

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul “Pengaruh *Shared Reality* Terhadap Kebahagiaan Pada Pengguna Media Sosial Usia Dewasa Menengah” yang melibatkan 111 subjek berusia dewasa menengah di Kota Banjarmasin, dengan kategori subjek yaitu individu yang berusia kisaran 40 tahun sampai 60 tahun; memiliki media sosial; dan aktif menggunakan media sosial untuk membagikan kegiatannya sehari-hari dan berkomunikasi. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh *shared reality* (X) terhadap kebahagiaan (Y) pada pengguna media sosial usia dewasa menengah, sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dalam penelitian ini dapat diterima.

#### B. Saran

Dari hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diberikan peneliti antara lain:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan sebagai penambah khazanah keilmuan dan literatur psikologi, khususnya mengenai *shared reality* dan kebahagiaan pada pengguna media sosial usia dewasa menengah.
2. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan bisa menjadi informasi dan pengetahuan bahwa media sosial bisa memberikan suatu pengaruh yang positif bagi penggunanya, terutama usia dewasa menengah yang

menggunakan media sosial untuk bisa berkomunikasi dengan orang di sekitarnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar peneliti bisa mengkaji lebih banyak referensi, mengembangkan lebih banyak variasi, mempersiapkan dengan matang jumlah subjek penelitian dan memahami kondisi subjek, serta dalam pengumpulan data jika memungkinkan dilakukan dengan dua mekanisme, yaitu *online* dan turun lapangan secara langsung, agar dapat meminimalisir ketidaksesuaian data yang diterima. Peneliti berikutnya diharapkan untuk bisa menyertakan faktor-faktor dan variabel lain yang mungkin memengaruhi kebahagiaan.