

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen, dapat disimpulkan bahwa penggunaan TikTok memberikan dampak positif dan negatif yang berkaitan dengan munculnya gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa. Dampak positif terlihat dari bertambahnya wawasan dan pengetahuan mahasiswa melalui berbagai konten edukatif, informasi sosial dan politik, bisnis, kewirausahaan, *public speaking*, serta berbagai *tutorial* yang mendukung proses pembelajaran. Dampak tersebut membuat mahasiswa memperoleh pengetahuan baru, meningkatkan keterampilan, menumbuhkan rasa percaya diri, lebih aktif dalam organisasi, serta memiliki motivasi untuk mengembangkan diri.

Di sisi lain, penggunaan TikTok juga memberikan dampak negatif yang berkaitan dengan karakteristik gaya hidup *FoMO*. Mahasiswa menunjukkan keinginan yang kuat untuk selalu mengetahui informasi dan tren terbaru agar tidak merasa tertinggal dari orang lain. Selain itu, beberapa mahasiswa mengalami ketergantungan terhadap TikTok yang ditandai dengan penggunaan yang berlebihan, kesulitan mengontrol waktu, menurunnya fokus belajar, tertundanya penyelesaian tugas, berkurangnya kedisiplinan, serta menurunnya hasil akademik pada semester tertentu. Penggunaan TikTok juga mendorong

munculnya perilaku konsumtif akibat mengikuti tren yang sedang viral dan melakukan pembelian tanpa mempertimbangkan kebutuhan secara matang.

Gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa juga terlihat melalui kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain yang dilihat di TikTok. Dampak yang muncul berupa perasaan kurang percaya diri dan insecure pada sebagian mahasiswa, namun pada sebagian lainnya justru menjadi motivasi untuk mengembangkan kemampuan, meningkatkan kualitas diri, dan mempelajari bidang kewirausahaan. Dampak yang ditimbulkan tidak sama pada setiap mahasiswa. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh cara mahasiswa menggunakan TikTok, jenis konten yang diakses, serta kemampuan masing-masing dalam mengendalikan penggunaan media sosial. Sebagian mahasiswa mampu memanfaatkan TikTok sebagai sarana memperoleh informasi, menambah wawasan, dan mengembangkan keterampilan. Namun, sebagian lainnya lebih merasakan dampak negatif berupa ketergantungan pada media sosial, gangguan terhadap aktivitas akademik, perilaku konsumtif, serta perasaan kurang percaya diri akibat perbandingan sosial.

Dengan demikian, dampak penggunaan TikTok terhadap gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa Program Studi Kepemimpinan Kristen memberikan dampak yang berbeda-beda pada setiap mahasiswa, tergantung dari mahasiswa memanfaatkan dan mengelola TikTok secara bijaksana.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan media sosial termasuk TikTok secara bijak dan mampu mengontrol durasi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu aktivitas perkuliahan maupun kehidupan sehari-hari. Selain itu, mahasiswa dapat memanfaatkan TikTok untuk hal-hal yang lebih positif seperti mencari informasi, meningkatkan keterampilan, menambah wawasan, serta mengembangkan kreativitas dan potensi diri. Selain itu, mahasiswa juga dapat memanfaatkan TikTok sebagai media untuk mengembangkan kreativitas, membangun personal branding, serta mencari dan mempromosikan peluang usaha sehingga pengembangan jiwa kewirausahaan sebagai salah satu profil lulusan Program Studi Kepemimpinan Kristen.

2. Bagi Program Studi Kepemimpinan Kristen

Program Studi Kepemimpinan Kristen diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk memanfaatkan media sosial secara positif sebagai sarana pembelajaran, pengembangan keterampilan, dan penguatan literasi digital. Selain itu, program studi dapat memberikan edukasi mengenai penggunaan media sosial yang bijaksana untuk dimanfaatkan secara produktif dalam mendukung pengembangan kompetensi kepemimpinan, dan kewirausahaan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan fokus yang lebih luas mengenai penggunaan media sosial dan gaya hidup *FoMO* pada mahasiswa. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode atau objek penelitian yang berbeda agar memperoleh hasil yang lebih mendalam mengenai dampak media sosial terhadap kehidupan mahasiswa.