

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini berisi kesimpulan dari seluruh data dan analisis yang ada dalam penelitian. Selain itu juga terdapat saran yang dapat diimplementasikan baik untuk organisasi maupun penelitian selanjutnya.

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gambaran yang positif kepuasan hidup remaja berdasarkan profil demografis dan pengguna media sosial dengan hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel kepuasan hidup remaja menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori sedang sebanyak 55,8 %, selanjutnya responden berada dalam kategori tinggi sebanyak 30,5 %, kemudian responden pada kategori rendah sebanyak 12,3 %, dan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah masing-masing sebanyak 0,6 %.. Hal ini menunjukkan bahwa kepuasan hidup remaja yang terdapat pada pengguna media sosial termasuk dalam kategori sedang.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat gambaran yang positif atau negatif kepuasan hidup remaja pengguna media sosial yang merupakan siswa/i SMAN 3 Tambun Selatan dengan menggunakan responden sebanyak 154 siswa/i. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner, hasil yang didapat dilakukan pengujian statistik dengan menggunakan bantuan software IBM SPSS 21. Dengan uji hipotesis yang menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gambaran kepuasan hidup remaja pengguna media sosial yang positif dan tidak signifikan.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Saran Praktis**

Berdasarkan penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan positif dan signifikan antara kepuasan hidup remaja dan penggunaan media sosial, mengacu pada kategori kepuasan hidup remaja yang rendah disarankan agar remaja menggunakan media sosial dengan bijak, seperti memilih konten yang positif dan edukatif serta membatasi waktu penggunaannya untuk menghindari kecanduan. Kepuasan hidup remaja yang tinggi juga sebaiknya meningkatkan interaksi positif dengan teman dan keluarga melalui media sosial, serta

menghindari debat atau konflik yang bisa menimbulkan stres. Bergabung dengan komunitas atau grup yang mendukung minat dan hobi dapat memperkuat rasa kebersamaan dan dukungan sosial. Selain itu, penting untuk meningkatkan keterampilan digital dan literasi media agar dapat menilai informasi dengan kritis dan menghindari berita palsu.

### 5.2.2 Saran Teoritis

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam mengkaji setiap fakta-fakta lain karena adanya keterbatasan memperoleh kriteria responden. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk penambahan teori yang dapat mencakup konsep-konsep seperti interaksi sosial online, dukungan sosial dari komunitas virtual, dan identitas digital yang berkontribusi pada peningkatan kepuasan hidup.

