

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 kesimpulan

Adapun kesimpulan pada penelitian ini akan dijabarkan dalam poin-poin berikut ini:

- a. adanya hubungan antara *Fear Of Missing Out* (fomo) dengan *Phubbing Behavior* pada remaja di Kota Bekasi.
- b. Kategorisasi pada variabel *Phubbing Behaviour* dan fomo mayoritas responden melakukan *Phubbing* yang tinggi dan mengalami tingkat *Fear of missing out* (Fomo) yang tinggi

5.2 Saran

5.2.1 Saran untuk Remaja

Berdasarkan penelitian ini maka diharapkan remaja dapat mengetahui dan memahami bagaimana kecemasan dan dampak yang ditimbulkan dari adanya Fomo dan bagaimana dampak dari perilaku *phubbing* yang dilakukan terhadap lingkungan sosial, berdasarkan dari hasil kategorisasi masih tingginya angka *phubbing* dan fomo oleh karena itu :

1. Remaja yang melakukan *phubbing* tinggi sebaiknya, mengurangi intensitas penggunaan *smartphone* pada saat sedang berkumpul dan lebih menghargai komunikasi interpersonal dengan teman, kerabat maupun keluarga
2. Remaja yang melakukan *phubbing* sedang sebaiknya membatasi intensitas penggunaan *smartphone* dan lebih meningkatkan kesadaran bahwa pentingnya memahami isi dari komunikasi penting yang sedang dibahas di lingkungan social dan lingkungan keluarga
3. Remaja yang melakukan *phubbing* rendah sebaiknya mempertahankan penggunaan *smartphone* secara normal dan sesuai dengan kebutuhan penggunaan *smartphone* serta mempertahankan sikap menghargai komunikasi interpersonal

4. Remaja yang mengalami Fomo tinggi sebaiknya mengurangi intensitas penggunaan media social dan menggunakan media social sesuai dengan kebutuhan
5. Remaja yang mengalami Fomo sedang sebaiknya membatasi intensitas penggunaan media social dan lebih bersyukur atas pencapaian yang dimiliki
6. Remaja yang mengalami Fomo rendah sebaiknya mempertahankan penggunaan media social sesuai dengan kebutuhan penggunaan agar tidak terdampak *negative Trend* dan kecemasan dari media sosial

5.2.2 Saran Teoritis

1. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar lebih memperdalam fenomena *Fear Of Missing out* yang terjadi pada remaja.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai *Phubbing Behaviour* untuk memperhatikan faktor faktor lain yang dapat mempengaruhi *Phubbing behaviour*, selain *Fear of missing out* (Fomo), seperti akdisi terhadap game/intensitas bermain game
3. Bagi peneliti selanjutnya, dalam melakukan penelitian *Fear Of Missing out* (Fomo) diharapkan dapat menggunakan variabel lain, agar bisa lebih mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.
4. Karna banyaknya kekurangan dalam melakukan penyebaran data yang dilakukan oleh peneliti, diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat lebih baik dalam mencari data yang sesuai dengan fenomena dan terjun langsung kelapangan dalam proses pengambilan data.