

BAB V

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

5.1 Pembahasan

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh *FoMO* terhadap kecanduan internet melalui metode penelitian kuantitatif, dapat disimpulkan bahwa *FoMO* mempengaruhi kecanduan internet pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Untuk dapat melihat bagaimana pengaruh *FoMO* terhadap kecanduan internet dilakukan uji regresi linier sederhana yang menghasilkan persamaan $Y = 29,200 + 1,001 X$, yang mana nilai 29,200 merupakan nilai konstanta kecanduan internet tanpa dipengaruhi *FoMO*, kemudian nilai 1,001 yang merupakan koefisien regresi memiliki arti bahwa setiap penambahan 1% tingkat *FoMO* maka tingkat kecanduan internet akan meningkat sebesar 1,001. Nilai positif pada koefisien regresi mengindikasikan bahwa pengaruh bersifat positif, yang artinya semakin tinggi tingkat *FoMO* maka semakin tinggi pula tingkat kecanduan internet (*internet addiction*) pada mahasiswa.

Uji koefisien determinasi (RSquare) memiliki nilai sebesar 0,252 yang memiliki arti bahwa variabel *fear of missing out* mempengaruhi tingkat kecanduan internet pada mahasiswa sebesar 25% ($0,252 \times 100\%$). Hasil dari penelitian ini hanya berlaku pada subjek dalam populasi penelitian, dan tidak dapat di generalisasikan pada populasi lain karena pada hasil uji normalitas menunjukkan hasil yang tidak normal baik pada skala *FoMO* dan pada skala *internet addiction*.

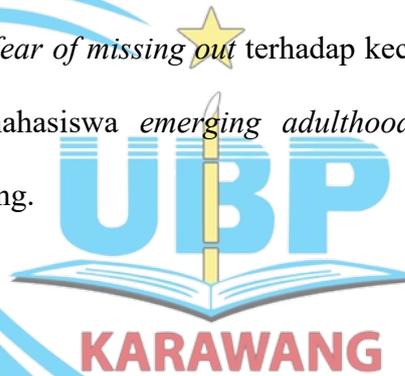
Uji kategorisasi dilakukan untuk mengetahui gambaran dari masing-masing variabel pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang. Terdapat tiga kategori untuk masing-masing skala, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pada skala variabel *FoMO* hasilnya menunjukkan gambaran *FoMO* pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang berada pada kategori sedang karena memiliki frekuensi yang paling tinggi, yaitu sebesar 68% (243 orang). Sejalan dengan hasil variabel *FoMO*, pada variabel *internet addiction* hasilnya menunjukkan bahwa gambaran yang paling tinggi pada variabel *internet addiction* terdapat pada kategori sedang dengan presentase 68,6% (242 orang).

Marlina (2017) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *FoMO* dengan *internet addiction*, dimana semakin besar kekhawatiran individu akan kehilangan momen dapat mendorong mereka untuk terus terikat dengan aktivitas di internet yang dapat mengarah kepada perilaku kecanduan. Pada penelitian ini dilakukan uji regresi liner sederhana yang menghasilkan nilai koefisien regresi sebesar 1,001, nilai positif pada koefisien regresi mengindikasikan semakin tinggi tingkat *FoMO* maka semakin tinggi pula tingkat kecanduan internet (*internet addiction*) pada mahasiswa. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *FoMO* mempengaruhi kecanduan internet pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

5.2. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan diatas, maka kesimpulan penelitian ini adalah:

- a. Gambaran *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang berada pada kategori sedang, karena memiliki frekuensi yang paling tinggi, yaitu sebesar 68% (243 orang).
- b. Gambaran *internet addiction* pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang berada pada kategori sedang dengan presentase 68,6% (242 orang).
- c. Terdapat pengaruh *fear of missing out* terhadap kecanduan internet (*internet addiction*) pada mahasiswa *emerging adulthood* di Universitas Buana Perjuangan Karawang.



5.3. Saran

5.3.1. Saran Untuk Mahasiswa

1. Mengontrol waktu dalam penggunaan internet sehingga dapat mengurangi waktu yang berlebihan dan dapat memanfaatkannya pada hal lain yang lebih bermanfaat seperti belajar, bekerja, dan berolahraga.
2. Jangan terus membandingkan hidup dengan orang lain yang terlihat di internet/ media sosial, karena apa yang terjadi di media sosial tidak selalu sama dengan realita di dunia nyata.
3. Melakukan aktivitas lain seperti hobi untuk dapat mengurangi intensitas dalam mengakses internet.

5.3.2. Saran Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian di Universitas Buana Perjuangan Karawang, khususnya mengenai kecanduan internet diharapkan mampu untuk mengembangkan dan memperluas penelitian dengan menambahkan variabel-variabel lain seperti jenis kelamin, kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi serta tujuan dan waktu penggunaan internet sehingga dapat mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh pada tingkat kecanduan internet.

