

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan pesat dalam teknologi digital yang terus meningkat telah menimbulkan dampak yang sangat penting, terutama pada cara seseorang berkomunikasi, berinteraksi, dan mendapatkan informasi. Salah satu bentuk dari berkembangnya teknologi yaitu media sosial, yang kini sudah digunakan oleh hampir seluruh kalangan di masyarakat. Pengguna media sosial aktif di Indonesia mencapai 167 juta pada Januari 2023, atau 60% dari total populasi (Semadi, 2024). Ini menunjukkan bahwa media sosial sudah menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan generasi muda dan mahasiswa.

Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat intelektual idealnya mampu menjadi pengguna digital yang bijak dan bertanggung jawab dalam memanfaatkan teknologi. Sebagai calon pendidik dan agen perubahan sosial, mahasiswa dituntut untuk tidak hanya aktif dalam menggunakan media sosial, tetapi juga mampu menunjukkan etika digital, kesadaran privasi, serta kemampuan berpikir kritis terhadap informasi yang diterima. Namun dalam kenyataannya, masih banyak mahasiswa yang menggunakan media sosial secara berlebihan terhadap isu-isu yang sedang tren, tanpa menelaah terlebih dahulu sumber dan kebenaran informasi tersebut. Hal tersebut memperlihatkan bahwa tingkat literasi digital yang dimiliki belum sepenuhnya mendukung sikap bijak dalam penggunaan media sosial.

Mahasiswa sebagai kelompok sosial yang identik dengan keterbukaan terhadap teknologi dan informasi, menjadi pengguna aktif berbagai media digital seperti TikTok, Youtube, Instagram, WhatsApp, X (Twitter) dan lain sebagainya. Peran media sosial tidak hanya sebagai alat untuk berkomunikasi, melainkan juga bisa menjadi rujukan untuk mendapat suatu informasi, hiburan, dan cara untuk pengembangan diri. Meskipun demikian, penggunaan media sosial secara berlebihan bisa berdampak pada kondisi psikologis tertentu. Salah satu peristiwa yang muncul di antara pengguna media sosial aktif, khususnya di kalangan mahasiswa, adalah *Fear of Missing Out* (FoMO), yaitu rasa kecemasan atau

ketakutan karena merasa ketinggalan informasi, tren, maupun kegiatan yang sedang dilakukan orang lain.

Stillman & Stillman (2018), dalam (Prajn et al., 2023) menegaskan bahwa generasi Z memiliki kekhawatiran besar terhadap ketinggalan informasi atau rasa takut dianggap tidak eksis. Przybylski (2013), dalam (Yusra & Napitupulu, 2022) mendefinisikan FoMO sebagai sebuah situasi kecemasan, ketidaknyamanan, dan ketakutan yang berlebihan saat seseorang merasakan bahwa orang lain melakukan berbagai aktivitas yang lebih berhasil dari dirinya sendiri. Peristiwa tersebut menyebabkan seseorang terdorong untuk terus terhubung dan mengawasi berbagai kegiatan sosial yang dikerjakan orang lain supaya dirinya merasa tidak tertinggal. Temuan Baker *et al.* (2016), dalam (Zahroh, 2022) juga menunjukkan bahwa mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi ternama dengan latar belakang budaya yang beragam mengalami FoMO akibat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi.

Fenomena tersebut terlihat jelas juga di kalangan mahasiswa. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa Pendidikan Masyarakat, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa terlihat menggunakan media sosial, seperti Instagram, TikTok, ataupun WhatsApp, pada saat proses perkuliahan sedang berlangsung. Berdasarkan hasil wawancara singkat dengan beberapa mahasiswa, diketahui bahwa sebagian besar mereka membuka berbagai *platform* media sosial berkali-kali dalam sehari, bahkan sejak bangun tidur hingga menjelang tidur malam. Beberapa mahasiswa juga mengungkapkan bahwa mereka dapat mengakses media sosial seperti TikTok hingga lima kali dalam sehari, Instagram bisa tujuh hingga sembilan kali, dan Youtube hampir setiap waktu senggang. Selain itu, sebagian mahasiswa menyatakan bahwa mereka merasakan ketidaknyamanan apabila tidak mengakses media sosial dalam sehari, bahkan muncul perasaan gelisah ketika tidak mengetahui informasi terbaru di lingkungan digital.

Kecenderungan perilaku tersebut menunjukkan adanya tanda-tanda FoMO yang cukup tinggi, di mana mahasiswa memiliki dorongan untuk tetap mengikuti dan memantau aktivitas sosial orang lain dengan menggunakan media sosial. Hal

tersebut diperkuat oleh pernyataan bahwa terdapat beberapa mahasiswa yang merasa kehilangan fokus saat mengerjakan tugas akademik karena mereka lebih sering memeriksa media sosial mereka. Ada pula yang menganggap bahwa media sosial justru membantu mencari informasi akademik, meskipun tidak jarang mereka mengaksesnya secara berlebihan dan tidak bisa mengatur waktu.

Selain itu, perkembangan teknologi digital yang pesat juga menghadirkan tantangan baru bagi mahasiswa dalam mengatur waktu dan perhatian mereka. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi seringkali membuat mahasiswa terjebak dalam konsumsi informasi secara berlebihan, sehingga mengurangi fokus pada tugas akademik maupun kegiatan produktif lainnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa penguasaan teknologi saja tidak cukup, melainkan perlu diimbangi dengan kemampuan untuk mengatur diri sendiri dan memanfaatkan teknologi secara efektif.

Dalam konteks pendidikan, dampak FoMO dapat berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola informasi digital. Banyak mahasiswa yang bergantung pada internet dan teknologi digital dalam menyelesaikan tugas akademik, namun masih terdapat mahasiswa cenderung mengambil informasi mentah dari situs web atau *Artificial Intelligence* (AI) tanpa memverifikasi kebenarannya. Hal tersebut mengindikasikan bahwa tingkat kemampuan literasi digital mahasiswa belum sepenuhnya optimal dan masih perlu ditingkatkan.

Lebih jauh, dalam konteks mahasiswa Pendidikan Masyarakat, kemampuan literasi digital memiliki peran yang signifikan dalam menumbuhkan kesadaran kritis terhadap informasi yang beredar di dunia maya. Literasi digital tidak hanya membantu mahasiswa dalam mengenali konten yang valid dan terpercaya, tetapi juga mendorong kemampuan untuk menghindari penyebaran informasi yang tidak terverifikasi serta praktik penggunaan media sosial yang dapat menimbulkan dampak negatif.

Nyatanya, penting sekali bagi para pelajar untuk memiliki kemampuan literasi digital agar mereka mampu untuk mengakses, memahami, menilai, serta memanfaatkan informasi di media digital secara bijak dan tepat. Paul Gilster (1997), dalam (Syafrial, 2023) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan literasi

digital adalah keterampilan yang dimiliki oleh individu untuk bisa memahami dan memanfaatkan informasi dari beragam jenis, yang bersumber dari beragam media digital dan hanya bisa dijangkau melalui perangkat komputer. Sementara itu, Hague (2013), dalam (Ririen & Daryanes, 2022) menegaskan bahwa kemampuan literasi digital tidak sekadar terbatas keterampilan teknis, namun juga mencakup kemampuan untuk menggunakan, menganalisis dan menilai informasi dengan memanfaatkan teknologi digital.

Dalam konteks akademik, kemampuan literasi digital sangat penting untuk membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan sikap bertanggung jawab dalam menggunakan media sosial. Hal tersebut mengacu pada penelitian yang telah dilakukan oleh Bawden (2001), Eshet-Alkalai, Chajut (2010), serta Tirado Morueta *et al.* (2018), dalam (Rosalina *et al.*, 2021) menunjukkan bahwa tingkat literasi digital seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan sosial demografis. Mahasiswa dengan kemampuan tingkat literasi digital baik lebih mampu membedakan informasi yang benar dari yang salah serta bisa memanfaatkan media sosial untuk kegiatan yang positif seperti belajar, berinteraksi, atau mencari pengalaman. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat literasi digital yang rendah cenderung memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap penggunaan media sosial secara berlebihan, terpapar penyebaran informasi palsu, serta kecenderungan FoMO.

Kondisi tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Talwar *et al.* (2019) dan Pundir *et al.* (2020), dalam (Cahya Namira *et al.* 2023) yang menyatakan bahwa perilaku menyimpang dalam penggunaan internet, seperti penyebaran hoaks, dapat dihubungkan dengan fenomena psikologis manusia, yaitu FoMO. Seseorang dengan kemampuan literasi digital yang rendah cenderung lebih bergantung tinggi terhadap media sosial dan sulit mengendalikan aktivitasnya di media digital. Penelitian Beyens *et al.* (2016), dalam (Rahmawati, 2024) juga menunjukkan bahwa FoMO berpotensi menimbulkan perasaan cemas, takut dan khawatir, sehingga hal tersebut menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan lingkungannya, menciptakan keterkaitan yang baik dengan setiap orang di sekitar, dan juga menerima dirinya sendiri.

Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa FoMO tidak hanya dipengaruhi oleh faktor teknologi, tetapi juga oleh faktor psikologis seperti regulasi diri dan *self-esteem*. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara literasi digital dan FoMO tidak bersifat sederhana, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan.

Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan antara literasi digital, *Fear of Missing Out* (FoMO), dan perilaku penggunaan media sosial, namun menunjukkan hasil yang beragam. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa literasi digital berperan sebagai faktor protektif yang dapat menekan perilaku negatif di media sosial, seperti penyebaran hoaks dan kecenderungan FoMO. Di sisi lain, terdapat temuan yang menunjukkan bahwa literasi digital juga berkaitan dengan meningkatnya intensitas penggunaan media sosial, yang berpotensi memperkuat keterlibatan individu dalam lingkungan digital.

Berdasarkan hal tersebut, terlihat adanya ketidakonsistenan hasil penelitian serta dinamika yang belum sepenuhnya terjelaskan mengenai hubungan antara literasi digital dan *Fear of Missing Out* (FoMO), khususnya pada mahasiswa sebagai pengguna aktif media sosial. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara literasi digital dan tingkat FoMO pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang spesifik mengenai keterkaitan antara kemampuan digital dan kondisi psikologis dalam konteks kehidupan akademik mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil analisis dan penjelasan latar belakang yang telah disampaikan sebelumnya, penulis telah merumuskan masalah untuk penelitian ini. Rumusan masalah yang dimaksud adalah bagaimana hubungan antara literasi digital dengan tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat?

1.3 Definisi Operasional

Untuk mengatasi terjadinya kesalahan dalam mendefinisikan secara operasional istilah-istilah penelitian, berikut ini adalah pembahasan definisi operasional yang peneliti berikan:

1.1.1 Literasi Digital

Literasi digital ialah kemampuan seseorang dalam menggunakan atau memanfaatkan media digital secara bijak, yang mencakup kemampuan dalam mencari, memahami, memilah, serta menyaring berbagai informasi yang diperoleh dari media digital. Berdasarkan kondisi di lapangan, masih ditemukan mahasiswa yang menggunakan media sosial secara kurang bijak, seperti mengambil informasi dari internet atau *Artificial Intelligence* (AI) tanpa melakukan verifikasi terhadap kebenaran sumber, serta belum mampu membedakan informasi yang valid dan tidak valid. Selain itu, sebagian mahasiswa juga menunjukkan kurangnya sikap kritis dalam menanggapi informasi yang beredar di media sosial.

Oleh karena itu, secara operasional dalam penelitian ini, literasi digital tidak hanya dilihat sebagai konsep, tetapi diukur melalui kemampuan mahasiswa dalam mencari informasi, memahami isi informasi, mengevaluasi kebenaran, serta bersikap kritis dan bijak dalam menggunakan media sosial.

1.1.2 *Fear of Missing Out* (FoMO)

Fear of Missing Out (FoMO) ialah sebuah situasi dimana seseorang merasakan perasaan cemas, takut dan khawatir berlebih karena individu merasa tidak mengamati perkembangan informasi maupun aktivitas yang berlangsung di media sosial. Dalam penelitian ini, permasalahan *Fear of missing Out* (FoMO) dilihat dari perilaku nyata mahasiswa dalam penggunaan media sosial. Masih terdapat mahasiswa yang menunjukkan kecenderungan untuk terus-menerus membuka media sosial dalam frekuensi yang tinggi, bahkan tanpa tujuan yang jelas. Selain itu, mahasiswa juga terkadang merasa gelisah atau tidak nyaman ketika tidak dapat mengakses media sosial, serta memiliki dorongan yang kuat untuk selalu mengetahui aktivitas orang lain. Dalam beberapa kasus, hal ini menyebabkan mahasiswa sulit mengontrol penggunaan media sosial, bahkan ketika sedang belajar atau melakukan aktivitas penting lainnya.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial tidak lagi sekadar untuk kebutuhan informasi, tetapi sudah dipengaruhi oleh perasaan cemas dan takut tertinggal, yang menjadi ciri dari FoMO. Oleh karena itu, secara operasional dalam penelitian ini, FoMO diukur melalui kecenderungan mahasiswa

dalam frekuensi membuka media sosial, perasaan gelisah saat tidak terhubung, serta kemampuan dalam mengontrol diri saat menggunakan media sosial.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi digital terhadap tingkat *Fear of Missing Out (FoMO)* pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat.

1.5 Manfaat Penelitian

1.1.3 Manfaat Teoretis

Harapannya penelitian ini bisa memberikan kontribusi tambahan pada literatur terkait literasi digital, FoMO, serta hubungan keduanya dalam konteks penggunaan dan pemanfaatan media sosial di kalangan mahasiswa. Sehingga, hasil yang diharapkan dari penelitian dapat menjadi tambahan referensi ilmiah yang bermanfaat bagi pengembang kajian di bidang pendidikan, psikologi, dan studi media sosial.

1.1.4 Manfaat Akademik

Harapannya penelitian ini bisa menjadi rujukan akademik bagi mahasiswa, dosen, serta penelitian selanjutnya dalam mengkaji fenomena literasi digital dan FoMO. Di samping itu, hasil dari penelitian ini dapat menambah materi ajar, penelitian berikutnya, serta pengembangan keilmuan dalam bidang pendidikan masyarakat dan literasi digital.

1.1.5 Manfaat Praktis

- a. Berdasarkan hasil dari temuan penelitian ini harapannya bisa menjadi acuan untuk para mahasiswa, khususnya mahasiswa Pendidikan Masyarakat, agar dapat meningkatkan literasi digitalnya sehingga mampu menggunakan dan memanfaatkan media digital secara lebih bijak supaya terhindar dari perilaku FoMO.
- b. Memberikan masukan bagi pendidik dan perguruan tinggi dalam merancang program literasi digital yang relevan dengan kebutuhan mahasiswa.

- c. Mendorong pemanfaatan media sosial, secara positif, edukatif, dan produktif sebagai bagian dari penguatan literasi digital mahasiswa.