

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan penelitian yang dilakukan mengenai gambaran *phubbing* pada peserta didik kelas XI SMA Negeri di Kabupaten Ciamis, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Secara umum, mayoritas peserta didik kelas XI SMA Negeri di Kabupaten Ciamis melakukan *phubbing* dan berada dalam kategori *phubbing sedang*. Artinya, peserta didik terkadang memiliki kegelisahan ketika jauh dari *smartphone* atau ketika tidak dapat mengakses internet atau jejaring sosial melalui *smartphone* mereka, terkadang merasakan konflik dengan diri sendiri dan orang lain karena penggunaan *smartphone*, terkadang peserta didik melepaskan diri dari aktivitas sosial dan mengisolasi diri dari orang lain karena penggunaan *smartphone*, dan terkadang peserta didik mengakui bahwa memiliki masalah perilaku *phubbing*. Berdasarkan data demografis sebagai *phubber*, pertama jenis kelamin menunjukkan perempuan tidak *phubbing* lebih sering daripada laki-laki. Berdasarkan letak geografis, peserta didik di pusat kota maupun pinggir kota keduanya sama-sama memiliki peluang melakukan *phubbing*. Berdasarkan kelas peminatan, peserta didik di kelas peminatan IPA dan IPS keduanya sama-sama memiliki peluang melakukan *phubbing*. Kemudian, berdasarkan penggunaan *smartphone*, yang mana semakin sering dan lama menggunakan *smartphone* semakin tinggi juga tingkat *phubbing* seseorang.
- 2) Faktor *nomophobia* dan *problem acknowledge* berada dalam kategori *phubbing sedang* menjadi faktor tertinggi *phubbing* sebagai *phubber*. *Nomophobia* merupakan faktor *phubbing* yang sering dilakukan peserta didik. *Problem ancknowledge* merupakan pengakuan peserta didik bahwa dirinya memiliki masalah *phubbing*. *Interpersonal confict* dan *self-isolation* berada dalam kategori *phubbing ringan*.
- 3) Secara umum, mayoritas peserta didik kelas XI SMA Negeri di Kabupaten Ciamis memiliki pengalaman di-*phub*/objek *phubbing/phubbee* dan berada

dalam kategori *being phubbed sedang*. Artinya, peserta didik saat berada di lingkungan sosial, lawan bicaranya terkadang lebih fokus terhadap *smartphone*, terkadang peserta didik merasa diabaikan oleh lawan bicaranya karena penggunaan *smartphone*, dan peserta didik terkadang merasakan adanya konflik antara dirinya dengan orang lain karena penggunaan *smartphone* orang lain. Berdasarkan data demografis sebagai *phubbee*, pertama jenis kelamin menunjukkan peserta didik laki-laki dan perempuan memiliki pengalaman di-*phub*/objek *phubbing/phubbee*. Berdasarkan letak geografis, peserta didik di pusat kota maupun pinggir kota keduanya sama-sama memiliki pengalaman di-*phub*/objek *phubbing/phubbee*. Berdasarkan kelas peminatan, peserta didik di kelas peminatan IPA dan IPS keduanya sama-sama memiliki pengalaman di-*phub*/objek *phubbing/phubbee*.

- 4) Faktor *perceived norms* berada dalam kategori *being phubbed berat* menjadi faktor tertinggi *phubbing* sebagai *phubbee*. Faktor *feeling ignored* dan *interpersonal conflict* berada dalam kategori *being phubbed sedang*.
- 5) Peserta didik kelas XI SMA Negeri di Kabupaten Ciamis mayoritas sebagai *phubbee*. Selain itu, terdapat peserta didik yang menjadi *phubber* sekaligus *phubbee*.

## 5.2 Rekomendasi

### 5.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling sebagai praktisi juga fasilitator bagi perkembangan peserta didik, memperhatikan aktivitas peserta didik menjadi hal penting khususnya yang sering terjadi di sekolah. Pencapaian tugas perkembangan peserta didik tentu perlunya bantuan dari guru BK sehingga upaya mencegah dan mereduksi *phubbing* perlu diberikan secara berkala. Guru BK dapat mengimplementasikan dan mengembangkan rancangan layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi *phubbing* peserta didik sesuai dengan keunikan dan karakteristik masing-masing sekolah. Kolaborasi dengan orang tua penting juga dalam proses ini dengan memberikan dukungan tambahan dan memastikan lingkungan yang mendukung di rumah dan sekolah. Pendekatan komprehensif yang

melibatkan aspek-aspek emosional, kognitif, perilaku, dan sosial akan lebih efektif dalam menangani isu *phubbing* di lingkungan sekolah.

### **5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

- 1) Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan metode pengumpulan data *phubbing* seperti wawancara dan observasi untuk menguatkan hasil penelitian.
- 2) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan metode dan teknik yang berbeda seperti korelasi, komparasi, dan uji beda terkait *phubbing* berdasarkan variabel kategori lainnya.
- 3) Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain seperti eksperimen untuk menguji efektivitas penerapan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk mereduksi *phubbing*.
- 4) Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan kualitatif untuk menelaah konflik internal yang terjadi pada seseorang yang menjadi *phubber* sekaligus menjadi *phubbee*.