

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku *phubbing* pada remaja akhir di Yogyakarta. Hal tersebut dilihat dari hasil analisis korelasi *product moment (pearson correlation)* diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,809 dan $p = 0,00$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan negative antara kontrol diri dengan perilaku *phubbing* pada remaja akhir di Yogyakarta. Artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku *phubbing*. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku *phubbing* pada remaja akhir di Yogyakarta. Sedangkan hasil dari kategorisasi dapat diketahui bahwa Sebagian besar remaja akhir di Yogyakarta memiliki kontrol diri yang cenderung positif sebesar (82,9%) (58 subjek) dan *phubbing* sebesar (85,7%) (60 subjek). Hasil dari penelitian ini memperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,654 yang menunjukkan bahwa variabel kontrol diri menunjukkan kontribusi (65,4 %) dan sisanya (34,6%) dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor kecanduan ponsel, kecanduan game, dan kecanduan internet.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa kontrol diri berpengaruh pada perilaku *phubbing* sehingga diharapkan remaja bisa mengendalikan diri supaya bisa mengontrol penggunaan *smartphone*, sehingga perilaku *phubbing* dapat diminimalisir, dan terciptanya komunikasi dua arah dan interaksi dengan lawan bicara.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan dari penelitian ini dapat dinyatakan bahwa koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh dalam penelitian sebesar 0,654. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 65,4% terhadap perilaku *phubbing* dan sisanya 34,6% dapat menjadi perhatian bagi peneliti selanjutnya untuk diteliti seperti faktor kecanduan ponsel, kecanduan game, dan kecanduan internet. Selain itu dalam pelaksanaan penelitian diharapkan peneliti selanjutnya jika penelitian pada masa covid-19 ini untuk menyebar skala melalui media sosial tidak pada jam kerja. Hal tersebut dilakukan agar data yang didapatkan lebih meyakinkan lagi serta meminimalisir subjek mengisi skala asal-asalan.

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk perbaikan penelitian disarankan untuk menggunakan semua aitem yang tidak gugur. Karena pada penelitian ini masih memiliki kelemahan.

