

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara kesepian dan *nomophobia* pada mahasiswa perantau. Dapat dilihat dari perolehan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,200 dengan signifikansi $p = 0,007$ atau $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan positif yang signifikan. Artinya semakin tinggi tingkat kesepian pada mahasiswa perantau maka akan semakin tinggi pula tingkat *nomophobia* pada mahasiswa perantau, begitu pula sebaliknya. Selain itu, dalam penelitian ini juga ditemukan bahwasanya variabel kesepian memberikan sumbangsih efektif sebesar 4% terhadap variable *nomophobia*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Kesepian Dengan *Nomophobia* pada Mahasiswa perantau, maka peneliti memberikan sumbangan saran yang dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesepian dan *nomophobia* tergolong tinggi. Oleh karena itu mahasiswa perantau diharapkan dapat meminimalisir rasa kesepian dengan cara menyibukan diri akan kegiatan yang positif dan produktif

seperti menyibukan diri dengan hobi, berolahraga, mengasah kemampuan diri dan kegiatan positif lainnya dapat meningkatkan kualitas diri mahasiswa perantau. Selain itu mahasiswa perantau dapat menciptakan serta mempertahankan interaksi sosial yang melibatkan banyak orang atau komunitas seperti mengikuti kepanitiaan dan organisasi di kampus, kegiatan *volunteer* atau magang sesuai dengan *passion*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian sejenis, diharapkan untuk menggunakan variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap *nomophobia*, serta menyebarkan skala secara langsung dilokasi perantauan, hal ini diharapkan membuat subjek lebih menjiwai dalam proses pengisian skala dan peneliti dapat mengobservasi subjek dalam proses pengisian skala.