

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, yang mencakup hasil uji statistik serta pembahasan mengenai variabel harga diri, kontrol diri dan *fear of missing out* maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji deskriptif ketiga variabel seluruhnya menunjukkan berada pada kategori sedang. Dengan begitu maka tingkat harga diri, kontrol diri dan *fear of missing out* pada remaja pengguna instagram di SMA 15 Kota Bekasi sebagian besar berada pada kategori sedang.
2. Hasil uji hipotesis pertama yaitu terima H_01 , yang mana tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan *fear of missing out* pada remaja pengguna instagram.
3. Hasil uji hipotesis kedua yaitu terima H_{a2} , yang mana terdapat hubungan antara kontrol diri dengan *fear of missing out* pada remaja pengguna instagram.
4. Pada hipotesis ketiga tidak dilakukan uji regresi dikarenakan tidak adanya hubungan harga diri (X_1) dengan *fear of missing out* (Y)
5. Hasil uji hipotesis keempat yaitu terima H_{a4} , yang mana terdapat pengaruh antara kontrol diri terhadap *fear of missing out* pada remaja pengguna instagram

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti, diantaranya :

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel serupa, alangkah lebih baik untuk mengkaji variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini namun dapat mempengaruhi *fear of missing out*. Selain itu peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang lain untuk mendapatkan

pemahaman lebih dalam, serta dapat memperluas jumlah responden agar hasil lebih representatif.

2. Bagi remaja

Remaja perlu meningkatkan harga diri serta kontrol diri sehingga tidak mudah terpengaruh oleh *fear of missing out*. Selain itu remaja juga perlu menggunakan instagram lebih bijak dengan membatasi durasi dalam penggunaannya. Sehingga dapat lebih banyak meluangkan waktu untuk aktivitas diluar media sosial.