



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Penelitian dengan metode kuantitatif eksplanatif ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dan seberapa besar pengaruh variabel penggunaan Instagram terhadap variabel *fear of missing out* pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara angkatan 2019-2021 dengan total 100 responden.

Berlandaskan dengan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya, penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh antara penggunaan Instagram (variabel x) terhadap *fear of missing out* (variabel y) pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara dengan nilai signifikansi $<0,001$ yang lebih kecil dari 0,05.
2. Penggunaan Instagram memberikan pengaruh sebesar 35,6% terhadap *fear of missing out* pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara.

Peneliti juga menemukan temuan lain dalam penelitian ini yaitu WhatsApp, Tik Tok, LINE, serta Twitter merupakan media sosial yang banyak digunakan atau digemari oleh Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara Angkatan 2019-2021.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan agar dapat meneliti dengan menambahkan variabel ataupun variabel independen lainnya yang berkontribusi terhadap perilaku *fear of missing out* agar memperoleh hasil yang dapat menjadi implikasi akan pentingnya kesadaran dalam mengonsumsi media sosial guna memberi dampak yang positif dari perilaku *fear of missing out*.

5.2.2 Saran Praktis

Saran praktis bagi mahasiswa adalah dapat menggunakan Instagram dan media sosial lainnya dengan bijak agar dapat mengurangi dampak negatif dan membawa dampak positif dari *fear of missing out* bagi kesehatan psikologis dan akademis. Selain itu, saran bagi lembaga pendidikan atau pemerintah agar dapat memberikan edukasi atau program yang menarik terkait pentingnya menggunakan media sosial secara bijak.

