

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis serta perhitungan dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka didapat kesimpulan hasil sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis deskriptif antara *leisure boredom* dan *self-control* terhadap perilaku *phubbing* didapatkan hasil, antara lain:
 - a. Hasil deskriptif variabel *phubbing* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi berada dalam kategori sedang yaitu sebesar 227 (61,4%)
 - b. Hasil deskriptif variabel *leisure boredom* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi berada dalam kategori sedang yaitu sebesar 211 (57,0%)
 - c. Hasil deskriptif variabel *self-control* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi berada dalam kategori sedang yaitu sebesar 142 (38,4%)
2. Terdapat hubungan yang positif serta signifikan antara *leisure boredom* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,433 yang artinya semakin tinggi *leisure boredom* maka semakin tinggi perilaku *phubbing* mahasiswa.
3. Terdapat hubungan yang negatif serta signifikan antara *self-control* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,606 yang artinya semakin tinggi *self-control* maka semakin rendah perilaku *phubbing* mahasiswa.

4. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *leisure boredom* dan *self-control* terhadap perilaku *phubbing* pada mahasiswa aktif Universitas Islam “45” Bekasi dengan nilai koefisien 0,497 (49,7%).

B. SARAN

Peneliti menyadari dalam penelitian yang dilakukan masih terdapat banyak kekurangan. Namun hal tersebut dapat menjadi pembelajaran bagi peneliti untuk dapat melakukan yang lebih baik kedepannya. Berdasarkan penelitian yang telah jelaskan, maka terdapat beberapa saran yang mungkin bermanfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi program studi psikologi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan untuk bidang ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan mengenai variabel yang mampu mempengaruhi perilaku *phubbing* diantaranya yaitu *leisure boredom* dan *self-control*.
2. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa mengenai *leisure boredom* dan *self-control* terhadap perilaku *phubbing*, sehingga penelitian ini dapat menumbuhkan kesadaran kepada mahasiswa agar mampu mengontrol penggunaan ponsel dan menggunakan waktu luang dengan bijak agar terhindar dari perilaku *phubbing*.
3. Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadikan pedoman serta masukan bagi penelitian selanjutnya, sebagai informasi dan referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut yang menganalisa variabel-variabel lainnya yang berpengaruh dengan *leisure boredom*, *self-control*, dan *phone snubbing (phubbing)*.