

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara penggunaan media sosial dengan resiliensi individu dewasa awal. Hal ini berarti, semakin tinggi penggunaan media sosial pada individu dewasa awal, maka semakin tinggi pula resiliensinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah penggunaan media sosial individu dewasa awal, maka resiliensinya juga semakin rendah. Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikan dengan adanya koefisien korelasi sebesar 0,385 dengan $p < 0,001$ ($p < 0,050$). Pada hasil analisis diperoleh juga nilai determinasi R^2 sebesar 0,148 yang artinya variabel penggunaan media sosial memberikan sumbangan sebesar 14,8% terhadap variabel resiliensi, sedangkan 85,2% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang berada di luar lingkup penelitian ini.

B. Saran

Merujuk pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan, peneliti mengajukan saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi proses penelitian di kemudian hari. Adapun saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian (individu dewasa awal)

Hasil dari penelitian ini, penggunaan media sosial dapat mempengaruhi resiliensi individu dewasa awal. Individu dewasa awal diharapkan dapat memanfaatkan perkembangan teknologi dan kemudahan akses media sosial untuk lebih banyak mengambil nilai-nilai positif yang dapat menjaga atau

meningkatkan resiliensi diri, sehingga individu dapat bertahan dan terus berkembang meskipun menghadapi berbagai kesulitan hidup. Bagi individu usia dewasa awal dengan resiliensi yang tinggi diharapkan mampu mempertahankan hal tersebut. Kemudian, individu dewasa awal dengan tingkat resiliensi sedang, diharapkan dapat mengembangkan resiliensi dirinya, salah satunya dengan meningkatkan interaksi, membangun konektivitas, dan saling memberikan dukungan melalui media sosial.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, jika tertarik untuk melakukan penelitian mengenai topik yang sama, diharapkan dapat memperdalam teori dan faktor resiliensi agar hasil yang diperoleh lebih eksploratif. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat melengkapi penelitian dengan mempertimbangkan faktor lain yang mempengaruhi resiliensi. Sebab, sumbangan efektif penggunaan media sosial terhadap resiliensi adalah sebesar 14,8%, artinya masih terdapat faktor lain sebesar 85,2% yang juga mempengaruhi resiliensi individu usia dewasa awal.