

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis di atas, beberapa kesimpulan dapat ditarik dari penelitian ini:

1. Tingkat kecemasan sosial pada remaja akhir termasuk dalam kategori: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kecemasan sosial yang berada pada tingkat sangat tinggi sebanyak 2 remaja akhir kecemasan sosial pada tingkatan tinggi sebanyak 23 remaja akhir, pada tingkatan sedang sebanyak 34 remaja akhir, kemudian pada tingkatan rendah sebanyak 9 remaja akhir, dan pada tingkatan sangat rendah sebanyak 10 remaja akhir. Hal ini menunjukkan dari 78 remaja berusia 18-21 tahun.
2. Tingkat gangguan kepribadian dependen pada remaja akhir termasuk dalam kategori: sangat tinggi, tinggi sedang dan rendah dan sangat rendah. Kecemasan sosial yang berada pada tingkat sangat tinggi sebanyak 6 remaja akhir kecemasan sosial pada tingkatan tinggi sebanyak 17 remaja akhir, pada tingkatan sedang sebanyak 26 remaja akhir, kemudian pada tingkatan rendah sebanyak 25 remaja akhir, dan pada tingkatan sangat rendah sebanyak 4 remaja akhir. Hal ini menunjukkan dari 78 remaja berusia 18-21 tahun di Kecamatan Panimbang Kabupaten Pandeglang Banten.
3. Terdapat pengaruh kecemasan sosial terhadap gangguan kepribadian dependen pada remaja akhir di Kecamatan Panimbang Kabupaten Pandeglang Banten, karena nilai signifikansinya sebesar $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Bisa juga berarti semakin tinggi kecemasan sosial semakin rendah gangguan kepribadian dependen atau sebaliknya semakin rendah kecemasan sosial semakin tinggi gangguan kepribadian dependen yang akan terjadi. Berdasarkan hasil analisis koefisien korelasi *pearson product moment* dan koefisien determinasi hasil dari pengujian analisis pearson sebesar 0,464 yang mengandung pengertian bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear positif yang kuat dan diperoleh R^2 sebesar 0,748

yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (Kecemasan sosial) terhadap variabel terikat (Gangguan kepribadian dependen) adalah sebesar 66% sedangkan sisanya 44% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ada dalam penelitian ini maka dengan kata lain kecemasan sosial berpengaruh terhadap gangguan kepribadian dependen pada remaja akhir di Kecamatan Panimbang Kabupaten Pandeglang Banten.

B. Saran

Berdasarkan hasil keseluruhan penelitian, peneliti dapat membuat beberapa saran yang diharapkan akan bermanfaat bagi pihak yang terlibat pada penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Remaja Akhir

Diharapkan para remaja akhir dapat lebih mengenal dan memahami dirinya sendiri, terutama dalam hal pengembangan harga diri, kepercayaan diri, serta kemampuan menghadapi tekanan sosial dan emosional yang sering muncul pada masa transisi menuju kedewasaan. Remaja hendaknya berusaha untuk berpikir positif terhadap kemampuan dan potensi yang dimilikinya, tidak mudah terpengaruh oleh pandangan negatif dari lingkungan sosial, serta berani mengambil keputusan yang bertanggung jawab. Selain itu, penting bagi remaja untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat, menjalin komunikasi yang baik dengan keluarga dan teman sebaya, serta aktif dalam kegiatan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan tanggung jawab sosial.

2. Bagi Pendidik dan Orang Tua

Pendidik dan orang tua diharapkan mampu memberikan dukungan emosional yang konsisten kepada remaja akhir, baik dalam bentuk perhatian, penghargaan, maupun kesempatan untuk mengembangkan diri. Pemberian ruang bagi remaja untuk berpendapat dan mengambil keputusan akan membantu mereka dalam membangun rasa percaya diri serta mengurangi kecenderungan munculnya perilaku ketergantungan emosional. Selain itu, diperlukan komunikasi yang terbuka dan hangat agar remaja merasa aman untuk mengekspresikan perasaan dan kesulitannya.

3. Bagi Lembaga Pendidikan dan Komunitas Sosial

Lembaga pendidikan maupun komunitas sosial perlu menyediakan program pengembangan diri yang berfokus pada peningkatan gangguan kepribadian dependen, kemampuan pengambilan Keputusan bagi remaja akhir. Program seperti pelatihan kepemimpinan, bimbingan konseling, kegiatan sosial, dan pelatihan self-healing dapat membantu remaja dalam menghadapi tantangan psikologis serta memperkuat daya tahan mental terhadap tekanan lingkungan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan bisa menjadi referensi dan bisa meneliti menggunakan variabel bebas lainnya, yang mungkin bisa ada kaitannya dengan variabel terikat ini. Agar mengetahui lebih banyak lagi mengenai pengaruh dari Gangguan Kepribadian Dependen.

5. Bagi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten diharapkan dapat memperkuat perannya dalam pengembangan kesehatan mental mahasiswa, khususnya pada kecemasan sosial dan gangguan kepribadian dependen. Perguruan tinggi perlu mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling berbasis keilmuan psikologi dan nilai-nilai keislaman yang integratif, preventif, dan berkelanjutan. Selain itu, universitas dapat menyelenggarakan program pengembangan diri seperti pelatihan keterampilan sosial, manajemen kecemasan, penguatan kemandirian, serta kegiatan edukatif yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan demikian, lingkungan akademik yang suportif dan responsif terhadap kebutuhan psikologis mahasiswa dapat tercipta secara optimal.