

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada remaja pengguna Tiktok Blok C Taman Ciruas Permai, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian variabel *self diagnosis*, sebanyak 2 remaja pengguna Tiktok (2%) memiliki tingkat self diagnosis sangat rendah, 29 remaja pengguna Tiktok (27%) memiliki tingkat *self diagnosis* rendah, 45 remaja pengguna Tiktok (41%) memiliki tingkat self diagnosis sedang, 21 remaja pengguna Tiktok (19%) memiliki tingkat self diagnosis tinggi, dan 12 remaja pengguna Tiktok (12%) memiliki tingkat self diagnosis yang sangat tinggi. Sesuai dengan persentase data diatas, bahwasannya remaja pengguna Tiktok Blok C Taman Ciruas Permai memiliki tingkat *self diagnosis* yang sedang, dengan memiliki persentase paling besar.
2. Berdasarkan hasil penelitian variabel kecemasan, sebanyak 9 remaja atau 8% yang berada pada kategori sangat rendah, 25 remaja atau 23% yang berada pada kategori rendah, 34 remaja atau 31% yang berada pada kategori sedang, 36 remaja atau 33% yang berada pada kategori tinggi, dan yang terakhir 5 remaja atau 5% yang berada pada kategori sangat tinggi. Sesuai dengan persentase data diatas tingkat kecemasan remaja pengguna tiktok di Taman Ciruas Permai ada pada kategori tinggi, karena memiliki persentase yang tinggi.
3. Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson Product Moment pada 109 responden menunjukkan nilai $r_{xy} = -0,651$ dengan $P\text{-value} = 0,000$. Karena $p < 0,05$ dan $r_{xy} (-0,651)$ lebih besar dibandingkan $r_{tabel} (0,1865)$, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan *antara self-diagnosis* dengan kecemasan pada remaja pengguna Tiktok di Blok C Taman Ciruas Permai. Dengan nilai r_{xy} yang berada pada rentang 0,600–0,799, tingkat hubungan dapat dikategorikan kuat. Artinya, semakin tinggi kecenderungan remaja melakukan *self diagnosis*, semakin rendah tingkat kecemasannya. Sebaliknya, semakin rendah *self diagnosis*, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dialami.

B. Saran

Dalam suatu penelitian, peneliti dituntut untuk memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, lembaga, komunitas, maupun pihak-pihak yang berkaitan dengan penelitian tersebut. Setelah menyelesaikan pembahasan rumusan masalah dalam penelitian ini, peneliti menyampaikan sejumlah saran sebagai masukan untuk penelitian selanjutnya, antara lain:

1. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan untuk lebih aktif dalam mendampingi anak-anak saat menggunakan media sosial, khususnya Tiktok. Dalam hal ini, peran orang tua memberikan pemahaman mengenai penggunaan media sosial perlu diperhatikan secara lebih bijak. Adanya fasilitas Wifi disetiap rumah menjadi pengingat bagi orang tua untuk memperketat pengawasan pada anak dalam bermedia sosial. Karena apabila lalai, anak-anak dapat dengan mudah mendapatkan informasi-informasi yang dijadikan cermin untuk membandingkan kondisi dirinya dengan informasi tersebut, yang dikenal sebagai *self diagnosis*. Hal ini yang akhirnya menjadi penyebab terjadinya kecemasan pada remaja yang melakukan *self diagnosis*.

2. Bagi Remaja

Akses informasi yang sangat luas dan konten yang beragam di Tiktok, dapat menjadi salah satu pendorong remaja untuk melakukan *self diagnosis*. Tingkat kepercayaan terhadap konten juga yang dilihat serta kurangnya literasi kesehatan mental juga memperbesar peluang munculnya kecemasan. Remaja yang terlalu sering melakukan *self diagnosis* cenderung mengalami kecemasan, baik dalam kategori rendah, sedang, maupun tinggi, tergantung pada intensitas perilaku, dan cara memaknai informasi yang didapatkan.

Untuk mengurangi kecemasan, peneliti menyarankan untuk menyaring informasi lebih kritis, membatasi penggunaan Tiktok, serta tidak menjadikan konten Tiktok sebagai acuan informasi untuk menilai kondisi yang sedang dirasakan baik psikologis ataupun fisik. Segera datang atau hubungi tenaga profesional untuk membantu menangani dan memperjelas informasi yang diinginkan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas oleh responden dan variabel. Oleh karena itu, disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan responden dengan jumlah yang lebih besar serta penambahan variabel lain yang lebih relevan dengan studi sehingga dapat menghasilkan penelitian dan data yang komprehensif