

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini berfokus pada pengaruh kebersyukuran terhadap *online fear of missing out* (ON-FOMO) pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *online fear of missing out* (ON-FOMO) pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik sebesar 3,5%, sedangkan sisanya 96,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Berdasarkan karakteristik subjek, ditemukan hasil bahwa individu dengan jenis kelamin perempuan mengalami ON-FOMO yang tinggi dibandingkan laki-laki dan penelitian ini juga membuktikan bahwa semakin banyak waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial serta banyaknya media sosial yang dimiliki individu dapat menyebabkan ON-FOMO meningkat. Adapun berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini mengalami ON-FOMO dan kebersyukuran dengan kategori sedang.

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik dapat lebih mengontrol penggunaan *handphone* dan bijak menggunakan media sosial. Subjek juga dapat meningkatkan kegiatan yang positif dengan teman maupun orang lain agar terjalin relasi yang nyata dalam kehidupan sehari-hari dan subjek disarankan untuk meningkatkan rasa syukur misalnya dengan menulis jurnal rasa syukur.

5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti lebih lanjut terkait variabel *online fear of missing out* (ON-FOMO) dengan fokus masalah tertentu seperti ON-FOMO pada bidang pendidikan, *fashion*, dan lain-lain, dikarenakan dalam penelitian ini objek ON-FOMO individu tidak dibedakan sehingga alasan seseorang mengalami ON-FOMO tidak diketahui secara pasti. Selain itu peneliti selanjutnya dapat membahas lebih dalam terkait faktor demografis seperti jenis kelamin, rentang usia, jenis pekerjaan, dan lain-lain.