

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian ini menggunakan data yang dikumpulkan dari hasil penyebaran skala psikologi kepada 370 subjek yang merupakan pengguna akun kedua Instagram di Universitas Islam 45 Bekasi yang secara sukarela berpartisipasi dalam penelitian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intimasi pertemanan dan keterbukaan diri dengan kecemasan sosial pada pengguna akun kedua Instagram. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil deskriptif subjek penelitian
 - a. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapat hasil bahwa variabel kecemasan sosial pada mahasiswa/i pengguna akun kedua Instagram di dominasi oleh subjek yang berada dalam kategori sedang sebanyak 219 orang atau 59,2%. Variabel ini dibagi menjadi dua, yakni kecemasan sosial dunia maya dan kecemasan sosial *real life* atau dunia nyata. Kecemasan sosial dunia maya pada mahasiswa/i pengguna akun kedua Instagram di dominasi oleh subjek yang berada dalam kategori sedang sebanyak 214 orang atau 57,8%. Sedangkan kecemasan sosial *real life* atau dunia nyata pada mahasiswa/i pengguna akun kedua Instagram di dominasi oleh subjek yang berada dalam kategori sedang sebanyak 217 orang atau 58,6%.
 - b. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapat hasil bahwa variabel intimasi pertemanan pada mahasiswa/i pengguna akun kedua Instagram di dominasi oleh subjek yang berada dalam kategori sedang sebanyak 254 orang atau 68,6%.

- c. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapat hasil bahwa variabel keterbukaan diri pada mahasiswa/i pengguna akun kedua Instagram di dominasi oleh subjek yang berada dalam kategori sedang sebanyak 234 orang atau 63,2%.
2. Hasil pengujian hipotesis penelitian
 - a. Terdapat hubungan negatif signifikan tidak kuat antara intimasi pertemanan dengan kecemasan sosial,
 - b. Terdapat hubungan negatif signifikan tidak kuat antara intimasi pertemanan dengan kecemasan sosial dunia maya,
 - c. Terdapat hubungan negatif signifikan tidak kuat antara intimasi pertemanan dengan kecemasan sosial *real life* atau dunia nyata. Artinya, semakin tinggi intimasi pertemanan maka akan semakin rendah kecemasan sosial, begitu pula sebaliknya.
 - d. Terdapat hubungan negatif signifikan cukup kuat antara keterbukaan diri dengan kecemasan sosial,
 - e. Terdapat hubungan negatif signifikan cukup kuat antara keterbukaan diri dengan kecemasan sosial dunia maya,
 - f. Terdapat hubungan negatif signifikan cukup kuat antara keterbukaan diri dengan kecemasan sosial *real life* atau dunia nyata. Artinya, semakin tinggi keterbukaan diri, maka akan semakin rendah kecemasan sosial, begitu pula sebaliknya.
 3. Hasil pengujian regresi linear berganda, dinyatakan bahwa terdapat pengaruh intimasi pertemanan dan keterbukaan diri terhadap kecemasan sosial total pada mahasiswa pengguna akun kedua Instagram sebesar 39,7%; intimasi pertemanan dan keterbukaan diri terhadap kecemasan sosial dunia maya pada mahasiswa pengguna akun kedua Instagram sebesar 42%; intimasi pertemanan dan keterbukaan diri terhadap kecemasan sosial *real life* atau dunia nyata pada mahasiswa pengguna akun kedua Instagram sebesar 32,5%.

B. Saran

Penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan, dari hal ketidaksempurnaan itu bisa dijadikan bahan evaluasi, baik bagi peneliti saat ini maupun peneliti selanjutnya. Maka, peneliti ingin memberikan saran kepada pihak – pihak terkait agar menjadi bahan motivasi dan inspirasi. Adapun saran yang diberikan adalah sebagai berikut.

1. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian selanjutnya, peneliti berharap membahas lebih jauh lebih dalam mengenai topik penelitian ini agar bisa mengembangkan temuan – temuan baru. Peneliti selanjutnya juga bisa menggunakan metode atau desain penelitian yang berbeda, sampel yang lebih luas, menggunakan media sosial lain yang teridentifikasi memiliki lebih dari satu akun, dan instrumen yang digunakan lebih lengkap dengan topik penelitian ini sehingga memperoleh hasil yang bisa dijadikan perbandingan atau persamaan. Selain itu, peneliti selanjutnya juga disarankan agar meningkatkan ketelitian dalam segi pengolahan data dan memperbanyak studi literatur yang berkaitan dengan topik penelitian yang akan dikaji lebih lanjut agar fokus penelitian tercapai dengan baik, memuaskan, dan menjawab permasalahan yang diangkat dalam penelitian.

2. Bagi mahasiswa/i

Untuk mahasiswa/i, khususnya pengguna akun kedua Instagram yang memiliki kecemasan sosial baik kategori rendah, sedang, ataupun tinggi, diharapkan bisa mengatasi hal tersebut dengan baik dan melakukan hal yang positif agar terhindar dari hal – hal buruk. Bila kecemasan sosial yang dirasakan sudah mulai mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga tidak bisa mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki, mahasiswa/i sangat disarankan untuk meminta pertolongan kepada konselor, psikolog, psikiater, dan lainnya yang ahli dalam bidangnya. Selanjutnya,

mahasiswa/i juga diharapkan memaksimalkan penggunaan media sosial yang lebih bijak dan teliti agar tidak mudah terprovokasi ataupun menyebarkan berita palsu yang merugikan diri sendiri dan pihak lain.