

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan peneliti pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran aspek-aspek kontrol diri mahasiswa terhadap perilaku *phubbing* sudah cukup baik. Pada kemampuan mengontrol perilaku, subjek menunjukkan perilaku acuh pada kondisi tertentu dari situasi di sekitar, dalam mengontrol stimulus subjek melakukan aktivitas tanpa ada pengaruh *smartphone* dan memberikan jadwal, untuk mengantisipasi adanya kejadian peristiwa subjek berhati-hati dalam penggunaan *smartphone*, dalam menafsirkan suatu peristiwa subjek bertindak sesuai kebenaran tidak merugikan orang lain, kemampuan mengambil keputusan subjek bertindak jika ada kesempatan serta tergantung situasi/kondisi.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri mahasiswa terhadap perilaku *phubbing* meliputi usia, lingkungan teman sebaya, dan lingkungan keluarga. Pada faktor usia, ada perbedaan pemahaman subjek serta waktu dalam penggunaan *smartphone*, dalam lingkungan teman sebaya subjek mengurangi interaksi teman yang memberikan pengaruh negatif, dan dalam lingkungan keluarga subjek diberikan nasehat peringatan untuk tidak berlebihan dalam menggunakan *smartphone*.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perilaku *phubbing* mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri diperoleh dengan pemberian angket skala yang dilakukan beberapa bulan sebelum kegiatan wawancara terkait kontrol diri sehingga terdapat jeda waktu yang panjang pada pengambilan data penelitian dan tidak ditriangulasi dengan metode yang berbeda. Hal inilah yang menjadi kelemahan dari penelitian ini bahwa kontrol diri terhadap perilaku *phubbing* tidak menentu. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan agar konsisten dalam penggunaan metode penggalan data dan melakukan metode triangulasi dalam pengecekan keabsahan data.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini agar dijadikan sebagai bahan pembelajaran dalam menerapkan kontrol diri terhadap perilaku *phubbing* ataupun penggunaan *smartphone* dalam kehidupan bersosial, karena mahasiswa yang menjadi subjek pada penelitian ini sudah cukup baik dalam menerapkan kontrol diri terhadap perilaku *phubbing*.

3. Bagi Kampus

Pihak kampus agar selalu memberikan pengarahan ataupun sosialisasi dalam penggunaan *smartphone* yang baik, serta memberikan materi pentingnya kontrol diri terhadap perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa.