

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepribadian ekstrasversi dengan *nomophobia* pada dewasa awal dengan koefisien r_{xy} sebesar 0,231 dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,023 ($p < 0,050$). Hal tersebut berarti semakin tinggi tingkat kepribadian ekstrasversi maka *nomophobia* pada dewasa awal cenderung tinggi, sebaliknya semakin rendah tingkat kepribadian ekstrasversi maka *nomophobia* pada dewasa awal cenderung rendah. Dan diperoleh koefisien determinasi (*R Squared*) antara kepribadian ekstrasversi dengan *nomophobia* $R^2 = 0,053$ yang berarti bahwa kepribadian ekstrasversi memberikan sumbangan efektif sebesar 5,3% terhadap *nomophobia* pada dewasa awal sedangkan sisanya yakni 94,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Dari hasil kategorisasi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dewasa awal yaitu 66,7% subjek mengalami *nomophobia* pada tingkat yang sedang dan 63,9% subjek memiliki tingkat kepribadian ekstrasversi yang sedang.

Temuan lain yang juga didapat adalah adanya perbedaan yang signifikan tingkat *nomophobia* pada dewasa awal berdasarkan frekuensi memeriksa *smartphone* dengan koefisien $F = 4,602$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,050$), dan tidak ada perbedaan tingkat *nomophobia* pada dewasa awal berdasarkan jumlah aktivitas tujuan penggunaan *smartphone* dengan koefisien $F = 1,578$ dengan $p = 0,190$ ($p \geq 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi individu dewasa awal

Diterimanya hipotesis penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kepribadian ekstrasversi dengan *nomophobia* pada dewasa awal. Namun variabel kepribadian bukanlah sesuatu yang dapat di persalahkan dan harus dihilangkan, namun salah satu tugas perkembangan kognitif dewasa awal yakni individu dituntut memiliki *awareness of paradox* yaitu kesadaran bahwa dalam memutuskan sesuatu dapat berakibat pada munculnya hal-hal yang bersifat paradoksal (bertentangan) misalnya positif atau negatif, sehingga individu dewasa awal diharapkan dapat mengambil keputusan yang akan berdampak positif bagi dirinya, termasuk dalam hal ini lebih bijak dalam penggunaan *smartphone*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian diketahui sumbangan efektif kepribadian ekstrasversi terhadap *nomophobia* pada dewasa awal sebesar 5,3% hal tersebut memberikan penjelasan bahwa masih terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *nomophobia* sebesar 94,7%. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti *nomophobia* dengan mengkaji dari faktor-faktor lain seperti *conscientiousness* dan kestabilan emosi. Bagi peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk lebih memperhatikan aitem-aitem dalam Skala *Nomophobia* pada saat melakukan adaptasi alat ukur, yakni dengan menghilangkan kata “akan” pada setiap aitem agar substansi isinya menjadi lebih sinkron dengan definisi *nomophobia*.