

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan kesimpulan dari hasil pembahasan yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang sesuai dengan hasil penelitian.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan derajat *loneliness* pada remaja di SMAN “X” Bandung maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan derajat *loneliness* pada remaja di SMAN “X” Bandung.
2. Hubungan tersebut termasuk hubungan positif yang signifikan namun lemah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi juga derajat *loneliness*. Sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan media sosial maka semakin rendah juga derajat *loneliness* yang dirasakan oleh remaja di SMAN “X” Bandung.
3. Sebagian besar remaja di SMAN “X” Bandung memiliki intensitas penggunaan media sosial dan derajat *loneliness* yang tergolong rendah.
4. Terdapat 3 dari 6 aspek intensitas penggunaan media sosial memiliki korelasi dengan derajat *loneliness*. Aspek-aspek ini adalah *salience*, *withdrawal symptoms* dan *relapse*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Berikut ini merupakan saran teoritis bagi perkembangan penelitian selanjutnya:

1. Bagi peneliti lain yang tertarik meneliti derajat *loneliness* dapat mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat memicu dan mempengaruhi derajat *loneliness* yaitu; *shyness*, *lack of social skill*, *low self-esteem*, *similarity*, *demographic characteristics*, dan *childhood antecedents*.
2. Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat memengaruhi intensitas penggunaan media sosial pada remaja di Indonesia.
3. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan kepada populasi remaja yang lebih luas.

5.2.2 Saran Praktis

Berikut ini merupakan saran praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan penelitian ini:

1. Memberi informasi kepada pihak sekolah SMAN “X” mengenai intensitas penggunaan media sosial dan kaitannya dengan derajat *loneliness* yang dialami siswa sebagai bahan pertimbangan untuk membuat peraturan dan konseling terkait penggunaan media sosial di lingkungan sekolah.
2. Remaja di SMAN “X” yang memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi diharapkan dapat mengurangi waktu yang digunakan untuk menggunakan media sosial dan meluangkan waktu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya atau orang sekitar secara tatap muka yang bertujuan untuk mengurangi rasa kesepian yang dirasakan.
3. Memberikan informasi kepada keluarga dan orang terdekat remaja bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan derajat *loneliness*. Melalui informasi ini, diharapkan keluarga dapat memberikan aturan yang jelas mengenai penggunaan media sosial oleh remaja.
4. Memberikan informasi kepada LSM yang bergerak pada bidang edukasi dan sekolah-sekolah di Bandung bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial

dengan derajat *loneliness*. Melalui informasi ini, diharapkan LSM dan sekolah dapat memberikan psikoedukasi mengenai bahaya penggunaan media sosial secara berlebihan dan pentingnya menjalin relasi bagi remaja.

