

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi dengan rincian:

- a) Hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji-f dan uji-t dalam analisis regresi linear sederhana guna menguji pengaruh diantara variabel *fear of missing out* terhadap *phubbing* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *fear of missing out* terhadap *phubbing*.
- b) Hasil uji koefisien determinasi, diketahui nilai *R square* sebesar 0.147 atau dapat diartikan 14.7%. Nilai tersebut memberikan penjelasan bahwa *fear of missing out* sebagai variabel bebas mempengaruhi perilaku *phubbing* sebagai variabel terikat sebesar 14.7% serta sisanya 82.6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian.
- c) Hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel perilaku *phubbing* menunjukkan bahwa 85 responden berada dalam kategori sedang, 24 responden dalam kategori tinggi, dan 14 responden termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* yang terdapat pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang. Selanjutnya hasil uji kategorisasi *fear of missing out* menunjukkan bahwa 72 responden menilai bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang, 32 responden berada dalam kategori rendah, dan 19 responden dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi berada pada kategori sedang.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi dengan menggunakan responden sebanyak 123

orang yang merupakan remaja dari kota Bekasi. Berdasarkan data yang telah didapatkan melalui kuesioner, hasil yang diperoleh dilakukan pengujian *statistic* dengan menggunakan bantuan *software* IBM SPSS 26. Dengan uji hipotesis yang menunjukkan bahwa H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi dengan arah pengaruh yang positif dan signifikan.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi. Untuk menurunkan perilaku *phubbing* remaja perlu meletakkan *smartphone*-nya ketika sedang berkumpul agar tidak terdistraksi oleh *smartphone*-nya disaat melakukan percakapan dengan orang lain. Untuk menurunkan *fear of missing out* yang dirasakan oleh remaja, remaja perlu untuk mengontrol diri dalam pemakaian *smartphone* dengan mengurangi melihat aktivitas orang lain dengan mengakses hal-hal yang edukatif seperti membaca berita dan buku secara online. Hal ini menjadi saran serta pertimbangan yang perlu dilakukan oleh remaja untuk menjaga kualitas interaksi sosialnya dengan orang terdekat dan di sekitarnya. Sebab semakin rendah perasaan *fear of missing out* remaja maka akan menurunkan perilaku *phubbing*.

5.2.2 Saran Teoritis

Penelitian ini terdapat keterbatasan dalam membahas dan mengkaji setiap fakta-fakta lain karena adanya keterbatasan dari data yang didapatkan dalam penelitian. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menunjukan surat izin penelitian kepada sebuah organisasi atau instansi yang spesifik, menerjemahkan skala penelitian dengan bantuan ahli bahasa jika mengadaptasi dari skala penelitian bahasa asing dan melakukan *try out* terlebih dahulu, memperhatikan faktor-faktor demografis agar diteliti

lebih lanjut seperti tingkat pendidikan dan kelas dan menggunakan sampel yang memiliki jumlah data populasi yang jelas.

