

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penggunaan media sosial Facebook memberikan pengaruh cukup besar terhadap kehidupan sosial dan akademik siswa kelas XI SMKN 4 Tana Toraja, dan dampak tersebut sangat ditentukan oleh sejauh mana masing-masing individu mampu menerapkan prinsip-prinsip *self-leadership* dalam keseharian mereka.

Ditinjau dari keenam aspek *self-leadership*, ditemukan bahwa sebagian informan sebenarnya telah mampu mengenali dampak negatif Facebook terhadap aktivitas mereka seperti tertundanya tugas, berkurangnya waktu belajar, dan terganggunya pola tidur, namun kesadaran ini tidak merata dan belum tentu mendorong perubahan perilaku yang nyata. Kelemahan paling mencolok tampak pada dimensi pengaturan diri, di mana tidak ada satu pun informan yang menerapkan batasan waktu penggunaan Facebook secara konsisten dan terstruktur. Kondisi ini diperparah oleh lemahnya motivasi diri, di mana sebagian besar informan menggunakan Facebook semata-mata untuk hiburan tanpa dorongan untuk memanfaatkannya secara produktif, serta penetapan tujuan yang mudah goyah sehingga sesuatu yang berasal dari luar seperti notifikasi lebih mengendalikan perilaku mereka dibandingkan prioritas akademik. Meskipun seluruh informan menunjukkan kemampuan

evaluasi diri dengan mengakui dampak negatif yang mereka rasakan, evaluasi tersebut belum ditindaklanjuti dengan tindakan perbaikan yang konsisten, yang mencerminkan kesenjangan antara kesadaran dan tindakan sebagai permasalahan utama. Secara keseluruhan, Facebook berdampak negatif terhadap kualitas interaksi sosial, pola komunikasi, dan produktivitas akademik siswa, terutama karena lemahnya penerapan self-leadership pada mayoritas informan. Siswa yang memiliki kemampuan self-leadership lebih tinggi terbukti lebih mampu menggunakan Facebook secara bijak dan menjaga keseimbangan antara kehidupan digital dan tanggung jawab nyata, sehingga temuan ini menegaskan bahwa self-leadership merupakan faktor kunci yang memoderasi hubungan antara penggunaan media sosial dan kualitas kehidupan sosial seseorang.

B. Saran

1. Saran bagi para pelajar

Pelajar perlu meningkatkan kesadaran diri, pengaturan diri, penetapan tujuan dan pengelolaan waktu secara aktif dengan jujur menilai seberapa besar dampak penggunaan Facebook terhadap pengembangan diri mereka. Kesadaran saja tidak cukup perlu diiringi dengan tindakan nyata seperti menetapkan batas waktu penggunaan media sosial setiap harinya. Disarankan juga untuk memanfaatkan fitur pengingat di ponsel sebagai alat bantu pengaturan diri.

2. Saran bagi Orang Tua

Orang tua perlu lebih aktif dalam memantau dan mendampingi anak dalam penggunaan media sosial, termasuk membuat kesepakatan bersama mengenai waktu dan tempat yang boleh digunakan untuk bermain ponsel. Pendampingan yang konsisten akan membantu anak membangun kebiasaan kemampuan sejak dini.

3. Saran bagi Sekolah

Sekolah dapat menyatukan pendidikan menggunakan teknologi secara bijak dan pelatihan self-leadership ke dalam kegiatan pembelajaran atau program bimbingan konseling. Guru juga dapat memanfaatkan platform digital seperti grup Messenger secara lebih teratur agar siswa terbiasa menggunakan media sosial untuk tujuan lebih positif.

4. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya dapat memperluas cakupan dengan metode kuantitatif untuk mengukur tingkat self-leadership secara lebih terukur, serta meneliti platform media sosial lain yang kini semakin banyak digunakan oleh kalangan pelajar seperti TikTok dan Instagram.