

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini merupakan uraian dari simpulan yang didapatkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan serta terdapat rekomendasi bagi pengguna media sosial dan bagi peneliti selanjutnya.

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, pada penelitian ini diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh pengungkapan diri terhadap kesejahteraan subjektif. Artinya, ketika nilai pengungkapan diri naik satu satuan maka dapat diprediksikan memiliki kesejahteraan subjektif yang akan menguat pula.
2. Terdapat pengaruh pengungkapan diri terhadap *perceived social support*. Artinya, ketika nilai pengungkapan diri naik satu satuan maka dapat diprediksikan memiliki *perceived social support* yang akan menguat pula. Pengungkapan diri di media sosial dapat meningkatkan hubungan sosial di dunia nyata sehingga pengguna media sosial memiliki peluang untuk mendapatkan dukungan sosial ketika dibutuhkan.
3. Terdapat pengaruh *perceived social support* terhadap kesejahteraan subjektif. Artinya, ketika nilai *perceived social support* naik satu satuan maka dapat diprediksikan memiliki kesejahteraan subjektif yang akan menguat pula. Individu yang memiliki keyakinan ketersediaan dukungan sosial ketika dibutuhkan dapat memberikan kepuasan hidup dan pengalaman yang menyenangkan.
4. *Perceived social support* dapat memberikan kontribusi dalam memediasi pengungkapan diri terhadap kesejahteraan subjektif. *Perceived social support* menjadi mediator dengan kategori mediasi parsial karena terdapat penurunan koefisien regresi.

B. Rekomendasi

1. Bagi Pengguna Media Sosial
 - a. Pengguna media sosial diharapkan dapat menggunakan *Instagram* secara bijak ketika mengunggah sesuatu khususnya informasi pribadi untuk menghindari penyalahgunaan data.

- b. Pengguna media sosial diharapkan dapat memanfaatkan media sosial secara positif seperti untuk membangun dan menjaga hubungan sosial baik secara *online* ataupun di dunia nyata untuk menjaga kualitas hubungan.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif mengenai variabel lain yang berkaitan dengan pengungkapan diri, *perceived social support*, dan kesejahteraan subjektif dalam konteks penggunaan media sosial untuk mendapatkan dinamika yang lebih mendalam.
 - b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian pada pengguna media sosial lain selain *Instagram* seperti *Twitter* karena setiap media sosial