

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara FoMO dengan kecanduan media sosial pada remaja, semakin tinggi FoMO yang dimiliki remaja, maka tingkat kecanduan media sosial yang dimiliki cenderung tinggi. Sebaliknya, semakin rendah FoMO yang dimiliki remaja, maka tingkat kecanduan media sosial yang dimiliki cenderung rendah. Dengan demikian berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Berdasarkan penelitian tersebut disimpulkan bahwa ada korelasi positif antara FoMO dengan kecanduan media sosial.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Dengan hasil temuan yang menunjukkan terdapatnya hubungan positif antara FoMO dengan kecanduan media sosial, bahwa dalam upaya menurunkan kecanduan media sosial perlu dikendalikan pikiran dan perasaan yang mengalami kecemasan dan ketakutan karena FoMO untuk memberikan batasan waktu dalam menggunakan media sosial, menjaga interaksi sosial di dunia nyata, dan mencari kegiatan lain seperti berolahraga atau melakukan hobi lain guna untuk menghindari kecanduan media sosial

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang variabel FoMO dan variabel kecanduan media sosial diharapkan agar dapat mengkaji dalam jangkauan referensi yang lebih luas. Disarankan untuk penelitian selanjutnya juga untuk mencari alternatif lain dalam penyebaran kuisisioner selain menggunakan *Google Form* dikarenakan agar bisa melihat respon subjek dalam membaca dan menjawab pertanyaan di kuisisioner penelitian.