

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan signifikan kecenderungan *nomophobia* antara laki – laki dan perempuan pada pengguna aplikasi TikTok.
2. Ada perbedaan signifikan kecenderungan *nomophobia* antara usia remaja dan usia dewasa pada pengguna aplikasi TikTok.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kecenderungan *nomophobia* pada pengguna aplikasi TikTok ditinjau dari jenis kelamin dan usia, peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak. Adapun saran yang diberikan oleh peneliti adalah:

1. Saran Teoritis
  - a.) Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel dan hanya melihat perbedaan kecenderungan *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin dan usia secara umum saja, maka disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia* selain jenis kelamin dan usia serta meneliti dengan menggunakan dua variabel.
  - b.) Pada peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dampak dari kecenderungan *nomophobia* pada perubahan perilaku individu serta memperluas daerah sampel penelitian yang akan diteliti nantinya sehingga hasilnya bisa digeneralisasikan.

## 2. Saran Praktis

Kepada seluruh subjek disarankan lebih berhati – hati dalam penggunaan *smartphone* agar terhindar dari dampak negatif penggunaan *smartphone* yang dapat menyebabkan *nomophobia* sehingga dapat mengganggu kegiatan sehari – hari seperti, gelisah, kurang fokus, dan mudah marah, serta kurangnya sosialisasi di kehidupan nyata karena terlalu disibukkan dengan *smartphone*. Diharapkan subjek dapat menggunakan aplikasi media sosial untuk kegiatan yang lebih positif misalnya, menggunakan media sosial untuk berwirausaha, menjadi *content creator*, dll.

