

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Hasil penelitian untuk menganalisis hubungan *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA Negeri 15 Padang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Didapatkan bahwa *fear of missing out* pada siswa SMA Negeri 15 Padang menunjukkan rerata sebesar 46,5.
2. Didapatkan bahwa kecanduan media sosial pada siswa SMA Negeri 15 Padang menunjukkan rerata sebesar 41,62.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA Negeri 15 Padang dengan arah positif dan tingkat kekuatan yang kuat, artinya semakin tinggi tingkat *fear of missing out* maka semakin tinggi pula tingkat kecanduan media sosial pada remaja.

## B. Saran

Terkait dengan kesimpulan hasil penelitian ada beberapa hal yang dapat disarankan demi keperluan pengembangan hasil penelitian antara hubungan *fear of missing out* (FoMO) dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA Negeri 15 Padang adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Remaja/ Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan atau pertimbangan bagi remaja mengurangi risiko kecanduan media sosial dengan cara menyibukkan diri dengan hobi, membatasi waktu penggunaan media sosial, dan mengubah pola pikir dalam bermedia sosial.

### 2. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat mengambil peran aktif dalam upaya pencegahan kecanduan media sosial dengan cara melakukan penyuluhan secara berkala oleh guru BK atau tenaga kesehatan mengenai dampak kecanduan media sosial serta pengadaan box smartphone sehingga siswa bisa lebih fokus dalam belajar dan mengurangi waktu dalam mengakses media sosial saat pembelajaran.

### 3. Bagi Institusi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan sehubungan dengan *fear of missing out* serta masalah yang dapat ditimbulkan, salah satunya

kecanduan media sosial pada remaja. Selain itu upaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan melalui promosi kesehatan terkait *fear of missing out* dan kecanduan media sosial pada remaja.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecanduan media sosial pada remaja.

