

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan metode penelitian kuantitatif korelasional menggunakan pendekatan *cross sectional* yang melibatkan 92 responden yang diteliti maka dapat disimpulkan bahwa :

1. *Social Media Addiction*

Hasil data yang diperoleh dari siswa/i di SMK Negeri 2 Baleendah yaitu remaja yang mengalami *social media addiction* terdistribusi secara merata pada kedua kategori, kategori rendah sebanyak 50% dan kategori tinggi sebanyak 50%.

2. Depresi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas remaja di SMK Negeri 2 Baleendah tidak mengalami depresi sebanyak 73,9% dan yang mengalamid depresi sebanyak 26,1%.

3. Hubungan *Social Media Addiction* Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja di SMK Negeri 2 Baleendah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang tidak mengalami depresi tertinggi adalah remaja yang memiliki *social media addiction* pada kategori rendah sedangkan remaja yang terkena depresi paling banyak merupakan remaja yang memiliki *social media addiction* pada kategori tinggi. Berdasarkan penelitian menggunakan uji statistik non parametrik *Chi-Square* didapatkan hasil

bahwa terdapat hubungan antara *social media addiction* dengan tingkat depresi pada remaja di SMK Negeri 2 Baleendah.

4. Karakteristik Responden yang Mempengaruhi *Social Media Addiction* dan Depresi Pada Remaja di SMK Negeri 2 Baleendah

Hasil penelitian didapatkan bahwa remaja perempuan dan remaja yang menggunakan media sosial *Instagram* merupakan remaja yang paling banyak mengalami *social media addiction*. Didapatkan juga bahwa remaja perempuan dan remaja yang menggunakan media sosial *WhatsApp* merupakan remaja yang paling banyak mengalami depresi.

B. Saran

1. Bagi Siswa

Disarankan bagi remaja yang memiliki dan menggunakan media sosial untuk tidak menggunakan media sosial secara berlebihan dan dapat mengontrol penggunaan media sosial sesuai dengan kebutuhan.

2. Bagi Orang Tua

Disarankan bagi orang tua untuk dapat memberikan batasan pada remaja dalam bermain media sosial dan mengontrol apa yang dilakukan remaja di media sosial sebagai upaya untuk mencegah remaja kecanduan media sosial hingga menyebabkan depresi.

3. Bagi Sekolah

Disarankan bagi sekolah untuk menjadi wadah pembinaan dalam memberikan bimbingan dan arahan mengenai dampak dari kecanduan media sosial terhadap depresi dan dampak lain yang bisa ditimbulkan jika remaja mengalami depresi.

Serta membatasi para siswa untuk menggunakan *handphone* disekolah selain untuk kegiatan belajar mengajar. Dalam kondisi *school from home* saat ini sekolah diharapkan untuk membina siswa agar menggunakan *handphone* hanya ketika kegiatan belajar sedang berlangsung saja dan diharapkan para guru untuk tidak memberikan tugas atau materi di luar jam pelajaran sehingga para siswa memiliki waktu untuk beristirahat dari penggunaan *handphone* khususnya media sosial.

4. Bagi Peneliti Lain

Peneliti menyarankan peneliti lain untuk melakukan penelitian secara langsung agar penjelasan yang disampaikan bisa lebih dipahami oleh responden. Peneliti juga menganjurkan untuk lebih mengembangkan hasil penelitian ini dengan melihat faktor lain yang dapat menyebabkan depresi akibat *social media addiction* pada remaja, dan menggunakan karakteristik responden yang berbeda supaya hasil yang didapat bisa menjadi bahan perbandingan dengan hasil penelitian ini.