

## PERAN GURU PPKn DALAM MENCEGAH SINDROM FoMO MELALUI PENGUATAN PROFIL PELAJAR PANCASILA ELEMEN BERNALAR KRITIS DI MTsS AL WASHLIYAH 27 FIRDAUS

Arinda Risna Cherylia Siregar<sup>1</sup>, Abdinur Batubara<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Medan, Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia  
e-mail: <sup>1</sup>arindarsiregar2511@mhs.unimed.ac.id, <sup>2</sup>abdinurbatubara@unimed.ac.id

### Abstrak

Dalam penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana peran guru PPKn dalam mencegah sindrom FoMO melalui penguatan profil pelajar pancasila elemen bernalar kritis. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Metode penelitian kualitatif yakni metode yang berdasarkan filsafat postpositivisme, dipakai guna meneliti pada kondisi obyek alamiah. *Research* kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Hasil *research* menjelaskan bahwasanya melalui penguatan profil pelajar Pancasila dapat mencegah terjadinya Sindrom FoMO. Penguatan Profil Pelajar Pancasila bagi Guru PPKn yakni konsep perencanaan pembelajaran yang mengarah terhadap pembentukan nilai-nilai Pancasila. Kemudian memanfaatkan media sosial dan teknologi sebagai alat edukasi kepada siswa mengenai dampak negatif akan Sindrom FoMO dan bagaimana nilai-nilai Pancasila dapat membantu mereka menghadapi permasalahan FoMO. Dengan memberikan penguatan profil pelajar Pancasila elemen bernalar kritis dalam setiap metode pembelajaran yang digunakan dapat memastikan bahwa siswa selalu diajak untuk berpikir mendalam dan kritis.

**Kata Kunci:** Peran Guru PPKn, Sindrom FoMO, Profil Pelajar Pancasila

### Abstract

*The aim of this research is to determine the role of PPKn teachers in preventing FoMO syndrome by strengthening the profile of Pancasila students with critical reasoning elements. The method used in this research is descriptive qualitative. Qualitative research methods are methods based on postpositivism philosophy, used to research the conditions of natural objects. Qualitative research emphasizes meaning rather than generalizations. The research results explain that strengthening the student profile of Pancasila can prevent the occurrence of FoMO Syndrome. Strengthening the Pancasila Student Profile for PPKn Teachers, namely planning learning concepts that lead to the formation of Pancasila values. Then use social media and technology as a tool to educate students about the negative impacts of FoMO Syndrome and how Pancasila values can help them face FoMO problems. By strengthening the Pancasila student profile, critical reasoning elements in every learning method used can ensure that students are always invited to think deeply and critically.*

**Keywords:** *The Role of Civics Teachers, Syndrome FoMO, Pancasila Student Profile*

## PENDAHULUAN

Guru berperan sebagai salah satu indikator penting dalam keberhasilan peserta didik menepuh pendidikan (Utami and Suyato 2018). Peran guru PPKn juga melibatkan pembentukan karakter peserta didik melalui pengajaran nilai-nilai kewarganegaraan, seperti demokrasi, keadilan, toleransi, dan kebersamaan. Guru berfungsi sebagai model dan fasilitator dalam membangun pemahaman siswa tentang prinsip – prinsip moral dan etika yang mendasari kewarganegaraan yang baik (Prastowo and Setyowati 2022). Pada dunia pendidikan peran pendidik amat penting dalam mencetak murid yang handal. PPKn juga merupakan bidang studi yang menuntut akan hal tersebut sehingga guru PPKn harus bisa menghasilkan lulusan peserta didik yang berkualitas. Namun pada saat ini tidak dapat dipungkiri bahwa arus globalisasi memberikan berbagai dampak dalam kehidupan. Era globalisasi saat ini diiringi dengan

kemajuan teknologi informatika yang amat cepat, menjadikan peserta didik enggan ketinggalan berita. Handphone serta perangkat media sosial lainnya, seakan tidak pernah lepas dari genggamannya ataupun yang biasa kita dengan *Fear Of Missing Out* (FoMO) (Pudjiastuti 2020). FoMO ialah suatu kecemasan yang sering terjadi pada generasi milenial, karena mereka setiap harinya berusaha menjadi yang pertama untuk mencari tahu semua informasi yang update.

Begitu juga dengan salah satu sekolah yang berada di Kabupaten Serdang Bedagai tepatnya di kecamatan Sei Rampah yaitu MTsS Al Washliyah 27 Firdaus, dimana peneliti melakukan observasi awal dengan mewawancarai guru PPKn serta memberikan google form untuk diisi peserta didik kelas IX. Dimana setelah mewawancarai guru PPKn tersebut beliau mengatakan bahwa peserta didik rata-rata memainkan handphone selama 6 jam dalam satu hari, beliau juga mengatakan bahwa peserta didik sangat bergantung akan handphone dimana dapat dilihat mereka selalu aktif dalam media sosial dan mengikuti trend yang sedang terjadi. Peserta didik juga merasakan perasaan cemas atau gelisah jika belum mengecek media sosial yang mereka miliki.

FoMO mempunyai pengaruh yang amat penting pada kehidupan individu. Dampak ini bisa positif ataupun negatif, bergantung pada seseorang itu menanggapinya. Dampak positif yang diperoleh itu misalnya mempunyai banyak teman yang baru di media sosial serta mudah memperoleh berita terbaru setiap harinya yang bisa memperluas informasi dan pengetahuan seseorang.

Tentu permasalahan ini bukanlah masalah yang sederhana peran guru yakni suatu peran yang perlu untuk menangani permasalahan yang sedang terjadi akibat mengalami FoMO yaitu guru dapat mencegah dengan penguatan pembelajaran profil pelajar Pancasila elemen bernalar kritis. Penguatan profil pelajar Pancasila sebagai elemen bernalar kritis dapat menjadi strategi efektif dalam mencegah sindrom FoMO. Pancasila, menjadi dasar negara Indonesia yang mengandung nilai-nilai luhur bisa mewujudkan karakter serta kepribadian seseorang yang tangguh. Salah satu nilai Pancasila yang relevan adalah gotong royong, yang mengajarkan pentingnya kerjasama dan solidaritas dalam menjalani kehidupan sosial (Lilihata et al. 2023). Melalui pengajaran profil pelajar Pancasila dengan elemen bernalar kritis guru PPKn dapat memberikan fondasi yang kokoh bagi siswa untuk mengatasi sindrom FoMO dengan mengembangkan sikap yang lebih positif pada diri mereka sendiri serta orang lain, serta memahami pentingnya kesetiaan pada nilai-nilai yang lebih bermakna daripada sekadar popularitas atau prestasi pribadi.

## **METODE**

Berkaitan dengan tujuan penelitian ialah untuk memberikan gambaran peran guru dalam mencegah sindrom FoMO melalui penguatan profil pelajar Pancasila elemen bernalar kritis di MTs Al Washliyah 27 Firdaus. Secara obyektif, maka jenis *research* ini adalah deskriptif. *Research* deskriptif yakni *research* yang berupaya membagikan deskripsi yang sistematis serta cermat pada fakta yang aktual serta pada sifat populasi tertentu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah kualitatif. Metode penelitian kualitatif yakni metode yang berdasarkan filsafat *postpositivisme*, dipakai guna meneliti pada kondisi obyek alamiah. *Research* kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Sugiyono 2017).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Peran Guru PPKn Dalam Penguatan Profil Pelajar Pancasila Mencegah Terjadinya Sindrom FoMO**

Menurut Sabrina dalam (Sanjani 2020) Guru yakni pemegang peranan utama pada kegiatan pembelajaran. Proses belajar mengajar ialah sebuah aktivitas yang memuat serangkaian tindakan pendidik serta murid ataupun dasar hubungan timbal balik yang berlangsung pada kondisi edukatif guna menggapai tujuan. Seorang pendidik mempunyai berbagai tugas bila diklasifikasikan tugas pendidik yakni tugas pada bidang profesi, tugas kemanusiaan serta tugas pada bidang kemasyarakatan. Tugas pendidik pada proses pembelajaran mencakup tugas paedagogis serta tugas administrasi. Tugas paedagogis yakni tugas membimbing serta memimpin. 1. Tugas pendidik menjadi profesi mencakup mengajar, mendidik, serta melatih. Mendidik maknanya meneruskan serta mengembangkan nilai-nilai hidup. Mengajar maknanya meneruskan serta mengembangkan keterampilan – keterampilan terhadap murid. 2. Tugas pendidik bidang kemanusiaan disekolah haruslah bisa membuat dirinya menjadi orang tua kedua. Ia haruslah bisa menarik simpati agar ia sebagai idola para muridnya.

Dalam Profil Pelajar Pancasila ada enam profil yang haruslah ditingkatkan pendidik agar mewujudkan karakter peserta didik. Pertama, bernalar kritis pendidik haruslah mampu membagikan materi yang menarik serta berlandaskan penyelesaian permasalahan. Semuanya kuat hubungannya pada kepandaian akademik (*kognitif*) murid. Kedua, kemandirian, yakni pendidik haruslah memotivasi serta membagikan dorongan terhadap murid agar murid bisa memajukan kepandaiannya. Ketiga, yakni kreatif, pendidik haruslah membentuk model belajar yang kreatif serta inovatif agar merangsang murid agar berkreasi. Keempat, gotong-royong, pendidik haruslah melibatkan murid agar berkolaborasi pada orang lain serta bisa bekerjasama

dengan tim. Kelima, berkebinekaan global, pendidik haruslah mengajarkan rasa cinta tanah air serta menanamkan murid supaya mencintai keberagaman budaya, agama serta ras di Indonesia. Keenam, berakhlak mulia. Pada hal ini pendidik haruslah sebagai contoh serta panutan untuk menata spiritualitas, moralitas, serta etika murid (Rofi 2020).

Suatu bentuk ideal pada penguatan Profil Pelajar Pancasila bagi Guru PPKn yakni berupa perencanaan konsep pembelajaran yang mengarah terhadap pembentukan nilai-nilai Pancasila. Sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama guru PPKn strategi pembelajaran yang digunakan untuk memperkuat pemahaman siswa terhadap nilai-nilai Pancasila yaitu dengan melakukan proyek dan kegiatan kolaboratif seperti mengadakan kampanye kesadaran di sekolah tentang pentingnya bernalar kritis dan memilih informasi yang bermanfaat, seperti pentingnya mengharagi diri sendiri dan orang lain tanpa terpengaruh oleh media sosial. Kemudian memanfaatkan media sosial dan teknologi sebagai alat edukasi kepada siswa mengenai dampak negatif akan Sindrom FoMO dan bagaimana nilai-nilai Pancasila dapat membantu mereka menghadapi permasalahan FoMO. Dengan memberikan penguatan profil pelajar Pancasila elemen bernalar kritis dalam setiap metode pembelajaran yang digunakan dapat memastikan bahwa siswa selalu diajak untuk berpikir mendalam dan kritis.

### **Upaya Guru PPKn dalam Mengatasi Sindrom FoMO**

Upaya mengatasi sindrom FoMO pada siswa MTsS Al Washliyah 27 Firdaus yaitu dengan menggunakan pembelajaran PPKn dengan pendekatan pembelajaran kreatif dan interaktif merupakan inisiatif yang penting di tengah perkembangan teknologi informasi yang amat cepat. Dengan memanfaatkan pendekatan pembelajaran kreatif dan interaktif, guru PPKn dapat menghadirkan materi-materi yang relevan dan mendalam tentang penggunaan media sosial, serta dampaknya terhadap psikologi dan perilaku individu, termasuk sindrom FoMO. Melalui diskusi, simulasi, dan permainan peran, siswa dapat lebih aktif terlibat dalam memahami konteks dan implikasi dari FoMO pada kehidupan sehari-hari mereka. Pada pelajaran ini, murid diundang agar berdiskusi, berdebat, serta menyampaikan pendapat secara terbuka, sehingga menciptakan lingkungan yang inklusif dan responsif terhadap perbedaan. Selain itu, pembelajaran PPKn dengan pendekatan kreatif dan interaktif membuat siswa merasakan secara langsung nilai-nilai kewarganegaraan yang diajarkan dalam konteks kehidupan nyata (Meani et al. 2024).

Guru PPKn memberikan tugas proyek kolaboratif di mana siswa harus mengeksplorasi topik FoMO, melakukan wawancara, mengumpulkan data, dan menyusun laporan. Tugas proyek kolaboratif siswa dapat mencegah terjadinya Sindrom FoMO bisa melibatkan beberapa kegiatan yang mengarahkan mereka untuk fokus pada pengembangan keterampilan sosial,

pemikiran kritis dan pemahaman yang lebih mendalam tentang media sosial. Tugas proyek yang diberikan oleh guru PPKn yaitu kampanye kesadaran media sosial, dimana siswa bekerja dalam kelompok untuk membuat kampanye yang meningkatkan kesadaran tentang negatif FoMO dan penggunaan media sosial yang bijak. Langkah-langkah membuat kampanye pertama melakukan penelitian tentang FoMO dan dampaknya, setelah itu membuat poster lalu mengadakan diskusi kelas.

Gejala FoMO yang terjadi dapat di cegah dengan cara penyembuhan;

#### 1. Meningkatkan Kesadaran Diri

Menyadari bahwa perasaan cemas atau takut tertinggal adalah wajar, tetapi tidak perlu selalu ditanggapi dengan tindakan yang impulsif. Melatih mindfulness dan refleksi diri dapat membantu.

#### 2. Hargai diri sendiri

Hidup memiliki banyak manfaat. Rasa percaya diri kita dapat meningkat dengan fokus pada apa yang sedang dilakukan dan dinilai. Allah selalu mengingatkan kita untuk tetap teguh, jangan berputus asa, dan terus berjuang untuk menciptakan moralitas yang baik. Jangan menyalahkan hidup yang singkat ini dengan merasa selalu kurang.

#### 3. Mengurangi Penggunaan Media Sosial

FoMO sering kali dipicu oleh media sosial. Mengurangi waktu yang dihabiskan di media sosial atau melakukan detoks digital secara berkala dapat membantu mengurangi perasaan tertinggal.

#### 4. Memperkuat Koneksi Sosial yang Nyata

Menjaga hubungan dengan orang-orang di sekitar secara langsung, bukan hanya melalui media sosial, dapat membantu mengatasi perasaan kesepian yang sering memicu FoMO.

#### 5. Ubah Persepsi

Banyak peneliti yang menyebutkan bahwasannya *fear of missing out* itu merupakan salah satu bentuk pemikiran distorsi. Pemikiran yang menyimpang merupakan jenis pemikiran yang dapat menyebabkan depresi dan gangguan jiwa lainnya. Misalnya, Anda mungkin mengira teman Anda akan membicarakan kekurangan Anda saat mereka pergi tanpa Anda. Untuk mengubah pikiran menyimpang menjadi pikiran positif, Anda mungkin diminta mengambil langkah tambahan. Jika diperlukan, Anda bisa "berpuasa" di jejaring sosial untuk sementara waktu. Hal ini dapat menghindarkan pikiran dari memikirkan hal-hal negatif yang tidak penting (Taswiyah 2022).

## SIMPULAN

Era globalisasi saat ini diiringi dengan kemajuan teknologi informatika yang amat cepat, menjadikan peserta didik enggan ketinggalan informasi. Pada perkembangan klasifikasi gangguan pemakaian internet muncul pada gejala baru yang dikatakan dengan FoMO. FoMO ialah suatu kecemasan yang sering terjadi pada generasi milenial, karena mereka setiap harinya berusaha menjadi yang pertama untuk mencari tahu semua informasi yang uptodate. Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah terjadinya Sindrom yaitu melalui pembelajaran PPKn dengan pendekatan pembelajaran kreatif dan interaktif merupakan inisiatif yang penting di tengah perkembangan teknologi informasi yang amat cepat. Dengan memanfaatkan pendekatan pembelajaran kreatif dan interaktif, guru PPKn dapat menghadirkan materi-materi yang relevan dan mendalam tentang penggunaan media sosial, serta dampaknya terhadap psikologi dan perilaku individu, termasuk sindrom FoMO. Gejala FoMO yang terjadi juga dapat di cegah dengan cara penyembuhan 1. Meningkatkan Kesadaran Diri, 2. Hargai diri sendiri, Hidup memiliki banyak manfaat, 3. Mengurangi Penggunaan Media Sosial 4. Memperkuat Koneksi Sosial yang Nyata, 5. Ubah Persepsi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Lilihata, Sarah, Santhalia Rutumalessy, Natanel Burnama, Stela I Palopo, and Agustina Onaola. 2023. "Penguatan Profil Pelajar Pancasila Dimensi Kreatif Dan Bernalar Kritis Pada Era Digital." *Jurnal Pendidikan DIDAXEI* 4: 511–23. <https://e-journal.iaknambon.ac.id/index.php/DX/article/view/756/331>.
- Meani, Marly, Silalahi Gadis, Prasiska Sembiring, Nazlah Aulia, and Putri Widia. 2024. "Upaya Mengatasi Syndrom Fomo Pada Siswa SMP Negeri 8 Percut Sei Tuan Melalui Pembelajaran PPKn Dengan Pendekatan Pembelajaran Kreatif Dan Interaktif" 2 (2): 1220–25.
- Prastowo, Devina Safira, and Rr. Nanik Setyowati. 2022. "Strategi Guru Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan (PPKn) Dalam Mencegah Cyberbullying Di SMA Negeri 1 Sidoarjo." *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 11 (1): 206–21. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p206-221>.
- Pudjiastuti, Sri Rahayu. 2020. *Implementasi Nilai-Nilai Pancasila Di Era 4.0*.
- Rofi, Rudiawan. 2020. "Peran Guru Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan Dalam Penguatan Profil Pelajar Pancasila Di Sekolah."
- SANJANI, MAULANA AKBAR. 2020. "Tugas Dan Peranan Guru Dalam Proses Peningkatan Belajar Mengajar" 6 (1): 35–42.
- Sugiyono, D. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan*.
- Taswiyah, Taswiyah. 2022. "Mengantisipasi Gejala Fear of Missing Out (Fomo) Terhadap Dampak Sosial Global 4.0 Dan 5.0 Melalui Subjective Weel-Being Dan Joy of Missing Out (JoMO)." *Jurnal Pendidikan Karakter JAWARA (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel)* 8 (1): 103–19.
- Utami, Pratiwi Hestu, and Suyato. 2018. "Peranan Guru PPKn Sebagai Fasilitator Pendidikan

Politik Di SMK Piri 1 Yogyakarta.” *Jurnal Pendidikan Kewaraganeeraan Dan Hukum* 7 (1): 47–60.