

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh *Self-esteem* terhadap FoMO dengan metode analisis regresi linear sederhana pada 349 sampel remaja yang menggunakan SNS di kota Padang, diperoleh kesimpulan terdapat pengaruh signifikan *Self-esteem* terhadap FoMO pada remaja yang menggunakan SNS dengan besar pengaruh 11,3 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini berarti rendahnya *Self-esteem* akan mempengaruhi tingkat pengalaman FoMO pada remaja yang menggunakan SNS dimana semakin tinggi *Self-esteem* yang dimiliki maka semakin rendah FoMO. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *Self-esteem* semakin tinggi FoMO yang dialami.

5.2. Saran

Peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan berbagai pihak terkait hasil penelitian ini.

5.2.1. Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya :

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema penelitian yang serupa, sebaiknya juga memperhatikan adanya faktor-faktor lain yang juga dapat mempengaruhi FoMO contohnya seperti *self-control*, tipe kepribadian , dan kultural.

2. Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa adanya perbedaan FoMO pada segi usia yang mungkin juga disebabkan oleh adanya perbedaan disetiap tahap perkembangan manusia, Oleh karena itu peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan subjek usia yang berbeda.
3. Keterbatasan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling* yang berkemungkinan dapat mengandung bias bagi jawaban subjek penelitian, karena subjek hanya dipilih berdasarkan secara kebetulan bertemu, bersedia dan sesuai kriteria sampel penelitian tanpa mempertimbangkan kondisi ataupun situasi subjek tersebut. Hal tersebut mungkin saja dapat mempengaruhi kualitas dari jawaban yang diberikan oleh subjek penelitian. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan agar dapat menggunakan teknik pengambilan sampel yang berbeda.

5.2.2. Saran Praktis

1. Peneliti menyarankan agar khalayak umum terutama remaja dapat lebih meningkatkan kesadarannya mengenai fenomena FoMO yang terkadang tidak sadar dialaminya. Remaja disarankan agar dapat meningkatkan penghargaan terhadap diri sendiri, meningkatkan kualitas hubungan dengan lingkungan sekitarnya melalui aktivitas *offline* tidak hanya melalui SNS dan lebih berhati-hati dalam menggunakan SNS.
2. Bagi pihak praktisi disarankan agar dapat memahami permasalahan yang terjadi pada remaja pada saat ini terutama remaja yang menggunakan SNS. Adanya fenomena ini dapat membantu memberikan jawaban kenapa remaja menggunakan SNS secara berlebihan, sehingga praktisi dapat

mempertimbangkan dan menentukan pendekatan yang tepat untuk membantu remaja.

