

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Bab lima membahas simpulan dan rekomendasi berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan.

5.1 Simpulan

Hasil penelitian dan pembahasan terkait gambaran kecenderungan *nomophobia* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung ditemukan beberapa kesimpulan.

1. Secara keseluruhan dari total 170 peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung, ditemukan bahwa mayoritas peserta didik atau yang berjumlah 129 orang memiliki kecenderungan *nomophobia* dengan kategori sedang. Pernyataan tersebut berarti peserta didik mengalami kecenderungan *nomophobia* yang mulai mengganggu aktivitas tetapi belum dalam keadaan ekstrem atau menunjukkan kecenderungan cemas terhadap ponsel meskipun reaksi emosionalnya tidak terlalu kuat.
2. Apabila dilihat berdasarkan keseluruhan dimensi, ditemukan bahwa dimensi *losing connectedness* memiliki persentase ketercapaian yang paling besar diantara dimensi yang lain yakni sebesar 56,91% dan apabila dilihat berdasarkan indikator ditemukan bahwa indikator ketiga yakni cemas apabila terputus dari jaringan internet memiliki persentase ketercapaian paling besar diantara indikator yang lain yakni sebesar 36,1%.
3. Apabila dilihat berdasarkan jenis kelamin, mayoritas peserta didik laki-laki atau yang berjumlah 40 orang memiliki kecenderungan *nomophobia* dengan kategori sedang. Mayoritas peserta didik perempuan atau yang berjumlah 89 orang memiliki kecenderungan *nomophobia* dengan kategori sedang. Selain itu, ditemukan juga terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kecenderungan *nomophobia* antara laki-laki dan perempuan.
4. Berdasarkan data hasil penelitian yakni berupa gambaran umum dan gambaran berdasarkan dimensi kecenderungan *nomophobia*, maka dibuatlah rancangan layanan bimbingan kelompok yang terdiri dari 6 kegiatan layanan mulai dari 1 kegiatan pembukaan, 4 kegiatan inti, dan 1 kegiatan recommitmen serta penutupan.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang dilaksanakan terkait kecenderungan *nomophobia* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung, berikut ditemukan beberapa rekomendasi yang ditujukan bagi berbagai pihak yang diharapkan dapat memberikan masukan berupa saran dan kritik yang konstruktif.

5.2.1 Pihak Sekolah Menengah Atas (SMA) Serta Guru Bimbingan dan Konseling

Rancangan layanan bimbingan kelompok untuk mereduksi kecenderungan *nomophobia* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung yang telah disusun dan diuji kelayakannya oleh pakar dan praktisi Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat diimplementasikan pada program BK di sekolah sehingga dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan pengendalian dirinya dalam mengatasi kecenderungan *nomophobia* yang dialami.

5.2.2 Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, berikut beberapa rekomendasi yang dapat dilakukan untuk mengembangkan penelitian dengan topik yang relevan, sehingga data yang ditemukan dapat dilengkapi secara komprehensif terkait topik tersebut.

1. Penelitian selanjutnya dapat meneliti terkait topik kecenderungan *nomophobia* pada jenjang maupun instansi pendidikan yang berbeda layaknya pada jenjang Sekolah Dasar (SD) atau setara, Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau setara, maupun Perguruan Tinggi (PT).
2. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode dan teknik berbeda, seperti wawancara, observasi, uji korelasi, dan lain sebagainya terkait variabel *nomophobia* yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin, usia, kelas, maupun kelompok lainnya.
3. Peneliti selanjutnya dapat melakukan uji coba rancangan layanan yang telah dibuat dalam penelitian ini atau dapat merancang untuk komponen layanan lain seperti konseling kelompok atau konseling individual.