

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta pengujian hipotesis mengenai FOMO pada remaja pengguna media sosial di Kabupaten Bekasi hasilnya sebagai berikut :

- a. Tingkat FOMO pada remaja pengguna media sosial di Kabupaten Bekasi termasuk dalam kategori sedang
- b. Tidak ada perbedaan yang signifikan mengenai tingkat FOMO ditinjau berdasarkan jenis kelamin
- c. Tidak ada perbedaan yang signifikan mengenai tingkat FOMO ditinjau berdasarkan usia

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

- a. Bagi remaja diharapkan untuk mengurangi penggunaan media sosial guna mengurangi kemungkinan terjadinya FOMO pada diri remaja, serta pentingnya berpikir jernih serta penguasaan diri agar tidak mudah terpengaruh dengan orang lain
- b. Peneliti menyarankan remaja untuk mencari kegiatan di luar ruangan yang positif seperti olah raga maupun bersosialisasi guna mengurangi penggunaan media sosial yang dapat menyebabkan FOMO

5.2.2 Saran Teoritis

- a. Saran bagi peneliti selanjutnya agar membahas lebih dalam lagi mengenai fenomena FOMO ini.
- b. peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya agar mengkaitkan FOMO dengan variabel lain seperti regulasi diri, kontrol diri, self efficacy ataupun variabel lainnya yang dapat dikaitkan dengan FOMO