

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dari bab sebelumnya, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

1. Terdapat Peran *FoMO* terhadap PWB pada Remaja Pengguna Media Sosial di Masa Pandemi COVID-19.
2. Terdapat Peran *Loneliness* terhadap PWB pada Remaja Pengguna Media Sosial di Masa Pandemi COVID-19.
3. Terdapat Peran *FoMO* dan *Loneliness* terhadap PWB pada Remaja Pengguna Media Sosial di Masa Pandemi COVID-19 sebesar 35,9% sisanya 64,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

B. Saran

1. Bagi Remaja Pengguna Media Sosial

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan agar para remaja pengguna media sosial dapat stabil dalam mengatur waktu bermain media sosial serta melaksanakan kegiatan positif di tengah-tengah masyarakat agar lebih mengembangkan potensi dalam diri sehingga memiliki *Well-Being* yang lebih baik lagi.

2. Bagi Orangtua/lingkungan sekitar

Berdasarkan hasil penelitian bahwa *FoMO* dan *loneliness* memiliki peran dalam *psychological well-being* oleh karena itu disarankan agar para orang tua maupun masyarakat umum perlu menyadari dan peduli bijaknya

penggunaan media sosial bagi anak misalnya dengan memberikan jadwal atau aturan dalam bermain media sosial dan arahkan anak untuk melaksanakan kegiatan sosial sehingga anak aktif dalam kegiatan bermasyarakat yang membuat anak terhindar dari perasaan *loneliness* dan *FoMO*, agar mereka memiliki *psychological well-being* yang baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Untuk penelitian selanjutnya disarankan dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* seperti dukungan sosial, faktor demografis, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan *locus of control* (Ryff, 2013) sehingga hasil penelitian selanjutnya akan semakin baik.
- 2) Penelitian berikutnya disarankan dapat melakukan pengambilan data secara *offline* sehingga dapat menjangkau partisipan yang lebih banyak lagi. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian dapat menginterpretasikan populasi lebih baik lagi.
- 3) Penelitian berikutnya disarankan untuk lebih spesifik lagi dalam meneliti media sosial misalnya dengan meneliti platform media sosial instagram, facebook, twitter, linkedin, youtube, dan lain sebagainya.