

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *cyberslacking* dengan kontrol diri yaitu semakin tinggi perilaku *cyberslacking* maka semakin rendah tingkat kontrol dirinya, begitu juga sebaliknya jika rendah perilaku *cyberslacking* maka semakin tinggi tingkat kontrol dirinya. Dengan demikian hipotesis alternatif dapat diterima.
2. Berdasarkan kategorisasi variabel perilaku *cyberslacking* pada sampel penelitian mayoritas pada kategori sedang. Berdasarkan kategorisasi pada variabel kontrol diri pada sampel mayoritas pada kategori rendah.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Diharapkan bagi mahasiswa untuk tidak melakukan perilaku *cyberslacking* pada saat jam perkuliahan sedang berlangsung, dikarenakan perilaku tersebut adalah termasuk ke dalam perilaku menyimpang pada saat jam perkuliahan.
2. Diharapkan bagi mahasiswa untuk lebih produktif saat menggunakan *gadget* untuk mengurangi munculnya perilaku *cyberslacking* dan lebih bermanfaat.
3. Mahasiswa di harapkan untuk lebih meningkatkan kontrol diri dengan cara mempertimbangkan konsekuensi negatif dari perbuatan perilaku menyimpang.

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan teori-teori para Psikolog, agar lebih memperkaya literatur yang lebih baik dari peneliti sebelumnya.

2. Peneliti sebaiknya menggunakan variabel lain selain kontrol diri, di karenakan terdapat faktor lain seperti faktor situasi, faktor organisasi, dan juga dalam faktor individual masih terdapat beberapa atribut lain seperti rasa malu, kesepian, maupun harga diri pada perilaku *cyberslacking*.
3. Peneliti dapat memiliki populasi dan sampel lain selain mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik dari data penelitian di atas.

