

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa hubungan kecanduan media sosial dengan tingkat kecemasan pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yaitu sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi kecanduan media sosial pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Memiliki kecanduan media sosial sebanyak 60 orang dengan kecanduan media sosial ringan sebanyak 55 orang dengan persentase 51,4% dan kecanduan media sosial sedang sebanyak 5 orang dengan persentase 4,7% sedangkan responden kecanduan media sosial normal sebanyak 47 orang dengan persentase 43,9%.
2. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi Tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki kecemasan sebanyak 60 orang dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 39 orang dengan persentase 36,4%, kecemasan sedang sebanyak 13

orang dengan persentase 12,1%, kecemasan berat sebanyak 8 orang dengan persentase 7,5%, dan yang tidak ada kecemasan sebanyak 47 orang dengan persentase 43,9%.

3. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square*, nilai $p\text{-value} = 0.000$ ($p\text{-value} < 0.05$), sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan kecanduan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa yang mengalami kecanduan media sosial agar lebih memiliki minat dan aktivitas sosial lain tanpa menggunakan media sosial secara berlebihan dan menetapkan batasan penggunaan media sosial.
2. Terkait dengan kecanduan media sosial dan kecemasan yang dialami pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur perlu diberikan edukasi melalui media sosial untuk mengatasi masalah tersebut, dengan cara memberikan informasi terkait bahayanya kecanduan media sosial dan kecemasan agar tidak semakin parah dan merugikan.

3. Pada program studi keperawatan dapat memberikan pendamping psikologi pada mahasiswa agar dapat menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa.
4. Dalam penelitian selanjutnya, peneliti diharapkan dapat meninjau hubungan kecanduan media sosial dengan depresi, kesepian, stres,dll.