

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada dewasa awal di Kota Jambi, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cukup signifikan antara stabilitas emosi dengan intensitas penggunaan media pada dewasa awal di Kota Jambi, dengan koefisien korelasi (r) sebesar $-0,519$ dengan p sebesar $<0,01$ (p -value $0,05$). Sehingga stabilitas emosi pada dewasa awal berada pada kategori rendah dan intensitas penggunaan media sosial dewasa awal di Kota Jambi berada pada kategori sedang.

1.2 Saran

Adapun rekomendasi saran yang diberikan terkait penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a) Berdasarkan proses penelitian, peneliti diharapkan membedakan dari setiap media sosial sehingga bisa mengetahui media sosial mana yang paling digemari oleh dewasa awal.
 - b) Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan bahwa penemuan tentang adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan stabilitas emosi pada dewasa awal dapat dijadikan referensi untuk penelitian berikutnya.
 - c) Pada penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk mencari jumlah pasti masing-masing yang akan diteliti sehingga data yang di dapat lebih signifikan.
 - d) Melakukan wawancara mendalam dengan dewasa awal sehingga mendapat perbandingan yang jelas antara perilaku dan stabilitas emosi pada dewasa awal

2. Bagi masyarakat

Akan lebih baik jika adanya program edukasi tentang media sosial berupa berapa lama waktu normal dalam seharusnya dan bahaya jika menggunakan media sosial terlalu lama. Tidak hanya tentang intensitas penggunaan media sosial, akan lebih baik jika adanya edukasi tentang stabilitas emosi untuk dewasa awal sehingga lebih mengerti dan memahami stabilitas emosinya.

3. Bagi dewasa awal

Media sosial adalah perkembangan teknologi yang sangat digemari saat ini, menjadikan dewasa awal susah untuk mengontrol intensitas penggunaan media sosial. Berdasarkan penelitian, terlalu sering menggunakan media sosial akan mengakibatkan menurunnya stabilitas emosi pada dewasa awal, sehingga dewasa awal harus mengurangi dan lebih mengontrol penggunaan media sosialnya.