

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang dilakukan mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik kelas XI SMAN se-Kota Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 1) Hampir seluruh peserta didik kelas XI SMAN se-Kota Bandung melakukan *phubbing* dan kecenderungan umumnya adalah *phubbing sedang* menuju ke *ringan*, yang mana hal ini memperkuat teori yang mengatakan fenomena perilaku *phubbing* semakin mewabah di kalangan generasi Z. Peserta didik cukup memiliki ketakutan jika terlepas dari *smartphone*; terkadang merasakan konflik antara diri sendiri dan orang lain; menggunakan *smartphone* terkadang untuk tujuan melepaskan diri dari aktivitas sosial dan mengisolasi diri dari orang lain.
- 2) Faktor *nomophobia* dan *problem acknowledge* berada pada kategori *sedang* menuju ke *berat*, sedangkan *interpersonal conflict* dan *self-isolation* berada pada kategori *ringan* menuju ke *sedang*. *Nomophobia* adalah salah satu prediktor terkuat kecenderungan perilaku *phubbing* dan *problem acknowledge* adalah pengakuan jujur dari peserta didik bahwa dirinya memiliki masalah *phubbing*. *Interpersonal conflict* dan *self-isolation* adalah efek kelanjutan dari *nomophobia* yang tidak semua peserta didik mengalaminya.
- 3) Berdasarkan jenis kelamin, baik pada laki-laki maupun perempuan memiliki kecenderungan perilaku *phubbing* yang sama yaitu *phubbing sedang* menuju ke *ringan*. Namun pencapaian skala perilaku *phubbing* tertinggi ditemukan pada peserta didik perempuan dikarenakan perempuan memiliki tingkat ketergantungan *smartphone* lebih tinggi dan lebih cenderung terlibat dalam penyalahgunaan *smartphone*.
- 4) Berdasarkan letak geografis, peserta didik di masing-masing sekolah menunjukkan kecenderungan yang sama, yaitu *phubbing sedang* menuju ke *ringan*. Pencapaian skala tertinggi dan terendah sama-sama ditemukan pada

peserta didik yang berasal dari sekolah yang berada di wilayah kecamatan tengah kota dan pinggir kota. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* tidak ditentukan oleh letak geografis. Akses reguler ke *smartphone* dapat terjadi kapan saja dan di mana saja secara tidak sadar dan intuitif. Sehingga perilaku *phubbing* akan selalu berpotensi muncul selama ada ketersediaan sarana dan prasarana pendukung seperti *smartphone*, jaringan internet, media sosial, dan *game*.

- 5) Berdasarkan peminatan, baik peserta didik yang berasal dari kelas peminatan IPA, IPS, dan bahasa, ketiganya memiliki kecenderungan yang sama yaitu *phubbing sedang* menuju ke *ringan*. Adapun kelas peminatan IPS adalah yang paling rendah capaian skala perilaku *phubbing*-nya, karena memiliki karakteristik yang unggul dalam bergaul dan bersosialisasi, serta memiliki rasa solidaritas yang kuat antar-sesama teman sekelas, yang akan turut menekan faktor *interpersonal conflict* dan *self-isolation*.
- 6) Berdasarkan penggunaan *smartphone*, peserta didik yang menggunakan *smartphone* 1-5 jam/hari memiliki perilaku *phubbing ringan* menuju ke *sedang*, 6-20 jam/hari memiliki perilaku *phubbing sedang* menuju ke *ringan*, >20 jam/hari memiliki perilaku *phubbing sedang* menuju ke *berat*. Hal ini menguatkan teori yang mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan *smartphone* yang kemudian timbul perilaku mengabaikan di kehidupan nyata. Ada kecenderungan bahwa, semakin lama menggunakan *smartphone* semakin besar muncul kecenderungan perilaku *phubbing*.
- 7) Layanan bimbingan dan konseling pribadi hipotetik disusun dengan tujuan mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* dengan cara membantu peserta didik mengevaluasi diri dan mengembangkan sikap bijak dalam menggunakan *smartphone* dimanapun dan kapanpun sehingga tercipta kemandirian pribadi yang baik dan terhindar dari konflik. Strategi layanan yang digunakan adalah bimbingan klasikal untuk kategori *tidak phubbing* dan *phubbing ringan*, bimbingan kelompok untuk kategori *phubbing sedang*, dan konseling untuk kategori *phubbing berat*.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang dilakukan mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik kelas XI SMAN se-Kota Bandung, berikut dirumuskan rekomendasi yang ditujukan untuk berbagai pihak.

5.2.1 Pihak Sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling

Pihak sekolah dan guru bimbingan dan konseling dapat mengimplementasikan dan mengembangkan rumusan layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik secara lebih spesifik berdasarkan keunikan, kekhasan, atau karakteristik masing-masing sekolah yang pada akhirnya akan memberikan keragaman layanan.

5.2.2 Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan metode pengumpulan data terkait perilaku *phubbing* peserta didik melalui wawancara dan observasi untuk menguatkan hasil sekaligus melakukan triangulasi data sehingga hasilnya lebih meyakinkan.
- 2) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan metode dan teknik yang berbeda seperti korelasi, komparasi, dan uji beda terkait variabel kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik berdasarkan jenis kelamin, sekolah, peminatan, dan penggunaan *smartphone* serta variabel kategori lainnya.
- 3) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang kecenderungan perilaku *phubbing* berdasarkan karakteristik lain misalnya status sosial ekonomi keluarga, lokasi daerah wisata atau bukan, pondok pesantren, dan lain-lain.
- 4) Metode yang digunakan baru mampu menghasilkan layanan bimbingan dan konseling pribadi yang uji kelayakannya sebatas hipotetik. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain seperti metode eksperimen sehingga dapat diketahui keefektifan layanan bimbingan dan konseling pribadi dalam mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik.