

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Tingkat *self esteem* Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2021-2022 terdistribusi sebagai berikut : 16 Mahasiswa 12% memiliki tingkat *self esteem* sangat rendah, 21 Mahasiswa 16% memiliki tingkat *self esteem* rendah, 50 Mahasiswa 38% memiliki tingkat *self esteem* sedang, 42 Mahasiswa 32% memiliki tingkat *self esteem* tinggi, dan 3 Mahasiswa 2% memiliki tingkat *self esteem* sangat tinggi. Disimpulkan secara umum *self esteem* Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2021-2022 berada pada kategori sedang.
2. Tingkat *fear of missing out FOMO* Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2021-2022 terdistribusi sebagai berikut : 14 Mahasiswa 11% memiliki tingkat *FOMO* sangat rendah, 27 Mahasiswa 20% memiliki tingkat *FOMO* rendah, 42 Mahasiswa 32% memiliki tingkat *FOMO* sedang, 46 Mahasiswa 35% memiliki tingkat *FOMO* tinggi, dan 3 Mahasiswa 2% memiliki tingkat *FOMO* sangat tinggi. Disimpulkan secara umum *FOMO* Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2021-2022 berada pada kategori tinggi.
3. Hasil uji hipotesis antara variabel *Self Esteem* dengan *Fear Of Missing Out (FOMO)*. didapatkan taraf signifikan 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel *Self Esteem* dengan *Fear Of Missing Out (FOMO)*. Sehingga H_a pada penelitian ini diterima dan H_0 ditolak. Dengan arah korelasi bernilai positif ditunjukkan oleh 50 angka +0.700 yang memiliki interpretasi bahwa apabila variabel *Self Esteem* tinggi maka *Fear Of Missing Out (FOMO)* juga akan tinggi, dan sebaliknya apabila variabel *Self Esteem*

rendah maka *Fear Of Missing Out (FOMO)* juga akan rendah. Sedangkan tingkat kekuatan korelasi korelasi (r) hitung antara *Self Esteem* rendah dengan *Fear Of Missing Out (FOMO)* sebesar 0.700 hal ini menunjukkan bahwa adanya tingkat hubungan yang kuat antara *Self Esteem* rendah dengan *Fear Of Missing Out (FOMO)*.

B. Saran

Merujuk pada temuan dan analisis yang telah dilakukan saran dari peneliti yaitu :

1. Untuk tempat penelitian, disarankan agar dapat melakukan penyuluhan atau kegiatan yang dapat memberikan motivasi kepada mahasiswa terkait kebijakan dalam menggunakan media sosial khususnya instagram.
2. Untuk Mahasiswa, disarankan agar selalu memperhatikan self esteem serta menggunakan sosial media dengan bijak.

Untuk peneliti selanjutnya, agar mengkaji lebih banyak referensi yang berkaitan dengan tema penelitian atau dapat pula menggunakan alternatif lain yang digunakan untuk menurunkan *fear of missing out (FOMO)* dikalangan Mahasiswa dalam penggunaan instagram.