

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Bab ini membahas tentang kesimpulan dan saran pada penelitian

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Penelitian berhasil menjawab hipotesa penelitian yang pertama yaitu menguji apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan *phubbing* pada remaja. Dengan melakukan uji hipotesa menggunakan uji korelasi *pearson product momen* didapatkan hasil bahwa variabel X dan Y memiliki korelasi yang cukup kuat dengan arah hubungan yang negatif. Maka dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan *phubbing* pada remaja SMA.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Saran Praktis**

Berdasarkan hasil penelitian diatas saran praktis dari penelitian ini adalah:

1. Orang tua bisa mengatur jam penggunaan ponsel pada remaja, bila siang hari remaja diberikan ponsel lalu malam hari orang tua bisa meletakkan ponsel jauh dari remaja.
2. Orang tua dapat mengingatkan remaja akan etika saat sedang berbicara dengan orang lain.
3. Aktif bersosialisasi dengan orang lain secara langsung dan tatap muka
4. Mengikuti kegiatan sosial yang melibatkan interaksi dengan banyak orang
5. Mengatur jadwal kegiatan di sekolah maupun di rumah dan waktu bermain *smartphone*.
6. Tidak menggunakan *smartphone* saat sedang mengisi daya
7. Meletakkan *smartphone* jauh dari jangkauan ketika tidur.

### 5.2.2 Saran Teoritis

1. Pada saran teoritis peneliti selanjutnya dapat menguji perbedaan *phubbing* dengan variabel demografis, seperti pendidikan orang tua ataupun latar belakang sosial ekonomi keluarga remaja yang mengalami *phubbing*.
2. Bagi peneliti lain yang akan meneliti *phubbing* di masa yang akan datang, bisa menguji *phubbing* dengan variabel komunikasi interpersonal, ataupun *phubbing* pada orang tua dan dampaknya terhadap berkembang anak.

