

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial instagram siswa/i SMAN X Bekasi maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari hasil analisis kategorisasi yang dilakukan, diketahui bahwa kategorisasi kecenderungan kecanduan media sosial berada pada kategorisasi tinggi. Sedangkan pada variabel *fear of missing out* berada pada kategorisasi tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan rata-rata subjek mengalami tingkat *fear of missing out* yang tinggi dan tidak menutup kemungkinan untuk memiliki kecenderungan kecanduan media sosial instagram.
2. Berdasarkan hasil uji coba korelasi dengan menggunakan *spearman's rho*, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang cukup antara *fear of missing out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial dan bergerak pada arah positif. Hal ini berarti subjek dengan tingkat *fear of missing out* yang tinggi maka berkemungkinan kecil untuk memiliki kecenderungan kecanduan media sosial instagram, begitu juga sebaliknya.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) telah diterima. Bahwa terdapat hubungan antara *fear of missing out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial instagram pada siswa/i SMAN X Bekasi.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran peneliti yaitu:

##### **5.2.1 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan grand theory terbaru agar skala yang digunakan dapat menggali lebih dalam tentang fenomena yang digunakan dan dapat menjelaskan dari hasil yang didapat pada penelitian. Selanjutnya, peneliti lain diharapkan menambah variabel atau mempertimbangkan

variabel lain selain *fear of missing out* untuk menjelaskan penyebab dari kecenderungan kecanduan media sosial seperti kurangnya kontro, kondisi sosial, serta biologis. Faktor-faktor lain juga memiliki kemungkinan untuk dapat memengaruhi perilaku kecanduan media sosial.

### 5.2.2. Saran Teoritis

Bagi para pengguna media sosial instagram diharapkan mampu untuk mengontrol serta mampu mengatur penggunaan durasi yang dihabiskan untuk memainkan media sosial instagram. Penggunaan yang berlebihan akan berdampak pada sesuatu yang negatif seperti mengganggu aktivitas utama penggunanya. Sebaliknya media sosial dimanfaatkan dengan baik sesuai dengan kebutuhan dan kepentingan serta hiburan semata.

