

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, maka kesimpulan dari hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta paling banyak adalah intensitas sedang dengan persentase 36,5%.
2. Tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad yani Yogyakarta paling banyak adalah stres sedang dengan persentase 58,3%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Tingkat Stress pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ($p = 0,000$ ($p < 0,05$)) dan Nilai koefisien korelasi menunjukkan cukup kuat yaitu sebesar 0,571. Arah hubungan positif, yang berarti bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin tinggi tingkat stress pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat saran, sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa

Diharapkan para pengguna media sosial khususnya mahasiswa keperawatan untuk lebih memperhatikan dan membatasi penggunaan media sosial. Sehingga, perlunya edukasi terkait penggunaan media sosial yang sehat, tepat, bijak dan seperlunya karena peningkatan intensitas media sosial sangat berkaitan dengan peningkatan tingkat stress pada mahasiswa.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini telah memberikan informasi terhadap keterkaitannya dengan hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat stress

pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

3. Peneliti lain

- a. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bukti ilmiah dan mengembangkan variabel-variabel yang berbeda dari berbagai faktor yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan media sosial maupun tingkat stress.
- b. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang berfokus untuk memodifikasi Instrumen *Social Network Time Use Scale* (SONTUS) agar pengaplikasian instrumen tersebut lebih sederhana.
- c. Kemudian, diharapkan pada penelitian selanjutnya yaitu perlu dikembangkan instrumen stress yang diakibatkan karena penggunaan media sosial.