

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial pada remaja di Yogyakarta. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu semakin tinggi kecemasan sosial pada remaja, akan semakin tinggi juga kecanduan media sosial pada remaja. Begitupun sebaliknya semakin rendah kecemasan sosial, akan semakin rendah juga kecanduan media sosial pada remaja. kecemasan sosial mempengaruhi sebesar 61,2% terhadap kecanduan media sosial pada remaja dan terdapat 38,8% faktor lain yang mempengaruhi kecanduan media sosial pada remaja.

Berdasarkan hasil kategorisasi dapat disimpulkan bahwa secara umum sebanyak 134 subjek (89,3%) remaja memiliki tingkat kecanduan media sosial pada kategori tinggi dan kecemasan sosial yang dimiliki remaja secara umum juga berada pada kategori tinggi dengan jumlah 140 subjek (93,3%). Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial dan kecemasan sosial pada remaja berada pada kategori tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyadari masih ada kekurangan dalam penelitian ini. Adapun saran peneliti sebagai berikut:

- 1). Bagi subjek penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja di Yogyakarta tentang kecemasan sosial dan kecanduan media sosial, Diharapkan agar lebih cermat dalam menggunakan media sosial. Maka dari itu agar subjek tidak mengalami kecanduan media sosial subjek harus lebih meningkatkan interaksi dan keterampilan sosial agar tidak mengalami kecemasan sosial. Jika kecemasan sosial rendah maka kecanduan media sosial juga akan menjadi rendah. Karena apabila remaja sering berinteraksi dan mengasah keterampilan sosial maka remaja akan tidak akan mengalami kecemasan sosial sehingga tidak terjadinya kecanduan media sosial.

2). Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk menggali lebih dalam lagi mengenai tema yang sama dengan penelitian ini disarankan untuk mengambil lebih banyak subjek lagi agar bisa mewakili remaja yang lainnya, kemudian untuk menentukan indikator harus lebih komprehensif dalam mengindikasikan kecanduan tidak hanya dalam durasi dan dapat melihat faktor lain seperti kontrol diri, stress, kesedihan, kesepian dan faktor sosial yang dapat mempengaruhi kecanduan media sosial pada remaja. Dalam penelitian ini tidak ada pernyataan menggunakan media sosial selama beberapa jam, meskipun demikian dalam pelaksanaan penelitian sudah memastikan dan meminta secara informal dan verbal bahwa responden yang dibutuhkan adalah remaja yang menggunakan media sosial lebih dari 3 jam per hari.