ini membangun pemahaman bahwa tidak semua tren harus diikuti, dan perlu adanya filter personal dalam menerima informasi. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip literasi digital yang dikemukakan UNESCO, yaitu kemampuan untuk mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menciptakan konten digital secara bijaksana.

Dengan meningkatnya literasi digital, siswa lebih mampu mengidentifikasi manipulasi informasi yang memicu FOMO. Mereka juga mulai menyadari bahwa tren digital sering didorong oleh algoritma yang sengaja dirancang untuk menahan perhatian pengguna. Hal ini memperkuat argumen bahwa literasi digital adalah strategi penting dalam

mengurangi FOMO, sebagaimana disampaikan oleh Ningtyas & Wiyono (2020:418), bahwa kecerdasan dalam membaca informasi digital berperan besar dalam mencegah tekanan sosial.

3. Penguatan Elemen Bernalar Kritis: Strategi Paling Dominan dalam Mengatasi FOMO

Temuan penelitian menegaskan bahwa penguatan elemen **Bernalar Kritis** merupakan strategi paling dominan dan efektif dalam mencegah fenomena FOMO pada siswa. Guru PPKn memfasilitasi berbagai kegiatan pembelajaran yang melibatkan analisis, evaluasi, dan refleksi terhadap fenomena digital. Menurut Kemdikbudristek (2022:30), elemen bernalar kritis dalam Profil Pelajar Pancasila mengharuskan peserta didik untuk mencari informasi, memverifikasi sumber, dan membangun argumentasi berdasarkan bukti.

Guru menerapkan metode belajar berbasis kasus, debat, dan refleksi kritis, sehingga siswa terbiasa mengkritisi fenomena viral tanpa mudah terpengaruh oleh tekanan sosial digital. Misalnya, ketika guru menampilkan konten viral yang berpotensi memicu rasa iri atau rendah diri, siswa diminta untuk mengidentifikasi pesan tersirat, menganalisis motif pembuat konten, dan mengevaluasi dampaknya terhadap kesehatan mental.

Melalui proses ini, siswa menyadari bahwa banyak konten digital telah melalui proses kurasi, editing, dan manipulasi, sehingga tidak mencerminkan kehidupan nyata. Kesadaran ini membuat siswa lebih rasional dalam menanggapi informasi dan tidak mudah merasa “tertinggal”. Pendekatan ini sejalan dengan pendapat Ningtyas & Wiyono (2020:418), bahwa kemampuan berpikir kritis berperan besar dalam mengurangi kecemasan digital.

Penguatan bernalar kritis juga mendorong siswa memahami bahwa hidup tidak harus selalu terlihat “sempurna” seperti yang ditampilkan di media sosial. Kesadaran bahwa media sosial adalah ruang representasi, bukan

realitas penuh, menjadi fondasi penting dalam mencegah FOMO.

4. Peran Guru sebagai Motivator dalam Membangun Kontrol Diri Siswa

Guru PPKn juga berperan sebagai motivator yang menguatkan kemampuan pengendalian diri (*self-regulation*) siswa terhadap penggunaan media sosial. Pengendalian diri merupakan faktor penting yang menentukan apakah seseorang mudah terpengaruh oleh tekanan sosial digital. Ayun & Sokip (2024:65) menyatakan bahwa kemampuan mengelola diri adalah kunci untuk menghindari kecemasan sosial, termasuk FOMO.

Guru memberikan bimbingan praktis seperti cara mengatur waktu penggunaan gawai, membuat batasan digital, dan memprioritaskan aktivitas akademik. Melalui tugas refleksi, siswa diminta untuk menuliskan pola penggunaan media sosial dan menilai apakah kebiasaan tersebut produktif atau tidak. Hasil refleksi menunjukkan bahwa banyak siswa yang awalnya tidak menyadari bahwa mereka sudah menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk mengikuti tren digital.

Guru juga memberikan motivasi secara emosional dengan mengedepankan nilai percaya diri, kebahagiaan autentik, dan pentingnya fokus pada pengembangan diri. Ketika siswa memahami bahwa penghargaan diri tidak harus datang dari dunia maya, mereka lebih mampu menahan dorongan berlebihan untuk mengikuti tren digital yang memicu FOMO.

5. Integrasi Pembelajaran Kontekstual PPKn untuk Mengaitkan Materi dengan Kehidupan Digital

Pembahasan juga menunjukkan bahwa guru PPKn telah berhasil mengintegrasikan pembelajaran kontekstual sebagai upaya pencegahan FOMO. Guru mengaitkan materi seperti norma, nilai-nilai Pancasila, hak dan kewajiban, serta etika digital dengan fenomena media sosial yang dialami siswa. Hal ini

selaras dengan gagasan Darwis (2020:82), bahwa pembelajaran PPKn harus bersifat kontekstual agar dapat membekali siswa menghadapi perubahan sosial yang cepat.

Misalnya, ketika membahas norma sosial, guru mengaitkan topik tersebut dengan perilaku sopan santun dalam komentar media sosial. Saat membahas tanggung jawab sebagai warga negara, guru mengaitkannya dengan tanggung jawab etis dalam membagikan informasi. Pendekatan ini membuat pembelajaran lebih relevan dan membantu siswa memahami nilai-nilai moral dalam konteks kehidupan digital mereka.

Dampaknya, siswa mampu melihat bahwa FOMO adalah fenomena yang perlu ditangani dengan nilai-nilai Pancasila seperti rasa kemanusiaan, keadilan, kedisiplinan, dan gotong royong. Pemahaman nilai ini menjadi fondasi penting agar siswa tidak mudah terjerat perilaku impulsif yang dipicu media sosial.

IV. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) memiliki peran strategis dalam membantu siswa menghadapi tantangan digital, khususnya fenomena Fear of Missing Out (FOMO). Guru PPKn berperan sebagai pendidik nilai, fasilitator literasi digital, pembimbing kemampuan bernalar kritis, serta motivator pengendalian diri siswa. Melalui pendekatan pembelajaran kontekstual yang mengaitkan materi PPKn dengan realitas digital

sehari-hari, guru mampu menanamkan pemahaman yang lebih mendalam kepada siswa mengenai dampak perilaku digital impulsif serta pentingnya bersikap selektif terhadap arus informasi media sosial. Penguatan elemen bernalar kritis terbukti menjadi strategi yang paling efektif dalam membantu siswa mengurangi kecemasan digital dan mendorong mereka untuk memahami bahwa tren media sosial tidak selalu mencerminkan realitas.

Selain itu, kolaborasi antara guru, sekolah, dan orang tua turut memperkuat usaha pembentukan karakter digital siswa agar mereka mampu mengelola penggunaan teknologi dengan bijaksana. Dengan demikian, pembelajaran PPKn tidak hanya berfungsi sebagai penyampai teori kewarganegaraan, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter dan etika digital yang relevan dengan kehidupan generasi muda di era modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayun, Q., & Sokip, S. (2024). Pendekatan Psychological Well-Being dalam Mengatasi Masalah Fearing of Missing Out (FOMO) Pada Fase Dewasa Awal. *Journal of Social Science and Multidisciplinary Analysis*, 1(3), 57-69.
- Darwis, A. (2020). *Pendidikan Karakter: Konsep, Strategi, dan Implementasi Komprehensif*. Banyumas: Pena Persada.
- Rosjayani, A. P., & Tang, M. (2024). Fenomena Mahasiswa Terhadap Sindrom Fear of Missing Out. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(5), 4284-4298.
- Ningtyas, R. F. A., & Wiyono, B. D. (2020). Studi Mengenai Kecanduan Internet Dan Fear of Missing Out (FOMO) Pada Siswa Di SMK Negeri 1 Driyorejo. *Journal Unesa*, 1(1), SSSQ1
- Musanna, A., & Basiran, B. (2023). Tugas, Peran, Dan Fungsi Guru Dalam Pendidikan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 683-690.
- Kemdikbudristek. (2022). *Dimensi, Elemen, dan Subelemen Profil Pelajar Pancasila Pada Kurikulum Merdeka*. Jakarta: Kemdikbudristek.
- Kusumawati, W. (2022). Peran Guru Dalam Penanaman Karakter Religius Melalui Kegiatan Keagamaan Pada Siswa Kelas III MI Darul Ulum Ngaliyan Semarang Tahun Pelajaran 2022/2023. *Thesis. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*.
- Sugiyarti, S., & Patmisari, P. (2024). Peran Guru PPKn dalam Implementasi Profil Pelajar Pancasila Dimensi Bernalar Kritis. *Jurnal Metaedukasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(1), 1-7.