

Edukasi Komunikasi Digital untuk Memangkas Budaya *FOMO* dan *Information Overload* di Lingkungan Pelajar

Miandhani Denniz Yuniar¹, Meli Firdausi Nazila², Ezar Amrullah³, Muhammad Ari Kurniawan⁴

^{1,2}Program Studi Ilmu Komunikasi, ^{3,4}Program Studi Teknik Industri, Universitas Selamat Sri, Jawa Tengah, Indonesia

 Email korespondensi: mdennizy@gmail.com

Submit : 18/06/2026 | Accept : 28/06/2026 | Publish : 30/06/2026

Abstract

This community service activity aims to enhance digital literacy and communication ethics to reduce the Fear of Missing Out (FOMO) culture and information overload among students. Using a Service Learning (SL) approach combined with Participatory Action Research (PAR), the activity at PKBM Kridatama Rowosari, Kendal Regency, involves 30 students as active co-creators. The program stages included partner problem analysis through Focus Group Discussions, interactive communication psychology training to manage digital anxiety and boost self-esteem, and participatory reflective evaluation. The results indicated a significant qualitative improvement in students' ability to filter information, manage emotions in social media usage, and adopt critical, healthy, and productive digital behavior. Furthermore, the initiative successfully formed a Peer Literacy Group as a sustainable social institution.

Keywords: Digital Literacy, FOMO, Information Overload, Service Learning, Communication Ethics

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi digital dan etika komunikasi guna mengurangi budaya *Fear of Missing Out* (FOMO) serta *information overload* di kalangan pelajar. Menggunakan pendekatan *Service Learning* (SL), kegiatan dilaksanakan di PKBM Kridatama Rowosari, Kabupaten Kendal, dengan melibatkan 30 siswa. Tahapan program meliputi analisis masalah mitra, pelatihan psikologi komunikasi untuk mengelola kecemasan digital dan *self-esteem*, serta evaluasi partisipatif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai saring informasi, pengolahan emosi dalam bermedia sosial, serta perubahan perilaku menuju penggunaan media sosial yang kritis, sehat, dan produktif yang dilakukan secara kualitatif.

Kata Kunci: Literasi Digital, FOMO, *Information Overload*, *Service Learning*, Etika Komunikasi

PENDAHULUAN

FoMO adalah fenomena yang semakin sering terjadi di kalangan remaja dalam era digital masa kini. Remaja rentan terhadap FoMO karena pengaruh media sosial, hasrat untuk terus terkoneksi dengan orang lain, kebutuhan akan pujian dan pengakuan, rendahnya kontrol diri serta perasaan takut melewatkan momen penting. Fenomena FoMO semakin menonjol dalam kehidupan sosial. FoMO merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan cemas dan takut tertinggal pengalaman, tren, atau momen penting yang dialami oleh orang lain. Perasaan ini sering muncul ketika individu melihat aktivitas orang lain di media sosial yang tampak lebih menarik, menyenangkan, atau lebih bermakna, sehingga memicu ketidakpuasan terhadap kehidupan diri sendiri. (Chyquitita, 2024) FoMO mendorong individu untuk terus mengikuti dan memantau aktivitas orang lain agar tidak merasa ketinggalan. Generasi muda, khususnya pada fase remaja akhir hingga dewasa awal, merupakan kelompok yang lebih rentan terhadap FoMO akibat tingginya intensitas penggunaan media sosial dan interaksi digital. Pada fase ini, individu terbiasa memanfaatkan media sosial sebagai sarana komunikasi, baik secara interpersonal maupun kelompok, serta untuk mengikuti informasi, tren, dan hiburan yang sedang populer.

Dampak FoMO dapat merugikan kesejahteraan emosional dan psikologis serta kerugian finansial akibat keinginan untuk melakukan sesuatu yang diluar kemampuan remaja oleh karena itu pemahaman tentang FoMO penting karena dapat membantu mengenali dan mengatasi perasaan tersebut dengan cara menghargai diri sendiri, membatasi penggunaan media sosial, membangun koneksi positif dengan orang lain dan mengubah persepsi terhadap orang lain, diri sendiri dan hubungan dengan orang lain. FoMO juga mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu. Penelitian menunjukkan bahwa FoMO dapat mempengaruhi pola konsumsi masyarakat, meningkatkan tekanan sosial, serta menurunkan kualitas hidup individu karena adanya dorongan untuk selalu terhubung dengan lingkungan sosial. Fenomena ini mempunyai banyak dampak negatif terhadap kehidupan, tidak hanya berdampak pada situasi keuangan individu, namun juga menciptakan tantangan sosial yang lebih besar, seperti tekanan untuk terus menerapkan gaya hidup konsumtif. (Chandradipta & Adi, 2025). Oleh karena itu, fenomena FoMO menjadi penting untuk dikaji karena tidak hanya berdampak pada meningkatnya penggunaan media sosial secara berlebihan, tetapi juga berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan dan ketidakpuasan terhadap kehidupan. Jika kondisi ini tidak ditangani, maka dapat mempengaruhi kualitas hidup generasi muda di era digital.

Sejalan dengan urgensi tersebut, fenomena FoMO pada remaja di era digital menunjukkan intensitas yang semakin meningkat seiring dengan tingginya penggunaan internet dan media sosial di Indonesia. Berdasarkan laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), penetrasi internet di Indonesia telah mencapai lebih dari 78% populasi, dengan kelompok usia remaja sebagai pengguna paling aktif, terutama dalam mengakses media sosial. Tingginya intensitas penggunaan ini mendorong remaja untuk terus terhubung secara daring dan memantau aktivitas orang lain. (Nafiah Lailatun, Syifa Aulia, Nadya Riza Nuraini Fashya, Syahbanu, 2026) Media sosial juga dapat memberikan dampak negatif kepada penggunanya seperti adanya rasa kegelisahan pada diri mereka ketika mereka mengecek media sosialnya dan melihat berbagai keseruan yang sedang dilakukan oleh teman-teman mereka, sehingga mereka tidak bisa untuk berhenti memantau aktivitas orang lain di media sosial. (Aisafitri & Yusriyah, 2021). Hal yang sama juga terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Trianti, berdasarkan hasil koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang

sangat signifikan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial. Berdasarkan hasil pengujian korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian “*Fear of missing out* berkorelasi positif dengan Kecenderungan kecanduan media sosial” diterima (Lay et al., 2023)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Masyitah dapat disimpulkan bahwa fenomena *fear of missing out* (FOMO) terjadi pada sebagian remaja muslim di Pekanbaru, Indonesia dan banyak dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki dan untuk mengatasi ketakutan atau FoMO tersebut, salah satu yang bisa dilakukan adalah dengan pendekatan pelatihan transpersonal, atau kegiatan keagamaan lain yang bersifat terapeutik, seperti shalat, tahajud, zikir dan muhasabah juga terdapat beberapa saran yang diberikan berdasarkan penelitian Masyitah, yaitu pemberian sosialisasi mengenai fenomena *fear of missing out* dan dampaknya terhadap remaja; bagi para orang tua untuk lebih memperhatikan anaknya yang berusia remaja dan agar bisa melakukan pencegahan terkait *fenomena fear of missing out* (FoMO), seperti proses pembelajaran remaja; bentuk komunikasi yang dilakukan remaja dengan temannya; maupun kekhawatiran yang dialami remaja. (Masyitah & Libbie Annatagia, 2022). Berdasarkan pada penelitian Linda, terdapat hubungan positif antara FoMO dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana. Semakin tinggi tingkat FoMO maka akan semakin tinggi pula tingkat kecenderungan kecanduan media sosial dan sebaliknya semakin rendah tingkat FoMO maka akan semakin rendah pula tingkat kecenderungan kecanduan media sosial. (Rahardjo & Soetjningsih, 2022)

Berdasarkan hasil penelitian dari Yusranida, mayoritas dari pengguna media sosial mengalami kecemasan, tekanan sosial, serta perilaku konsumtif akibat penggunaan media sosial yang berlebihan. Dampak FOMO tidak hanya bersifat psikologis, seperti peningkatan stres dan gangguan tidur, tetapi juga berpengaruh pada aspek sosial, akademik, dan finansial, termasuk kurangnya interaksi langsung, penurunan fokus belajar, serta kecenderungan boros dan berhutang demi mengikuti tren. Untuk mengatasi dampak negatif FOMO, penelitian tersebut merekomendasikan beberapa strategi, seperti fokus pada kelebihan diri sendiri, membatasi penggunaan media sosial, membangun koneksi sosial di dunia nyata, serta mengubah pola pikir agar lebih positif. Pendekatan Joy of Missing Out (JoMO) juga disarankan sebagai alternatif untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif dan mengurangi kecemasan akibat tekanan sosial di dunia digital (Yusranida Hidayati, 2025)

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa paparan konten digital melalui platform TikTok terbukti berpengaruh signifikan terhadap pembentukan sikap FOMO di kalangan mahasiswa. Mayoritas responden memberikan respons positif terhadap konten digital yang mampu menarik perhatian hingga mendorong tindakan, dengan desain visual yang menarik, kejelasan informasi, dan kemudahan mengingat tampilan iklan menjadi faktor utama yang membuat mahasiswa terpengaruh. Kondisi ini muncul karena media sosial menciptakan ilusi bahwa semua orang sedang bersenang-senang dan mendapatkan pengalaman berharga, yang memicu kecemasan dan perbandingan sosial yang tidak sehat. Konten digital tidak hanya mendorong minat beli dan memicu FOMO, tetapi juga menggerakkan mekanisme psikologis yang lebih dalam seperti *binge-scrolling* dan penurunan kesejahteraan psikologis, menciptakan paradoks di mana penggunaan media sosial yang intensif justru memperburuk kondisi mental mahasiswa (Harefa et al., 2026) pengembangan literasi digital kritis dan strategi regulasi diri agar dapat menggunakan teknologi lebih bijak, serta dukungan dari berbagai pihak untuk menciptakan ekosistem digital yang lebih sehat.

Literasi digital berkaitan dengan kemampuan untuk memahami informasi, mengevaluasi dan mengintegrasikan informasi tersebut dalam berbagai format yang disajikan dalam komputer, termasuk dapat mengevaluasi dan menafsirkan informasi secara kritis, selain itu menggunakan internet untuk keperluan pencarian informasi ilmiah terkait dengan kepentingan akademik berupa tugas perkuliahan, hasil penelitian, jurnal maupun artikel ilmiah. Internet sebagai media digital telah menawarkan berbagai macam kemudahan seiring perkembangan jaman. (Mulyani et al., 2023) Namun, tidak semua remaja memiliki kemampuan yang memadai untuk menyaring arus informasi yang begitu besar. Hal ini menyoroti kesenjangan yang jelas antara ketersediaan teknologi dan kemampuan remaja dalam mengelola informasi secara kritis. Pada penelitian sebelumnya mengenai dampak penggunaan media sosial TikTok terhadap rasa tidak aman di kalangan Generasi Z menguatkan teori penggunaan dan kepuasan, yang menyatakan bahwa pengguna, sebagai penikmat media sosial, berhak untuk membuat pilihan sendiri. Namun, kebijakan dan pentingnya makna dalam pilihan di media sosial, terutama TikTok, merupakan langkah yang tepat untuk mencegah rasa tidak aman (*insecure*) (Yuniar et al., 2025)

Selain itu, hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial, terutama Instagram dan TikTok, berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif remaja. Influencer ditemukan sebagai faktor paling dominan dalam mendorong perilaku konsumtif, diikuti iklan, tekanan sosial, konten promosi, dan kemudahan berbelanja online. Remaja muda berjenis kelamin perempuan cenderung lebih rentan terhadap pengaruh ini. (Dharma & Mesra, 2025). Pada penelitian sebelumnya didapatkan hasil hubungan positif yang menandakan bahwa semakin tinggi nilai intensitas penggunaan media sosial yang dimiliki oleh dewasa awal pengguna aktif media sosial, maka semakin tinggi pula nilai FoMO yang dimiliki. Hal ini berlaku pula sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan media sosial yang dimiliki oleh dewasa awal pengguna aktif media sosial, maka semakin rendah pula nilai skor FoMO yang dialaminya (Kusumaisna & Satwika, 2023) Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai literasi digital dan etika bermedia sosial kepada remaja, sehingga mereka mampu menjadi pengguna media yang cerdas, kritis, dan bertanggung jawab pada pelajar khususnya di wilayah Kendal. Fokus pengabdian kepada literasi digital kepada pelajar karena berdasarkan riset sebelumnya literasi digital di wilayah Kendal masih rendah dan membuktikan adanya indikasi pengaruh perilaku negatif hasil dari penggunaan media sosial yaitu *insecure* dan perilaku konsumtif, sehingga harapannya pelajar mampu mengubah perilaku negatif akibat dampak penggunaan social media menjadi pemanfaatan dan pengelolaan media sosial yang baik dan bermanfaat terkait edukasi dan cara menjaga keamanan data digital dan menjaga Kesehatan mental dari paparan media sosial yang berlebihan.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan pendekatan *Service Learning* (SL) yang menggabungkan pembelajaran akademis dengan pengabdian masyarakat. Pendekatan ini efektif meningkatkan kompetensi diri, empati, *self-esteem*, dan kecakapan pemecahan masalah sosial pada siswa (Sulaiman & Dewi, 2021) Kegiatan berlangsung di PKBM Kridatama Rowosari dengan sasaran 30 siswa. Pengabdian masyarakat ini menempatkan subjek dampingan yaitu 30 siswa serta tenaga pendidik di PKBM Kridatama Rowosari bukan sekadar sebagai objek penerima materi, melainkan sebagai mitra aktif (*co-creators*). Proses perencanaan dimulai dengan diskusi terpumpun (*Focus Group Discussion*) bersama pihak pengelola sekolah dan

perwakilan siswa untuk memetakan masalah utama terkait kecenderungan FOMO, *information overload*, serta pola penggunaan ponsel pintar di kelas. Tim Pengabdian dan pihak sekolah dilibatkan langsung sebagai panitia lokal yang bertugas mengkoordinasikan jadwal, menyiapkan sarana teknis, serta merumuskan aturan interaksi kelompok. Pelibatan aktif ini bertujuan menumbuhkan rasa kepemilikan (*sense of ownership*) terhadap program, meningkatkan empati, serta membangun *self-esteem* dan rasa tanggung jawab sosial siswa sejak tahap perencanaan hingga pelaksanaan.

Kegiatan ini menerapkan pendekatan **Service Learning (SL)** yang dipadukan dengan metode **Participatory Action Research (PAR)**. Strategi ini dipilih untuk menggabungkan pemahaman teoritis komunikasi digital dengan aksi nyata pemecahan masalah sosial di lingkungan sekolah. Pendekatan PAR dipilih karena berorientasi pada perubahan sosial dan melibatkan tim pengabdian, peserta sebagai mitra sejajar dalam siklus refleksi dan aksi. Integrasi dengan *Service Learning* memungkinkan kegiatan akademik dan pengabdian masyarakat berlangsung secara simultan, di mana peserta langsung menerima materi dari tim pengabdian berdasarkan kajian ilmu komunikasi digital yang dimiliki yang diimplementasikan secara langsung oleh peserta PKBM.

Pengumpulan data dan analisis situasi dilakukan melalui kombinasi observasi partisipatif dan analisis reflektif kelompok. Pengumpulan data dalam pengabdian ini dilakukan secara kualitatif partisipatif melalui dua teknik utama:

1. **Observasi Partisipatif:** Tim pengabdian mengamati secara langsung perilaku, interaksi, dinamika diskusi, serta tingkat keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung untuk menilai perubahan kesadaran dan etika digital mereka secara alami.
2. **Analisis Reflektif Kelompok:** Siswa diajak melakukan refleksi mandiri dan kelompok di akhir sesi untuk mengevaluasi pengalaman, kebiasaan bermedia sosial sebelum dan sesudah kegiatan, serta merumuskan pemahaman baru terkait pengelolaan FOMO dan *information overload*.

Tahapan-Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 1. Tahap Kegiatan Pengabdian Masyarakat

1. **Tahap 1 Analisis Masalah Mitra & Perencanaan:** Tim pengabdian bersama perwakilan PKBM Kridatama Rowosari melakukan asesmen kebutuhan melalui observasi partisipatif awal untuk mengidentifikasi tingkat keterpaparan siswa terhadap budaya FOMO dan *information overload* akibat penggunaan ponsel pintar. Hasil pengamatan dijadikan dasar

- penyusunan materi edukasi etika komunikasi digital.
2. **Tahap 2 Pelatihan & Pembekalan Interaktif:** Pelaksanaan sesi edukasi psikologi komunikasi dan literasi digital yang berfokus pada teknik memilah informasi valid, strategi mengelola kecemasan digital, serta etika berinteraksi di media sosial guna meningkatkan *self-esteem* peserta.
 3. **Tahap 3 Pendampingan & Evaluasi Refleksi:** Siswa mendemonstrasikan pemahamannya melalui simulasi penyaringan konten tutor sebaya di sekolah. Evaluasi dilakukan melalui analisis reflektif kelompok untuk mengukur sejauh mana terjadi pemahaman baru dan komitmen perubahan perilaku literasi digital pada peserta.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di PKBM Kridatama Rowosari, Kabupaten Kendal, dengan melibatkan 30 siswa sebagai subjek dampingan utama. Berdasarkan hasil observasi partisipatif dan analisis reflektif kelompok yang dilakukan sepanjang kegiatan, berikut adalah deskripsi dinamika proses pendampingan serta perubahan sosial yang terjadi:

1. Dinamika Proses Pendampingan

Proses pendampingan diawali dengan pemetaan kebiasaan siswa dalam menggunakan *smartphone* di lingkungan sekolah. Melalui pengamatan langsung (*observasi partisipatif*), tim pengabdian mendapati bahwa siswa sangat aktif menggunakan aplikasi media sosial seperti TikTok dan Instagram, namun cenderung rentan terpengaruh oleh konten provokatif, hoaks, dan tren konsumtif yang memicu rasa ketidakamanan (*insecure*). Pada tahap pelatihan psikologi komunikasi dan etika digital, siswa diajak berdiskusi secara interaktif mengenai cara memproses arus informasi yang melimpah (*information overload*) serta mengatasi kecemasan akibat takut tertinggal tren (*Fear of Missing Out/FOMO*).



Gambar 2. Pemaparan Penggunaan Smartphone



Gambar 3. Sharing Session dalam Penggunaan Smartphone

2. Hasil Analisis Reflektif

Pada akhir sesi, siswa melakukan refleksi bersama. Melalui analisis reflektif ini, siswa secara terbuka mengungkapkan kesadaran baru bahwa kebiasaan membandingkan diri dengan konten di media sosial menjadi penyebab utama menurunnya rasa percaya diri (*self-esteem*) mereka. Peserta juga mengakui pentingnya memiliki saringan informasi (*filter*) agar tidak mudah terjebak dalam disinformasi maupun gaya hidup konsumtif yang didorong oleh *influencer* dan iklan digital.



Gambar 4. Refleksi Bersama Tentang Konten Media Sosial

3. Kelompok Literasi Sebaya

Kegiatan ini menghasilkan perubahan kesadaran dan perilaku yang positif pada subjek dampingan. Siswa yang semula berperan sebagai pengguna pasif dan rentan kecemasan digital mulai menunjukkan sikap kritis dalam menyikapi setiap konten yang diterima. Sebagai tindak lanjut dan keberlanjutan program, terbentuk pranata sosial baru di lingkungan sekolah berupa **Kelompok Literasi Sebaya (Tutor Sebaya)**. Kelompok ini dipimpin oleh perwakilan siswa (*local leaders*) yang bertugas saling mengingatkan, memvalidasi informasi bersama, serta mendampingi rekan-rekannya dalam menjaga kesehatan mental dan etika berinteraksi di media sosial.



Gambar 5. Foto Bersama Kelompok Literasi Sebaya

DISKUSI

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di PKBM Kridatama Rowosari membuktikan bahwa pendekatan *Service Learning* (SL) yang dipadukan dengan *Participatory Action Research* (PAR) efektif mengubah cara pandang dan perilaku digital remaja. Sebelum intervensi dilakukan, mayoritas siswa menunjukkan gejala kecemasan digital akibat *information overload* dan terpengaruh oleh budaya FOMO yang memicu perilaku konsumtif serta penurunan rasa percaya diri (*insecure*). Temuan ini sejalan dengan pandangan Yuniar et al. (2025) yang

menekankan pentingnya kontrol kritis individu terhadap paparan media sosial seperti TikTok untuk meminimalisasi perasaan *insecure*.

Secara teoritis, intervensi psikologi komunikasi dan etika digital yang diberikan mampu memperkuat *self-esteem* peserta. Ketika remaja diberikan pemahaman mengenai mekanisme penyaringan informasi (*information filtering*), mereka tidak lagi memposisikan diri sebagai konsumen pasif, melainkan sebagai pengguna media yang berdaya. Hal ini mengonfirmasi *Uses and Gratifications Theory*, di mana audiens secara aktif memilih dan mengelola media untuk memenuhi kebutuhannya secara positif.

Selain itu, terbentuknya Kelompok Literasi Sebaya (*Peer Literacy Group*) menandai munculnya pranata sosial baru di lingkungan sekolah. Kehadiran *local leaders* dari kalangan siswa sendiri menjadi faktor kunci keberlanjutan program (*sustainability*). Rekan sebaya memiliki tingkat pengaruh emosional dan efikasi komunikasi yang lebih tinggi dalam memberikan dorongan positif serta saling memvalidasi informasi, sehingga mengurangi tekanan sosial akibat *influencer* dan tren konsumtif digital sebagaimana disinyalir oleh (Dharma & Mesra, 2025)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan etika komunikasi digital 30 siswa di PKBM Kridatama Rowosari, Kabupaten Kendal. Pendekatan *Service Learning* dan PAR terbukti transformatif dalam mengubah kebiasaan siswa dari pengguna media sosial pasif yang rentan terhadap kecemasan FOMO dan *information overload* menjadi pengguna yang kritis, bijak, dan produktif. Pembentukan Kelompok Literasi Sebaya menjadi keberhasilan utama sebagai wadah institusional lokal untuk menjaga keberlanjutan edukasi literasi digital di sekolah.

Rekomendasi:

1. **Bagi Pihak PKBM Kridatama Rowosari:** Diharapkan dapat mengintegrasikan modul literasi digital dan kesehatan mental secara berkala ke dalam kegiatan ekstrakurikuler atau jam pembinaan karakter.
2. **Bagi Tim Pengabdian Selanjutnya:** Perlu dilakukan pendampingan jangka panjang berbasis kuantitatif (*pre-test* dan *post-test*) untuk mengukur indeks literasi digital serta tingkat penurunan kecemasan psikologis siswa secara lebih presisi.

ACKNOWLEDGEMENTS

Tim Pengabdi mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Universitas Selamat Sri (UNISS)** yang telah memberikan dukungan moral, akademis, dan fasilitas pendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.
2. **Kepala Sekolah, Tenaga Pendidik, dan Staf PKBM Kridatama Rowosari, Kabupaten Kendal** atas keterbukaan, kerja sama, dan fasilitasi penuh sebagai mitra aktif (*co-creators*) sejak tahap perencanaan hingga evaluasi.
3. **Seluruh Siswa PKBM Kridatama Rowosari** yang telah berpartisipasi secara aktif dan antusias dalam seluruh rangkaian kegiatan dan pembentukan Kelompok Literasi Sebaya.

DAFTAR REFERENSI

- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). KECANDUAN MEDIA SOSIAL (FoMO) PADA GENERASI MILENIAL. *Jurnal Audience*, 4(01), 86–106. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>
- Chandradipta, V. T., & Adi, S. P. (2025). Pengaruh Fenomena FoMO terhadap Munculnya Gaya Hidup Konsumtif pada Masyarakat Indonesia. *Jurnal Dekonstruksi*, 11(04), 91–95.
- Chyquitita, T. (2024). Mengurai Fenomena FoMo dikalangan Remaja. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 3763–3771. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.7406>
- Dharma, A., & Mesra, R. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku Konsumtif di Kalangan Remaja Kota Pangkal Pinang. *Jurnal Masyarakat Digital*, 1(3), 124–136. <https://doi.org/10.64924/aj8jh180>
- Harefa, K., Butarbutar, R., & Tarigan, H. K. (2026). *Pengaruh Paparan Konten Digital terhadap Pembentukan Sikap Fomo Mahasiswa Universitas Palangka Raya*. 08(02), 420–430.
- Kusumaisna, K., & Satwika, Y. W. (2023). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Dewasa Awal Pengguna Aktif Media Sosial di Kota Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 749–764.
- Lay, T. A., Meiyuntariningsih, T., Ramadhani, H. S., & Psikologi, F. (2023). Kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja: Adakah peran fear of missing out? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 605–615.
- Masyitah, & Libbie Annatagia. (2022). Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Muslim di Pekanbaru Indonesia. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(3), 846–852. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.4885>
- Mulyani, L. S., Ardiana, C., & Mulyaningsih, S. (2023). Sosialisasi Literasi Digital Dalam Meningkatkan Keterampilan Penggunaan Media Digital Bagi Siswa SMPN I Limbangan Garut Pada Abad 21 Sesuai Dengan Profil Pelajar Pancasila. *Jurnal Pengabdian Literasi Digital Indonesia*, 2(2), 135–143. <https://doi.org/10.57119/abdimas.v2i2.74>
- Nafiah Lailatun, Syifa Aulia, Nadya Riza Nuraini Fashya, Syahbanu, D. H. A. (2026). *Strategies to Reduce Fear of Missing Out (FoMO) among Adolescents in the Digital Era Strategi Mereduksi Fear of Missing Out (FoMO) Pada Remaja di Era Digital*.
- Rahardjo, L. K. D., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 460–465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>
- Sulaiman, R. D. A., & Dewi, S. S. (2021). Penerapan Service-Learning untuk Meningkatkan Kompetensi Diri Mahasiswa. *JIKAP PGSD: Jurnal Ilmiah Ilmu Kependidikan*, 5(3), 615–621.
- Yuniar, M. D., Hanipah, A. H., & Amrullah, E. (2025). Analysis of Insecurity in Gen-Z Influenced by TikTok Social Media Use Based on the Theory of Uses and Gratifications. *Jurnal Ekonomi Dan Statistik Indonesia*, 5(2), 394–405. <https://doi.org/10.11594/jesi.05.02.15>
- Yusranida Hidayati, M. I. P. N. (2025). Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) di Era Digital: Studi tentang Dampaknya pada Gen Z. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 5, 1218–1228. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>