

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 1) Sebagian besar peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar melakukan *phubbing* dan memiliki kecenderungan perilaku *phubbing ringan* menuju ke *sedang*. Hal ini memperkuat penelitian yang mengatakan bahwa perilaku *phubbing* semakin mewabah di kalangan remaja saat ini. Karena generasi remaja saat ini merupakan generasi yang akrab dengan *smartphone* sehingga terkadang memiliki ketakutan jika terlepas atau jauh dari *smartphone*, terkadang merasakan konflik dengan diri sendiri dan orang lain, terkadang menggunakan *smartphone* untuk tujuan melepaskan diri dari aktivitas sosial dan mengisolasi diri dari orang lain.
- 2) Faktor *nomophobia* berada pada kategori sedang menuju berat, faktor *interpersonal conflict* dan *problem acknowledge* berada pada kategori ringan menuju sedang, sedangkan faktor *self-isolation* berada pada kategori ringan menuju tidak *phubbing*. *Nomophobia* merupakan faktor terkuat individu melakukan *phubbing* dan merupakan faktor *phubbing* yang sering dilakukan oleh peserta didik. *Interpersonal conflict* dan *self-isolation* adalah efek lanjutan dari *nomophobia* yang tidak semua peserta didik mengalaminya. Sedangkan *problem acknowledge* adalah pengakuan dari peserta didik bahwa dirinya memiliki kecenderungan perilaku *phubbing*.
- 3) Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan perilaku *phubbing* yang sama yaitu *phubbing ringan* menuju *sedang*. Namun perempuan memiliki tingkat pencapaian skala yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini karena perempuan memiliki tingkat intensitas yang tinggi dalam menggunakan *smartphone*.
- 4) Peserta didik pada masing-masing sekolah dan kelas memiliki kecenderungan perilaku *phubbing* yang sama yaitu *phubbing ringan* menuju *sedang*. Hal ini

menunjukkan bahwa sekolah dan jenjang kelas tidak menentukan tingkat kecenderungan perilaku *phubbing* individu, berarti peserta didik pada masing-masing sekolah dan kelas memiliki peluang yang sama untuk menjadi *phuber* (orang yang melakukan *phubbing*).

- 5) Berdasarkan penggunaan *smartphone*, peserta didik memiliki kecenderungan perilaku yang sama yaitu *phubbing ringan* menuju *sedang*. Namun ada perbedaan pada tingkat pencapaian skalanya, semakin lama peserta didik menggunakan *smartphone* maka semakin tinggi tingkat pencapaian skalanya. Hal ini menunjukkan bahwa semakin lama menggunakan *smartphone* maka kemungkinan muncul kecenderungan perilaku *phubbing* semakin besar.
- 6) Program layanan bimbingan dan konseling pribadi disusun dengan tujuan untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik. Melalui layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat meningkatkan kesadaran peserta didik untuk mengelola waktu dalam bermain *smartphone*, menyadari dampak positif maupun negatif dari bermain *smartphone* sehingga mereka dapat menggunakan *smartphone* dengan bijak dan peserta didik dapat mengurangi kecenderungan perilaku *phubbing*. Strategi layanan yang digunakan untuk kategori *tidak phubbing* dan *phubbing ringan* adalah bimbingan klasikal, kategori *phubbing sedang* menggunakan bimbingan kelompok, dan konseling untuk kategori *phubbing berat*.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik SMP Negeri se-Kota Banjar, dirumuskan rekomendasi yang ditunjukkan untuk berbagai pihak sebagai berikut.

5.2.1 Pihak sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling

Pihak sekolah dan guru bimbingan dan konseling dapat mengimplementasikan dan mengembangkan rumusan program layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik secara spesifik berdasarkan keunikan dan karakteristik masing-masing sekolah sehingga nantinya akan memberikan keragaman layanan sesuai dengan kekhasan masing-masing.

5.2.2 Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan metode pengumpulan data perilaku *phubbing* melalui wawancara dan observasi untuk menguatkan hasil penelitian dan hasil penelitian data lebih meyakinkan.
- 2) Untuk mengungkap perilaku *phubbing* peserta didik, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan metode dan teknik yang berbeda seperti korelasi, komparasi, dan uji beda terkait kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik berdasarkan jenis kelamin, sekolah, peminatan, dan penggunaan *smartphone* dan kategori lainnya.
- 3) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang kecenderungan perilaku *phubbing* berdasarkan karakteristik lain misalnya status sosial ekonomi, letak geografis rumah, pondok pesantren, dan lain-lain.
- 4) Penelitian ini baru mampu menghasilkan rancangan program bimbingan dan konseling pribadi sehingga mengetahui keefektifannya secara empiris. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain seperti metode eksperimen sehingga dapat diketahui keefektifan layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi kecenderungan perilaku *phubbing* peserta didik.