

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka diambil kesimpulan sesuai identifikasi masalah sebagai berikut.

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dan *internet addiction* pada mahasiswa Universitas “X” Bandung. Artinya, semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi *internet addiction* yang dialami oleh mahasiswa.
2. Hasil uji korelasi antara aspek *fear of missing out* dan *internet addiction*, diperoleh hasil uji korelasi relatif lebih kuat pada aspek *relatedness* dan *internet addiction* dibandingkan aspek *self* dan *internet addiction*.
3. Hasil uji korelasi aspek *negative repercussions* dan *internet addiction* relatif lebih kuat dibandingkan korelasi aspek lainnya.
4. Pada data demografis, hasil uji korelasi yang menunjukkan adanya hubungan dengan *internet addiction* adalah jenis kelamin dan durasi penggunaan internet dalam sehari.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan apabila ingin melakukan penelitian lebih lanjut pada mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan *young adults* atau tahap perkembangan lainnya yang berkaitan dengan masalah teknologi digital dan sosial.

2. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melanjutkan penelitian berdasarkan faktor-faktor lain yang dapat membuka peluang terjadinya *fear of missing out* dan *internet addiction* berkorelasi dengan variabel lainnya.

5.2.2 Saran Praktis

1. Memberikan informasi kepada mahasiswa Universitas “X” Bandung bahwa gejala *fear of missing out* dan *internet addiction* yang tinggi disebabkan karena relatif kuat pada kurangnya ketidakpuasan kebutuhan akan *relatedness* sehingga memicu penggunaan internet secara terus menerus.
2. Memberikan program seminar kepada seluruh dosen dan mahasiswa Universitas “X” Bandung agar dapat mengurangi adanya adiksi dalam penggunaan internet yang diakibatkan oleh *social anxiety*.

