

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan penelitian data yang menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa nilai *Rho* 0,285 dengan $p=0,000$ pada sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 ($p<0,05$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecenderungan *alexithymia* dan kecenderungan kecanduan media sosial. Berdasarkan kategori norma, tingkat kedua variabel penelitian ini yaitu *alexithymia* dan kecanduan media sosial pada siswa kelas XI di SMA NU 1 Gresik pada tingkat sedang. Dimana *alexithymia* menunjukkan sebanyak 100 siswa dengan prosentase 69% berada pada tingkat *alexithymia* sedang sedangkan pada kecenderungan kecanduan media sosial subjek berada pada kategori sedang sebanyak 101 siswa dengan prosentase 69%. Hal tersebut didasarkan pada skor kecenderungan *alexithymia* dan kecenderungan kecanduan media sosial yang didapatkan dari data penelitian.

5.2 Saran

1. Bagi Siswa kelas XI SMA NU 1 Gresik

Penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi reflektif dan evaluatif bagi siswa-siswi. Dalam hal ini, saran yang dapat diberikan adalah diharapkan dapat lebih menyadari dan memahami akan dampak-dampak negatif dan bahaya dari penggunaan media sosial secara berlebihan agar tidak terjadi timbulnya kecanduan. Siswa diharapkan dapat mengurangi penggunaan media sosial dan menjalani hubungan interpersonal dengan lebih baik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian dengan menggunakan variabel independen yang berbeda untuk melihat variabel lain yang dapat memberi hubungan dan pengaruh yang lebih signifikan. Serta lebih detail dalam melakukan penelitian seperti kondisi geografis yang mempengaruhi, kondisi psikis individu dan sebagainya. Hal tersebut diharapkan dapat memperkaya penelitian mengenai kecenderungan kecanduan media sosial.