

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa program studi Keperawatan FKIK Universitas Jambi, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 19 tahun dengan jumlah 30 responden (35,5%), karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar merupakan perempuan dengan jumlah 72 responden (84,7%), karakteristik berdasarkan intensitas membuka smartphone diperoleh sebagian besar memilih setiap 30 menit sekali dalam sehari dengan jumlah 32 responden (37,6%) dan karakteristik berdasarkan durasi diperoleh sebagian besar memilih setiap 6 jam/hari dengan jumlah 54 responden (63,5%).
2. Tingkat *nomophobia* pada mahasiswa program studi Keperawatan FKIK Universitas Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 66%. Adapun persentase dengan kategori tinggi sebesar 34%.
3. Tingkat Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa program studi Keperawatan FKIK Universitas Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 83,5%. Adapun persentase dengan kategori rendah sebesar 5,9% dan kategori tinggi sebesar 10,6%.
4. Berdasarkan hasil uji korelasi didapatkan p-value 0,000 (p-value < 0,05) yang berarti terdapat hubungan antara *nomophobia* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi Keperawatan FKIK Universitas Jambi. Adapun nilai korelasi sebesar 0,403 yang berarti hubungan *nomophobia* dengan prokrastinasi akademik berada dalam kategori cukup dengan arah hubungan bersifat positif.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran yang ditujukan kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK)

Penelitian ini dapat dijadikan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan *nomophobia* (*no mobile phone phobia*) dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa FKIK Universitas Jambi, dan juga untuk mengenai dampak yang ditimbulkan *nomophobia*.

2. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan informasi mengenai dampak *nomophobia* dan prokrastinasi akademik, sehingga mahasiswa mampu mengurangi penggunaan *smartphone* yang berlebihan dengan membuat jadwal durasi penggunaan *smartphone*, dengan adanya batasan tersebut diharapkan mampu membantu mahasiswa dalam mengelola kegiatannya baik itu dalam kegiatan akademik maupun non-akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melaksanakan penelitian lanjutan khususnya mengenai *nomophobia* dan prokrastinasi akademik. Peneliti berikutnya juga diharapkan mampu mengungkapkan variabel-variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini dan mampu mengungkapkan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap terjadinya prokrastinasi akademik.