

## BAB V I

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang Program studi Ilmu Komunikasi angkatan 2020 terhadap perilaku nomophobia, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Gambaran umum perilaku nomophobia yang dilakukan oleh mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2020 adalah, 1) Menggunakan *smartphone* terlalu lama, seperti mengecek atau melihat media sosial dan menonton film yang terlalu lama menghabiskan banyak waktu dengan *smartphone*, 2) Berlebihan mengecek notifikasi  $\pm 1$ jam, 3) Seolah-olah mendengarkan notifikasi yang berbunyi, 4) kebiasaan menyimpan *smartphone* ditempat tidur.

b. Faktor yang memengaruhi perilaku kecanduan nomophobia mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2020 yaitu : 1) faktor kebutuhan, yang dimana semua zaman sekarang menggunakan *smartphone*, *smartphone* memberikan fitur-fitur yang menyenangkan yang membuat mahasiswa menjadi semakin bergantung dengan *smartphone*, 2) faktor pergaulan, yaitu diperkenalkan oleh orang lain tentang fitur-fitur di *smartphone* mendapatkan aplikasi secara mudah, menonton tanpa harus membayar mahal, hanya bermodalkan kuota semuanya bisa dijangkau.

#### 6.2. Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian dan mengamati situasi selama di lapangan, peneliti mengajukan beberapa saran antara lain:

1. Bagi Progam Studi Ilmu Komunikasi

- a) Supaya memberikan bimbingan dan membekali mahasiswa dengan nilai-nilai moral yang nantinya berguna agar para mahasiswa memiliki fondasi yang baik ketika mereka berinteraksi dengan orang lain.
  - b) Memberikan perhatian dan membangun komunikasi yang baik dengan mahasiswa agar mau terbuka menceritakan tentang hal-hal apapun agar mahasiswa tidak lebih mementingkan *smartphonenya*.
2. Bagi Mahasiswa Ilmu komunikasi 2020 Unwira :
- a) Memberitahukan kepada para mahasiswa tentang perilaku yang tidak baik dan selalu memberikan dukungan apapun yang terjadi.
  - b) Menegur mahasiswa ketika memiliki perilaku yang menyimpang. Berikan nasehat atau sesuatu yang dapat membuat dia mengubah perilakunya.
  - c) Melibatkan diri dalam menghabiskan waktu bersama teman tanpa adanya *smartphone* agar membuat pertemanan kalian lebih baik lagi.
  - d) Mendatangi seorang konselor jika mengalami gejala perilaku nomophobia untuk berkonsultasi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
- Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mencermati fenomena-fenomena perilaku mengenai kecanduan *smartphone* dan nomophobia seperti kecemasan ketika berhadapan dengan *smartphone* serta kehilangan konektivitas pada jaringan *smartphone*. Penelitian ini diharapkan agar dapat menjadi rujukan tambahan bagi penelitian lain dengan topik terkait. Juga bagi peneliti selanjutnya agar mencermati faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap nomophobia.