

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Artinya semakin tinggi tingkat motivasi afiliasi, maka semakin tinggi tingkat *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah tingkat motivasi afiliasi, maka semakin rendah tingkat *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini terdapat hubungan positif antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat membantu individu, khususnya mahasiswa untuk lebih menyadari dampak negatif dari *fear of missing out* seperti munculnya emosi negatif, memperburuk pendendalian diri, meningkatkan stress, dan kelelahan fisik karena lebih fokus pada hal yang ditakutkan untuk dilewati.

Dengan demikian, individu yang memiliki motivasi afiliasi yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari merupakan kebutuhan individu dalam berinteraksi dengan kelompok sosial lainnya, seperti membiasakan diri dalam berkomunikasi secara langsung untuk menjalin hubungan akrab satu sama lain. Namun perlu juga untuk membatasi atau mengontrol diri agar dapat meminimalisir terjadinya ketakutan yang berlebihan saat tidak mengetahui kabar dari individu lain.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* sebesar 33,4%, sehingga masih banyak faktor lain yang dianggap dapat berpengaruh terhadap *fear of missing out* pada mahasiswa. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menemukan alternatif lain dengan memperhatikan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *fear of missing out*. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah kebutuhan kompetensi, kebutuhan otonomi, kebutuhan berhubungan dengan orang lain.