

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Produktivitas Mahasiswa

2.1.1 Definisi Produktivitas Mahasiswa

Definisi produktivitas sendiri lebih banyak dihubungkan dengan ranah ekonomi. Selain di ranah ekonomi, terdapat produktivitas dari sisi pendidikan. Konsep produktivitas dalam pendidikan berkaitan dengan keutuhan proses penataan dan penggunaan sumber daya untuk mencapai tujuan pendidikan secara efektif dan efisien (Widarto, 2017). Dalam konteks mahasiswa, maka konsep produktivitas yang dipakai untuk penelitian ini menggunakan definisi yang sudah ada dan disesuaikan untuk menjadi produktivitas mahasiswa.

Agar kemampuan pada individu, termasuk mahasiswa, dituangkan secara efektif dan efisien, maka individu perlu menggunakan energi penuh, mendedikasikan diri, dan konsentrasi pada tugas didampingi dengan pemikiran positif. Hal itu serupa dengan definisi *work engagement* (keterlibatan kerja). Teori milik Schaufeli dkk. (2006) selain digunakan untuk ranah pekerja sebagai mengukur produktivitas pekerja juga dapat digunakan untuk pelajar. Penelitian milik (Carmona-Halty dkk., 2019) menggunakan teori tersebut untuk menguji bagaimana teori milik Schaufeli dkk. (2006) dapat menguji *academic engagement* (keterlibatan akademik) pada mahasiswa dan hasilnya positif sehingga dapat digunakan dalam ranah mahasiswa.

Produktivitas mahasiswa jika diambil dari sisi akademik, dapat diukur dari *academic engagement* dari *work engagement* milik Schaufeli dkk. (2006). Alat ukur keterlibatan kerja sudah biasa digunakan untuk mengukur produktivitas pekerja (Mardiana & Wijono, 2023; Wahdiniawati dkk., 2023; Ihsan dkk., 2024). Karena keterlibatan kerja dapat digunakan di bidang akademik menjadi keterlibatan akademik, maka *academic engagement* dapat juga mengukur produktivitas pada mahasiswa.

Dalam proses pendidikan, Mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dasar dalam hal pengetahuan, kepandaian, dan sikap (Maslikhah dalam Asmawan, 2016). Tantangan besar yang dialami mahasiswa saat ini yaitu dorongan

kemampuan dalam hal kecerdasan intelektual (kognitif), keterampilan fisik (skill), dan kecerdasan emosional serta spiritual (karakter) yang kuat (Partawibawa dalam Manurung, 2017). Hal tersebut menandakan bahwa posisi mahasiswa kompleks karena dorongan-dorongan tersebut yang terjadi di saat peralihan mereka dari remaja menuju dewasa. Kesimpulan yang bisa diambil bahwa mahasiswa produktif merupakan mahasiswa yang menggunakan waktu sebaik mungkin untuk memperkaya diri secara akademis dan non akademis yang hasilnya menjadi manfaat bagi persiapan menjalankan peran di masa yang akan datang.

2.1.2 Dimensi Produktivitas Mahasiswa

Menurut Schaufeli dkk. (2006), keterlibatan akademik dapat mengukur produktivitas mahasiswa dan memiliki 3 dimensi:

1. Vigor

Merupakan tingkat semangat dan resiliensi mental individu ketika belajar, kesediaan untuk mempertaruhkan usaha dalam belajar, dan ketekunan meskipun mengalami kesulitan. *Vigor* dapat menciptakan individu lebih efektif dan efisien ketika menyelesaikan tugas dan belajar ketika di kelas.

2. Dedication

Mengacu kepada seberapa besar individu terlibat dalam mengikuti Pelajaran dan bagaimana perasaan yang dialaminya dirasakan secara signifikan, antusias, terinspirasi, dan tertantang.

3. Absorption

Bagian ini mengacu kepada konsentrasi penuh dan senang hati yang dialami individu ketika belajar yang merasa bahwa waktu berjalan cepat, sehingga individu tersebut sulit untuk melepas dirinya dari belajar. *Absorption* termasuk ke dalam komitmen individu ketika menjalani pembelajaran dan mendedikasikan dirinya untuk menyerap apa yang dipelajari di kelas.

2.1.3 Faktor-Faktor yang berkaitan dengan Produktivitas Mahasiswa

Dari berbagai literatur, terdapat faktor-faktor yang berkaitan dengan Produktivitas Mahasiswa, seperti:

1. Manajemen waktu

Manajemen waktu sangat membantu individu agar dapat membagi waktu dan pekerjaannya secara seimbang. Cara tersebut secara signifikan dapat membuat individu mendapatkan hasil pekerjaan yang terbaik, tidak memiliki tugas yang menumpuk, dan efisien dalam meneyejakan tugas satu dengan yang lain. Hal ini serupa dengan penelitian Adams dan Blair (2019) mengenai bagaimana hubungan *time management* dengan produktivitas mahasiswa dan hasil penelitiannya berkorelasi positif.

2. Motivasi

Motivasi secara jelas membantu individu untuk produktif. Hal itu sesuai dengan Pintrinch (dalam Steinmayr dkk. (2019) mengatakan bahwa kepercayaan individu terhadap motivasi yang didapati membuat mereka untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang dimiliki. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Gavín-Chocano dkk. (2024) mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara keterlibatan akademik dengan motivasi.

3. Kesehatan mental dan fisik

Dikutip dari WHO, kesehatan mental yang positif ditandai jika individu dalam keadaan sadar mengelola stres, menyelesaikan masalah tanpa merugikan orang lain dan individu itu sendiri, melakukan aktivitas sehari-hari yang berguna dan produktif, mampu ikut serta dalam lingkungan sosial juga kerja (Hosman, 1997; WHO, 2001; Jané-Llopis dkk., 2005). Selain itu juga, kesehatan fisik juga penting dalam aktivitas pada individu.

Selain kesehatan mental yang membantu produktivitas, kesehatan fisik juga membantu individu untuk produktif. Pada penelitian Nurmaela dkk. (2023) ditemukan bahwa kondisi fisik pada mahasiswa dapat mempengaruhi proses belajar yang merupakan salah satu produktivitas bagian akademik.

4. Keterampilan belajar akademik

Pembelajaran dengan menggunakan strategi belajar secara efektif membantu individu lebih efisien dalam membuat rencana belajar karena lebih mudah untuk memonitor, evaluasi dalam pembelajaran, menggunakan

kebutuhan/sumber daya yang dimiliki untuk lebih sadar dalam memecahkan masalah, dan tertantang untuk belajar lebih dalam dan lebih sulit (Şen & Yilmaz, 2016). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hayat dkk., 2020) bagaimana strategi belajar sebagai keterampilan belajar berhubungan dengan produktivitas mahasiswa.

5. Kehidupan sosial

Kehidupan sosial berpengaruh terhadap produktivitas mahasiswa. Hal itu dikarenakan interaksi sosial atau hubungan pertemanan memudahkan individu untuk merasa terbantu atau perasaan tertarik berupa rasa peduli dan kasih sayang, secara signifikan dapat membantu individu berhasil dalam proses pembelajaran di kampus (Hobfoll & Stokes dalam Mishra, 2020). Penelitian tersebut membuktikan bahwa kehidupan sosial berhubungan dengan produktivitas mahasiswa.

2.2 FoMO (Fear of Missing Out)

2.2.1 Definisi FoMO

Przybylski dkk. (2013) menyatakan bahwa FoMO adalah sebuah perasaan yang ditandai oleh keinginan agar tetap terhubung dengan aktivitas yang dilakukan orang lain agar tidak ketinggalan. Alt (2015) juga mempunyai definisi yang sama dengan Przybylski dkk. (2013) dengan perbedaan bahwa FoMO seharusnya tidak dianggap sebagai faktor umum, melainkan faktor multidimensi. Faktor multidimensi yang Alt (2015) maksud adalah *social engagement*, *news information engagement*, dan *commercial information engagement*.

Definisi yang diberikan oleh Przybylski dkk. menggambarkan reaksi atau sisi psikologis pada individu akan sesuatu yang menjadi minat umum. Sedangkan, Alt memberikan bagian FoMO dalam sisi sosial, berita, dan komersial yang masing-masing bagian tersebut disesuaikan dengan sisi psikologis menurut Przybylski dkk. Berdasarkan hal tersebut, definisi dan alat ukur milik Alt merupakan adaptasi dari milik Przybylski dkk. dengan 3 jenis target FoMO, yaitu *social FoMO*, *news FoMO*, dan *commercial FoMO*.

Wortham dalam Przybylski dkk. (2013) mengatakan, bahwa FoMO adalah sumber dari perasaan negatif atau bagian dari perasaan tertekan akibat merusak

perasaan ketika melihat seseorang telah membuat keputusan terbaik dalam hidupnya. Gezin dkk. (2017) menyebutkan bahwa kebanyakan tingkat usia yang memiliki FoMO tertinggi berusia 21 tahun sesuai dengan usia pada mahasiswa. Kemudian, FoMO dijelaskan sebagai suatu perasaan kehilangan dalam hidup ketika orang lain mengunggah kehidupannya di sosial media yang menjurus kepada penggunaan media sosial yang tidak sehat (Riordan dkk., 2020).

FoMO bukan hanya sebuah fenomena, melainkan konstruk kompleks yang memperlihatkan pribadi yang memiliki kecenderungan, tetapi kognisi khusus mengenai rasa takut kehilangan akan sesuatu yang terjadi dalam online (Wegmann dkk., 2017). Wegmann dkk. (2017) juga menambahkan bahwa terdapat 2 faktor yang mempengaruhi FoMO, yaitu Trait-FoMO (sifat FoMO yang ada pada individu) dan State-FoMO (kecenderungan seseorang terkena FoMO). Dapat disimpulkan bahwa FoMO merupakan perasaan individu yang tidak ingin ketinggalan dengan orang lain dan berharap dapat berada di situasi yang sama dengan orang tersebut.

2.2.2 Dimensi FoMO

Przybylski dkk., 2013, dimensi FoMO adalah sebagai berikut:

1. Social Anxiety

Kecemasan sosial mencakup rasa gelisah pada seseorang ketika merasa tertinggal atau ketinggalan dalam berinteraksi secara sosial. Individu tersebut menganggap hal tersebut sebagai pengalaman penting yang tidak boleh ditinggalkan.

2. Social Acceptable

Dimensi ini merupakan keinginan individu untuk diakui atau diterima oleh orang lain dalam kehidupan sosial mereka. Dorongan tersebut membuat individu terlibat aktivitas atau percakapan yang terkait atau *relate* dengan orang-orang di sekitarnya agar ia mendapatkan validasi dan berpengaruh bagi orang lain.

Alt (dalam Aurira dkk., 2023) memiliki dimensi yang sama dengan Przybylski dkk. dan menambahkan 3 jenis bentuk dimensi FoMO, yaitu:

1. Social engagement (social FoMO)

Social FoMO mengacu kepada *social engagement*, yaitu informasi yang dibagikan kepada individu atau informasi sosial yang tersebar di sekitar lingkungan individu tersebut, seperti teman dan keluarga, atau tersebar lewat media sosial, seperti *Facebook*, *Twitter* (nama sekarang X), dan *Whatsapp*.

2. *News information engagement (news FoMO)*

News FoMO berkaitan dengan *news information engagement*, yaitu aktivitas terhadap berita. Misalnya, reaksi dari peringatan atau mendapat *update* berita dari media sosial

3. *Commercial information engagement (commercial FoMO)*

Commercial FoMO mengacu kepada *commercial information engagement*, yaitu aktivitas mendapat atau berbagi *update* mengenai komersial. Misalnya, informasi terkait diskon/penjualan terbaru dan kupon yang tersebar melalui media sosial.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan FoMO

Beberapa literatur menjelaskan terdapat faktor-faktor yang berkaitan dengan FoMO, yaitu:

1. *Problematic Internet Use (PIU)*

Penggunaan internet bermasalah dikategorikan sebagai pemakaian yang dilakukan berulang dan berlebihan yang dampaknya merugikan. Bisa dikatakan seperti adiksi meskipun PIU tidak termasuk ke dalam bentuk diagnosa adiksi secara resmi seperti adiksi *internet gaming*. Elhai dkk. (2021) mengatakan bahwa sudah banyak penelitian yang membahas hubungan FoMO dengan PIU, termasuk penelitian terkait korelasi positif kegiatan sehari-hari yang terganggu/terdistraksi akibat notifikasi *smartphone*. Rozgonjuk dkk. (2019) juga perilaku pengguna jalan yang terdistraksi karena sedang menggunakan *smartphone* (Appel dkk., 2019).

2. *Negative affectivity (afeksi negatif)*

Afeksi atau perasaan negatif yang berkaitan dengan FoMO yaitu perasaan seperti kecemasan (*anxiety*). Penelitian terkait kecemasan dengan FoMO pernah dilakukan oleh Elhai dkk. (2021) dan berkorelasi positif.

Selain itu penelitian hubungan afeksi negatif dengan FoMO, seperti kaitannya dengan pengalaman membosankan (Wolniewicz dkk., 2020) dan gangguan atensi (Eastwood dkk., 2012).

3. *Perceived social support*

Penerimaan dukungan sosial mengacu kepada seberapa besar seseorang yakin bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial dan pengalaman mereka mendapat dukungan dari lingkup sosialnya (Kuru & Piyal dalam Dou dkk., 2023). Faktor tersebut sesuai dengan penelitian terkait penerimaan dukungan sosial dengan FoMO (Dou dkk., 2023).

4. *Life satisfaction*

Kepuasan hidup yang dialami individu juga termasuk kedalam kebutuhan dasar psikologis (*psychology needs*). Kaitan antara kepuasan hidup dengan FoMO berkolerasi negatif. Kaitan tersebut salah satunya dikarenakan bagaimana individu yang cenderung FoMO memiliki ketergantungan validasi eksternal yang berlebihan, sehingga individu tersebut merasa lebih bahagia setelah mendapatkan validasi dan pengakuan sosial (Oberst dkk., 2017). Hal ini sesuai dengan penelitian milik Izaguirre dkk. (2023) terkait bagaimana kepuasan hidup dan *school climate* dapat mempengaruhi performa akademik. Hasil penelitian tersebut menandakan bahwa penyesuaian psikologis dan kepuasan hidup penting untuk memaksimalkan performa di perkuliahannya.

2.3 Keterkaitan antara FoMO dengan Produktivitas Mahasiswa

Produktif saat ini adalah suatu kemampuan yang sangat diperlukan bagi individu, terutama mahasiswa. Hal itu dikarenakan mahasiswa berada pada fase dewasa awal, di mana waktu tersebut individu diharapkan dapat mengembangkan kemampuan kognitif, skill, dan relasi sosialnya. Produktivitas mahasiswa yang dapat dilakukan seperti mengikuti kegiatan akademik yang disediakan kampus, mengerjakan tugas tepat waktu, tergabung kegiatan ekstrakurikuler seperti UKM dan organisasi kampus, mengikuti kegiatan *volunteer* dan lain-lain. Selain itu, tugas

perkembangan yang dilewati mahasiswa juga merupakan waktu di mana proses penetapan pendirian hidupnya (Yusuf dalam Hulukati & Djibran (2018).

Produktivitas Mahasiswa dapat berubah karena beberapa pengaruh, seperti manajemen waktu, motivasi, kesehatan mental dan fisik, keterampilan belajar akademik, dan kehidupan sosial. Selain pengaruh di atas, terdapat pengaruh yang dapat mengganggu keseluruhan sehingga produktivitas yang dimiliki mahasiswa dapat menurun, yaitu penggunaan media sosial yang tinggi. Individu yang merupakan dewasa awal sedang berada pada fase penetapan pendirian dan proses adaptasi dengan berbagai kelompok sosial yang ia temui, sehingga media sosial sangat berhubungan erat dengan mahasiswa.

Penggunaan media sosial yang tinggi dapat mengganggu aktivitas dan merugikan individu. Hal yang merugikan individu seperti seseorang yang merasa gelisah, kesepian, dan sedih ketika tertinggal informasi atau pertemuan dengan keluarga, teman, dan orang-orang yang dianggap penting baginya. Ciri-ciri tersebut termasuk ke dalam fenomena FoMO. *Fear of Missing out* atau FoMo merupakan keinginan individu untuk tetap terhubung dan tidak tertinggal dengan orang lain (Przybylski dkk., 2013).

FoMO memiliki kaitan dengan beberapa faktor, yaitu penggunaan internet yang bermasalah, afeksi negatif, dukungan sosial, dan kepuasan hidup. Menurut (Nafisa & Salim, 2022), FoMO juga masuk ke dalam bagian dari kecemasan sosial yang merupakan hasil dari kemajuan informasi digital yang diperoleh dari internet maupun sosial media. FoMO yang merupakan sebuah perasaan takut seseorang terhadap ketinggalan oleh orang lain bisa jadi dapat mengganggu produktivitas seseorang, termasuk mahasiswa. Mahasiswa yang memerlukan konsentrasi dalam melakukan aktivitas yang bermanfaat seperti kuliah, mengikuti organisasi, dan lain-lain dapat terganggu selama memiliki kecenderungan FoMO. Misalnya, seorang mahasiswa akan merasa kesal jika temannya lebih dahulu mengetahui *update* terbaru, selalu mengecek notifikasi HP yang tidak berhubungan dengan akademis saat di kelas, maupun mencari *update* terbaru terkait promo, kupon, dan produk-produk yang tidak berhubungan saat proses belajar di kelas (Alt dalam Aurira dkk., 2023).

Selain itu, terdapat hal yang mengganggu produktivitas mahasiswa terkait FoMO. Pada penelitian terkait performa akademik, FoMO memiliki hubungan negatif dengan performa akademik. Mahasiswa yang cenderung berperilaku FoMO, mereka akan menggunakan *smartphone* sangat sering untuk mengakses sosial media dibandingkan menyelesaikan tugas akademiknya. Lalu, pada penelitian Rahayuningsih & Sumaryanti (2022), terdapat pengaruh *neuroticism* dengan FoMO pada mahasiswa yang berhubungan dengan bagaimana kestabilan emosional mahasiswa ketika menggunakan Instagram dan bagaimana dampak kehidupan perkuliahan yang dijalani.