

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif antara *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada remaja. Semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi kecanduan media sosial pada remaja. Sebaliknya, semakin rendah *fear of missing out* maka semakin rendah kecanduan media sosial pada remaja. Interpretasi mengenai kekuatan hubungan antara dua variabel tersebut berdasarkan kriteria (Sugiyono, 2015). Maka, hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hadirnya *fear of missing out* menyebabkan semakin lama waktu yang digunakan untuk menggunakan media sosial yang menjadi indikasi perilaku kecanduan media sosial. Individu dengan *fear of missing out* yang tinggi akan secara agresif mencari peluang untuk terlibat dalam media sosial.

B. Saran

Adapun saran dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi Remaja

Subjek diharapkan dapat mengurangi kecanduan media sosial dengan menurunkan faktor *fear of missing out*. Adapun cara mengurangi *fear of missing out* dengan mengurangi rasa ketaktukan dalam individu ataupun tidak memiliki rasa takut akan kehilangan antar suatu kejadian. Hal ini bertujuan dengan mengurangi *fear of missing out* maka akan menurunkan kecanduan media sosial pada remaja.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan variabel yang sama diharapkan untuk mencari variabel lain selain *fear of missing out* dikarenakan

kedua variabel yang diangkat sudah pernah diteliti selanjutnya. Selanjutnya disarankan untuk lebih mengganti subjek penelitian yang dimana tidak berfokus kepada remaja akan tetapi remaja dengan menggunakan aplikasi sosial media. Selain itu juga diharapkan lebih detail dalam *google form* agar tidak terjadi kekosongan dalam mengisi pernyataan.