

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa di Kota Jambi pengguna *second account* Instagram, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis uji regresi linier sederhana, disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap variabel penerimaan diri mahasiswa di Kota Jambi pengguna *second account* Instagram dengan nilai signifikansi $0,000 < \text{nilai alpha } 0,05$ dan nilai $t \text{ hitung } 4,155 > t \text{ tabel } 1,979$. Artinya, hipotesis dalam penelitian ini diterima.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penerimaan diri secara simultan ($\text{sig. } 0,000 < 0,05$) dengan persentase sebesar 12,1% dengan sisa pengaruh dari variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini sebesar 87,9%.
3. Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel dukungan sosial, ditemukan bahwa terdapat sebanyak 4 responden (3%) termasuk kategori sangat rendah, 45 responden (31%) termasuk kategori rendah, 58 responden (40%) termasuk kategori sedang, 27 responden (18%) termasuk kategori tinggi, dan 12 responden (8%) berada pada kategori sangat tinggi.
4. Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel penerimaan diri, ditemukan bahwa sebanyak 7 responden (5%) berada pada tingkat penerimaan diri yang sangat rendah, 27 responden (18%) berada pada tingkat penerimaan diri yang rendah, 77 responden (53%) berada pada tingkat penerimaan diri sedang, 26 responden (18%) berada pada tingkat penerimaan diri yang tinggi, dan 9 responden (6%) berada pada tingkat dukungan sosial sangat tinggi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan dalam penelitian ini, maka saran yang diberikan adalah :

1. Bagi Perguruan Tinggi

Dari hasil penelitian ini, diharapkan institusi pendidikan dapat mengembangkan komunitas atau kelompok pendukung yang fokus pada peningkatan dukungan sosial antarmahasiswa. Misalnya, berupa kegiatan sosial, program mentoring, kelompok diskusi, pelatihan, dan lain-lain. Selain itu, diharapkan masing-masing perguruan tinggi mampu meningkatkan akses serta kualitas layanan konseling untuk membantu mahasiswa yang mengalami permasalahan pribadi dan membutuhkan dukungan.

2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu menyadari pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan penerimaan diri dengan menjalin hubungan yang baik kepada teman, keluarga, dan rekan-rekan di kampus. Selain itu, perlu adanya kesadaran terkait penggunaan media sosial secara bijak dengan membagikan hal-hal positif dan meningkatkan interaksi sosial pada platform media sosial guna memperoleh dukungan sosial yang lebih baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih jauh terkait faktor-faktor lain yang memengaruhi penerimaan diri atau meneliti variabel lain yang berperan dalam meningkatkan penerimaan diri pada mahasiswa yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin, usia, dan lain-lain.