

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Hasil analisis deskripsi keterbukaan diri, kesepian, dan kepribadian *extraversion* dan keterbukaan diri dalam penelitian ini sebagai berikut :
 - a. Berdasarkan hasil olah data dari 130 subjek, dapat disimpulkan bahwa pada variabel Keterbukaan Diri ditemukan hasil sebagian besar dari mahasiswa pengguna aktif media sosial "X" di Universitas Islam 45 Bekasi berada pada kategori sedang dengan persentase 72% dengan jumlah 93 mahasiswa, nilai tertinggi dengan persentase 15% dengan jumlah 19 mahasiswa, dan nilai terendah dengan persentase 14% dengan jumlah 18 mahasiswa.
 - b. Berdasarkan hasil olah data dari 130 subjek, dapat disimpulkan bahwa pada variabel Kesepian ditemukan hasil sebagian besar dari mahasiswa pengguna aktif media sosial "X" di Universitas Islam 45 Bekasi berada pada kategori sedang dengan persentase 58% dengan jumlah 75 mahasiswa, nilai tertinggi dengan persentase 22% dengan jumlah 29 mahasiswa, nilai terendah dengan persentase 20% dengan jumlah 26 mahasiswa.
 - c. Berdasarkan hasil olah data dari 130 subjek, dapat disimpulkan bahwa pada variabel Kepribadian *Extraversion* ditemukan hasil sebagian besar dari mahasiswa pengguna aktif media sosial "X" di Universitas Islam 45 Bekasi berada pada kategori sedang dengan persentase 61% dengan jumlah 79 mahasiswa, nilai tertinggi dengan persentase 17% dengan jumlah 22 mahasiswa, nilai terendah dengan persentase 22% dengan jumlah 29 mahasiswa.
2. Berdasarkan pengujian hipotesis dalam penelitian ini, didapatkan hasil sebagai berikut:
 - a. Pengujian hipotesis pertama menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kesepian dengan keterbukaan diri pada mahasiswa pengguna aktif media sosial "X" Universitas Islam 45 Bekasi. Hal ini

ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,263 dengan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian, maka semakin rendah pula keterbukaan diri, dan sebaliknya.

- b. Pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kepribadian *extraversion* dengan keterbukaan diri pada mahasiswa pengguna aktif media sosial "X" Universitas Islam 45 Bekasi. Ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,560 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi tingkat kepribadian *extraversion* atau ekstrovert individu, semakin tinggi pula tingkat keterbukaan dirinya.
- c. Pengujian koefisien regresi linear sederhana bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan memiliki hubungan negatif antara kesepian dengan keterbukaan diri dengan nilai ($R^2 = 0,107$; $F = 15,409$; $p < 0,000$). Kemudian, untuk memprediksi variabel kesepian adalah ($\beta = -0,328$; $p < 0,000$). Maka, kemampuan menjelaskan dalam variabel keterbukaan diri ini hanya 10%, yang berarti 90% didominasi oleh pengaruh variabel lain.
- d. Pengujian koefisien regresi linear sederhana bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan memiliki hubungan positif antara kepribadian *extraversion* dengan keterbukaan diri dengan nilai ($R^2 = 0,291$; $F = 52,581$; $p < 0,000$). Kemudian, untuk memprediksi variabel *extraversion* adalah ($\beta = 1,222$; $p < 0,000$).maka, kemampuan menjelaskan hanya 29,1%, yang berarti 70,9% dipengaruhi oleh variabel lain.

B. Saran

Penelitian ini memiliki berbagai keterbatasan yang menjadi area perbaikan di masa mendatang. Meskipun demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi awal dan pengalaman berharga untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Berdasarkan temuan yang diperoleh, peneliti menyampaikan beberapa saran kepada pihak-pihak terkait

dengan harapan dapat memberikan manfaat di kemudian hari. Saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

a. Bagi Mahasiswa Pengguna Aktif Media Sosial "X"

Mahasiswa diharapkan lebih sadar akan potensi dampak penggunaan media sosial "X" terhadap tingkat kesepian dan keterbukaan diri mereka. Penting bagi mahasiswa untuk mengelola waktu dan interaksi di media sosial secara bijak agar tidak terjebak dalam lingkaran kesepian. Selain itu, bagi mahasiswa dengan kepribadian *extraversion* atau ekstrovert rendah atau yang merasa sulit untuk terbuka, disarankan **untuk** mencari dukungan sosial di dunia nyata dan mempertimbangkan interaksi tatap muka sebagai pelengkap interaksi daring.

b. Bagi Universitas Islam 45 Bekasi

Universitas dapat mengadakan program atau kegiatan yang meningkatkan kesadaran mahasiswa mengenai kesehatan mental dan penggunaan media sosial yang sehat. Misalnya, melalui seminar, lokakarya, atau konseling yang berfokus pada manajemen kesepian, pengembangan keterbukaan diri, dan dampak kepribadian terhadap interaksi sosial. Selain itu, universitas dapat memfasilitasi ruang-ruang interaksi fisik yang nyaman dan mendukung agar mahasiswa dapat membangun hubungan yang lebih kuat di luar media sosial.

c. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan untuk terus menjalin komunikasi yang terbuka dan suportif dengan anak-anak mereka, terutama terkait penggunaan media sosial. Memberikan pemahaman tentang pentingnya keseimbangan antara dunia daring dan luring, **serta** mendorong anak untuk berinteraksi sosial secara langsung, dapat membantu anak dalam mengembangkan keterbukaan diri dan mengurangi risiko kesepian.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama dalam hal generalisasi hasil karena fokus pada satu platform media sosial dan satu universitas, serta penggunaan metode kuantitatif yang mungkin belum sepenuhnya menangkap

kompleksitas pengalaman individu. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas cakupan sampel dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai universitas dan pengguna media sosial lain untuk meningkatkan generalisasi temuan.