

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5. 1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022 dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 1.1.1 Kesepian (*loneliness*) pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay secara umum berada pada kategori sedang/cukup. Dapat diartikan bahwa peserta didik cukup merasakan ketidakpuasan dalam kehidupan sosial karena merasa dikucilkan. Peserta didik cukup kesulitan dalam membangun interaksi dan kurang mampu dalam menjalin keakraban dengan orang lain. Sebagian peserta didik memiliki kepribadian yang kurang fleksibel sehingga sulit menjalin relasi dengan orang lain. Cukup mampu dalam membentuk kekompakan dalam kelompok dan memiliki minat dan kepentingan yang sama dalam kelompok.
- 1.1.2 Adiksi media sosial pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 berada pada kategori sedang/cukup. Kategori ini menunjukkan bahwa secara umum peserta didik cukup mampu beradaptasi dengan lingkup sosial, tetapi sebagian peserta didik mengalami penurunan di bidang akademik karena terlalu larut dalam menggunakan media sosial serta berpikiran lebih tentang media sosial. Terkadang ada peningkatan waktu dalam menggunakan media sosial. Serta berkeinginan untuk terus mengakses media sosial tanpa batas waktu hingga lalai dalam mengerjakan tugas akademik.
- 1.1.3 Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022. Dapat disimpulkan bahwa hubungan tersebut termasuk ke dalam jenis hubungan yang searah, artinya semakin rendah kesepian (*loneliness*) maka semakin rendah adiksi media sosial. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi adiksi media sosial maka semakin tinggi juga kesepian (*loneliness*).

Linda Mardiana, 2022

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN (LONELINESS) DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL (Studi Korelasi terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

5. 2. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022, rekomendasi dirumuskan sebagai berikut.

5. 2. 1. Bagi guru bimbingan dan konseling dapat melakukan *need assessment* menggunakan instrumen kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial sehingga diketahui jumlah peserta didik yang mengalami kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial. Hasil dari *need assessment* tersebut dapat digunakan sebagai acuan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok terutama dalam bidang pribadi dan sosial. Guru bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan yang dapat mereduksi kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial dengan tujuan agar peserta didik dapat meningkatkan hubungan sosialnya dalam interaksi yang baik dengan teman sebayanya, serta meningkatkan kekompakan antar peserta didik dalam menjalin hubungan sosial.
5. 2. 2. Bagi peneliti selanjutnya tidak terlepas dari keterbatasan penelitian, yaitu peneliti selanjutnya dapat meneliti kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara dan observasi mendalam agar dapat mendapatkan gambaran secara jelas tentang kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan responden yang lebih luas, baik seluruh tingkat pada jenjang SMA maupun pada jenjang lainnya. Meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial, serta diharapkan dapat melaksanakan program bimbingan pribadi dan sosial untuk menganalisis keefektikan program dalam upaya mereduksi kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial.