

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Penelitian ini menguji pengaruh terpaan berita *online* COVID 19 dan dukungan sosial terhadap *psychological distress* generasi Z DKI Jakarta. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan SPSS 22, maka dapat dihasilkan beberapa simpulan sebagai berikut:

- a. Terpaan berita *online* COVID-19 di saat musim pandemi COVID-19 memiliki skor jawaban dengan rata-rata yang berkisar dari angka 3.43–3.73. Data ini diperoleh dari hasil jawaban responden untuk variabel terpaan berita online COVID-19. Variabel tersebut diukur melalui empat *item* pernyataan skala likert dengan variasi jawaban “Tidak Pernah” (skor=1) sampai “Sangat Sering” (skor = 5).
- b. Selanjutnya, rata-rata skor jawaban untuk Dukungan Sosial berada di kisaran 3.35–3.62. Angka ini diperoleh dari hasil perhitungan jawaban responden untuk variabel Dukungan Sosial. Variabel ini diukur dengan lima pernyataan skala likert yang memiliki variasi jawaban “Tidak Pernah” (skor=1) sampai “Sangat Sering” (skor = 5).
- c. *Psychological Distress* generasi Z DKI Jakarta memiliki skor jawaban dengan rata-rata yang berkisar dari angka 3.62–4.02. Data ini diperoleh dari hasil jawaban responden untuk variabel *Psychological Distress*. Variabel tersebut diukur melalui lima *item* pernyataan skala likert dengan variasi jawaban “Tidak Pernah” (skor=1) sampai “Sangat Sering” (skor = 5).
- d. Berdasarkan hasil uji T, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel terpaan berita *online* COVID-19 dengan *psychological*

*distress* generasi Z DKI Jakarta. Hal ini dilihat dari nilai signifikansi 0,000 yang lebih kecil dibanding 0,05.

- e. Berdasarkan hasil uji T, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan *psychological distress* generasi Z DKI Jakarta. Hal ini dilihat dari nilai signifikansi 0,000 yang lebih kecil dibanding 0,05.
- f. Adapun secara simultan, terpapar berita *online* COVID-19 dan dukungan sosial (variabel independen) memiliki hubungan dengan *psychological distress* (variabel dependen). Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi uji F yang lebih kecil dibanding 0,05. Selanjutnya, dari nilai *R Square* diketahui bahwa sebanyak 77.4 persen menunjukkan kemampuan dari variabel independen dalam mempengaruhi variabel dependen. Sementara itu, 22.6 persen lainnya dijelaskan oleh faktor-faktor di luar penelitian ini.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta simpulan yang ada di atas, maka diajukan saran sebagai berikut:

### 5.2.1 Saran Akademis

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan untuk referensi penelitian yang memiliki variabel serupa yaitu terpapar berita COVID-19, dukungan sosial, dan *psychological distress*. Peneliti selanjutnya diharapkan agar mampu untuk menambah jumlah variabel penelitian dan memperluas lokasi penyebaran kuesioner sehingga mampu menjelaskan hubungan antar variabel dengan baik.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi para pelaku usaha media, peneliti berharap agar media dapat memilih penggunaan kata dan kalimat berita yang lebih netral dan menenangkan, terutama di masa krisis pandemi ini. Selain itu juga

diharapkan agar tidak membuat kepanikan yang mengakibatkan kecemasan dan depresi para pembaca atau penonton berita tersebut.

2. Bagi masyarakat, khususnya yang termasuk kedalam kategori generasi Z, peneliti menyarankan agar setiap berita yang diterima untuk dapat diolah terlebih dahulu dan melakukan pengecekan lebih lanjut terhadap berita yang dibaca atau dikonsumsi, sehingga dapat menerima informasi secara lengkap dan akurat.

UMMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA