

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Intensitas Menonton Tiktok terhadap Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Generasi Z di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang”, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Intensitas Menonton Tiktok pada Gen Z di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan membuka aplikasi Tiktok lebih dari tiga kali. Dapat dilihat dari rata-rata yang didapat dari pernyataan tersebut mendapatkan nilai sebesar 3,82. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan Tiktok sudah menjadi bagian dari aktivitas harian Gen Z di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang.
2. Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Gen Z di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang juga teridentifikasi pada sebagian besar responden. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai rata-rata sebesar 2,88. Menunjukkan bahwa sebagian besar responden kadang-kadang merasa perasaan nyaman dan cemas terkait keterhubungan dengan informasi dan aktivitas di Tiktok. Meskipun tidak semua responden mengalami FoMO secara intens, kecenderungan tersebut tetap terlihat dalam perilaku penggunaan media sosial.
3. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara intensitas menonton Tiktok terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Gen Z di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang. Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $7,079 > 0,660$ ), dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Koefisien korelasi sebesar 0,668 menunjukkan hubungan yang kuat dan searah antara kedua variabel. Sementara itu, koefisien determinasi sebesar 33,8%, mengindikasikan bahwa intensitas menonton Tiktok mampu

menjelaskan sebesar 33,8% variasi perilaku FoMO, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pengembang ilmu pengetahuan, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memperkaya kajian tentang perilaku penggunaan media sosial, khususnya yang berkaitan dengan intensitas menonton Tiktok terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) di kalangan Generasi Z. Penelitian lebih lanjut di bidang komunikasi massa dan media sosial disarankan untuk mengkaji variabel lain yang mungkin memiliki hubungan lebih kompleks terhadap perilaku FoMO, seperti faktor kepribadian, tekanan sosial, atau jenis konten yang dikonsumsi.
2. Bagi individu atau pengguna Tiktok, khususnya Generasi Z, penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap dampak penggunaan media sosial yang berlebihan. Diharapkan individu dapat lebih bijak dalam mengatur waktu penggunaan Tiktok dan mengelola perasaan takut tertinggal informasi, sehingga mampu menjaga keseimbangan antara kehidupan digital dan kehidupan nyata.
3. Bagi praktis akademik dan peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar rujukan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO). Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor lain yang dapat memengaruhi FoMO, memperluas populasi penelitian, atau menggunakan metode penelitian yang berbeda untuk mendapatkan hasil yang komprehensif. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memakai pernyataan persetujuan, untuk memudahkan pengolahan dan interpretasi dari hasil analisis data.