

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja. Nilai korelasi mengarah negatif yang berarti semakin tinggi dukungan sosial pada remaja, maka akan semakin rendah kecenderungan mengalami *nomophobia*. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial pada remaja, maka akan semakin tinggi kecenderungan mengalami *nomophobia*. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial dapat dianggap salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecenderungan *nomophobia* pada remaja. Hasil koefisien determinasi (R^2) diperoleh sebesar 0,045 yang menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial menyumbangkan kontribusi sebesar 4,5% dan tidak menyumbangkan kontribusi sebesar 95,5% terhadap *nomophobia*. Hal ini menunjukkan bahwa 95,5% *nomophobia* dipengaruhi faktor lain. Berdasarkan hasil kategorisasi dapat disimpulkan bahwa secara dukungan sosial dan *nomophobia* pada remaja mayoritas berada pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian disarankan untuk lebih meningkatkan dukungan sosial dengan individu lain dengan cara pemberian dukungan, perhatian, bantuan dan melakukan komunikasi atau interaksi sosial secara langsung agar mengurangi intensitas individu dalam mengakses *smartphone* serta dapat lebih bijak lagi dalam menggunakan *smartphone* agar tidak mengalami kecenderungan *nomophobia*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya jika ingin meneliti dengan tema ini diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih bervariasi dan disarankan untuk dapat memperhatikan faktor-faktor lain seperti gender, usia, *self-esteem*, *extroversion*, *neuroticism personality*, faktor biologis, faktor kognitif, faktor emosional, dan faktor behavioral karena dalam penelitian ini dukungan sosial tidak berkontribusi atau tidak mempengaruhi 95,5% terhadap kecenderungan *nomophobia*. Selain itu, peneliti sebaiknya lebih aktif lagi melakukan wawancara agar data yang diperoleh akurat dan menyempurnakan lagi alat ukur agar lebih mudah dimengerti dan sesuai dengan responden penelitian.