

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari keseluruhan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan keseluruhan hipotesis diterima. Hasil penelitian ini, menemukan bahwa *phubbing* dan *boredom* memiliki peran positif dalam memprediksi *social media addiction* pada dewasa awal. Hal itu membuktikan bahwa hipotesis mayor dapat diterima. Arah positif dari hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi *phubbing* dan *boredom* pada individu maka, semakin tinggi pula *social media addiction*, begitu pun sebaliknya. Dengan *phubbing* dan *boredom* berperan terhadap *social media addiction* sebesar 52%.

Selanjutnya pada hipotesis minor pertama diterima, yang mana hasil menunjukkan terdapat peran positif dari *phubbing* terhadap *social media addiction* pada dewasa awal. Arah positif dari hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi *phubbing* pada individu maka, semakin tinggi pula *social media addiction*, begitu pun sebaliknya. Hasil yang sama juga terjadi pada variabel *boredom* di mana hipotesis minor kedua diterima, hasil menunjukkan terdapat peran positif dari *boredom* terhadap *social media addiction*. Arah positif dari hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi *boredom* pada individu maka, semakin tinggi pula *social media addiction*, begitu pun sebaliknya. Individu usia dewasa awal pada penelitian ini memiliki *social media addiction* dengan tingkat sedang dan tinggi. Pada *phubbing* berada pada tingkat rendah, serta *boredom* berada pada tingkat sedang dan rendah.

B. Saran

1. Bagi subjek penelitian

Saran untuk individu dewasa awal perlu untuk mengurangi durasi penggunaan media sosial setiap harinya. Dengan lebih meningkatkan interaksi tatap muka dan menghargai lawan bicara serta, mengalihkan perasaan bosan

dengan aktivitas fisik seperti berolahraga atau membersihkan lingkungan lingkungan sekitar. Agar terhindar dari *social media addiction*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Saran dari peneliti untuk peneliti selanjutnya, untuk dapat menyesuaikan kembali skala terjemahan yang dimodifikasi dari sisi ahli bahasa, agar lebih dapat menyesuaikan dari sisi bahasa dan budaya Indonesia. Selain itu, pada pengambilan data untuk subjek penelitian lebih dipastikan semua usia sampel penelitian terwakili. Supaya penelitian yang dilakukan di masa depan yang sejalan dengan topik penelitian ini dapat lebih mewakili subjek penelitian yang telah diteliti.