

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diuraikan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara *Self-Esteem* terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) pada generasi Z pengguna media sosial TikTok, Artinya, semakin rendah *Self-Esteem* yang dimiliki siswa, semakin tinggi kecenderungan munculnya *Fear of Missing Out* pada dirinya, meskipun kekuatan hubungan ini tergolong lebih lemah dibandingkan variabel *Peer Pressure*.
2. Terdapat hubungan yang signifikan dan sangat kuat antara *Peer Pressure* terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO). Temuan ini menunjukkan bahwa *Peer Pressure* merupakan faktor yang paling dominan dalam memicu kecenderungan FOMO pada siswa, sehingga semakin tinggi tekanan yang dirasakan dari teman sebaya, semakin tinggi pula kecenderungan FOMO yang muncul.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dan sangat kuat antara *Self-Esteem* dan *Peer Pressure* secara bersama-sama terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO). Dengan demikian, ketiga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Secara umum, tingkat *Self-Esteem*, *Peer Pressure*, dan *Fear of Missing Out* (FOMO) pada responden berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas siswa belum berada pada tingkat FOMO yang mengkhawatirkan, tekanan dari lingkungan pertemanan tetap menjadi faktor risiko yang perlu mendapat perhatian, mengingat perannya yang jauh lebih dominan dibandingkan faktor harga diri dalam membentuk kecenderungan FOMO pada generasi Z pengguna TikTok.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa: disarankan untuk lebih selektif dalam mengikuti tren di media sosial TikTok dan berupaya membangun kepercayaan diri serta ketegasan sikap agar tidak mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya yang dapat memicu FOMO.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling: disarankan untuk mengembangkan program layanan bimbingan kelompok yang secara khusus menasar peningkatan kemampuan asertivitas dan pengelolaan tekanan sosial siswa, mengingat *Peer Pressure* terbukti menjadi faktor yang paling dominan memengaruhi FOMO.
3. Bagi Pihak Sekolah: disarankan untuk turut mendukung penyelenggaraan kegiatan yang dapat memperkuat iklim

pertemanan yang positif serta literasi digital siswa, sebagai upaya preventif dalam mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya: disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan beberapa hal berikut:

- a. memperluas cakupan sampel penelitian pada beberapa sekolah atau wilayah lain agar hasil penelitian lebih dapat digeneralisasikan;
- b. menambahkan variabel lain yang secara teoretis relevan, seperti *self-control*, kesepian, atau intensitas penggunaan media sosial, guna menjelaskan sisa variansi FOMO yang belum terungkap dalam penelitian ini.