

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *social media addiction* dengan kecenderungan depresi pada pengguna aplikasi *tiktok*. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi antara *social media addiction* dengan kecenderungan depresi sebesar $(r_{xy}) = 0,473$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *social media addiction* maka semakin tinggi kecenderungan depresi yang dialami pengguna aplikasi *tiktok*. Sebaliknya semakin rendah *social media addiction* maka semakin rendah juga kecenderungan depresi yang dialami pengguna aplikasi *tiktok*. *Social media addiction* mempengaruhi sebesar 22,4% terhadap kecenderungan depresi pada pengguna aplikasi *tiktok*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yaitu sebagian besar pengguna aplikasi *tiktok* memiliki kecenderungan depresi dan tingkat *social media addiction* kategori sedang, maka saran yang diajukan oleh peneliti bagi subjek penelitian yaitu diharapkan pengguna aplikasi *tiktok* dapat mengurangi adiksi pada penggunaan aplikasi *tiktok* agar tidak mengalami depresi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat untuk melakukan penelitian serupa atau mengembangkan penelitian ini disarankan untuk dapat memperhatikan faktor-faktor lainnya, karena *social media addiction* hanya berkontribusi sebesar 22,4% terhadap depresi dan masih terdapat terdapat 77,6% faktor lainnya yang dapat mempengaruhi depresi, seperti faktor biologis (susunan kimia otak, genetik, penyakit kronis, hormon), faktor lingkungan (trauma masa kecil dan pelecehan, kemiskinan, paparan lingkungan), faktor sosial (kepribadian, stres dan konflik, duka cita, media sosial), faktor gaya hidup (resep obat, penggunaan zat, diet dan aktivitas fisik). Kelemahan pada penelitian ini terletak pada penyebaran skala yang dilakukan secara *online* dan terdapat hasil penyebaran data yang tidak normal, dengan hal ini diharapkan bagi peneliti selanjutnya apabila tertarik untuk melakukan penelitian dengan permasalahan yang sama, hendaknya memperkecil kemungkinan kelemahan-kelemahan yang bisa muncul selama proses pelaksanaan penelitian.