BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan *Self-Esteem* Dengan *Level Of Anxiety* Pada Remaja Pengguna TikTok Di Komunitas Karang Taruna Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang, maka dapat ditarik kesimpulan yang disusun sesuai dengan tujuan khusus penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja pengguna TikTok di komunitas karang taruna desa nyatnyono memiliki tingkat *self-esteem* pada kategori sedang (75,2%).
2. *Level of anxiety* pada remaja pengguna TikTok di komunitas karang taruna desa nyatnyono berada di kategori tidak ada kecemasan (73,*%).
3. Terdapat hubungan yang singnifikan anatara *self-esteem* dengan *level of anxiety* pada remaja pengguna TikTok di Komunitas karang taruna desa nyatnyono (a: 0.05 dan r: -0.166).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Remaja

   Remaja diharapkan dapat meningkat *self-esteem* dengan mengenali potensi diri, berpikir positif, serta membatasi pengguna media sosial TikTok secara

bijak agar tidak menimbulkan perbandingan sosial yang berlebihan dan memicu kecemasan.

2. Bagi Pengurus Karang Taruna

   Pengurus karang taruna desa nyatnyono diharapkan dapat menyelengarakan kegiatan yang bersifat positif, seperti pelatihan pengembangan diri, diskusi kesehatan mental, dan aktivitas sosial yang dapat meningkatkan kepercayaan diri serta membantu remaja dalam mengelola kecemasan.

3. Bagi Tenaga Kesehatan dan Keperawatan

   Tenaga kesehatan khusunya perawat komunitas dan keperawatan jiwa, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan mental kepada remaja mengenai pentingnya *self-esteem* dan dampak penggunaan media sosial terhadap kesehatan psikologis, serta melakukan upaya promotif dan preventif dilingkungan masyarakat.

4. Bagi Peneliti Selanjutanya

   Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangan penelitia ini dengan menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, durasi penggunaan media sosial, atau jenis konten TikTok yang dikonsumsi, serta menggunakan metode penelitian yang berbeda agar memperoleh hasil yang lebih komperhensif.