

## BAB VI

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. Simpulan

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan di SMK Farmako Medika Plus dengan judul “Gambaran Nomophobia dan Kontrol Diri Pada Remaja di SMK Farmako Medika Plus” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik yang paling mendominasi dilihat dari jenis kelamin yaitu berjenis kelamin perempuan sebesar 79%, dilihat dari usia yang mendominasi yaitu berusia 17 tahun sebesar 50%, dilihat dari lama kepemilikan *smartphone* yang mendominasi yaitu selama 1-3 tahun sebesar 45%, dilihat dari intensitas membuka *smartphone* yaitu  $\geq 5$  jam/hari sebesar 60%, dilihat dari tujuan *smartphone* yang mendominasi yaitu untuk komunikasi sebesar 34%.
2. Gambaran nomophobia pada di SMK Farmako Medika Plus menunjukkan bahwa setengahnya siswa/i SMK Farmako Medika Plus mengalami nomophobia berat sebanyak 31 responden (50%) dan sebagian kecil mengalami nomophobia ringan sebanyak 6 responden (10%).
3. Gambaran kontrol diri remaja di SMK Farmako Medika Plus menunjukkan sebagian besar siswa/i SMK Farmako Medika Plus memiliki kontrol diri rendah sebanyak 60 responden (97%) dan sebagian kecil memiliki kontrol diri tinggi sebanyak 2 responden (3%).

## **B. Rekomendasi**

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dan memiliki banyak kekurangan. Namun, penulis berharap bahwa penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis, institusi pendidikan, dan pembaca. Dari hasil yang tersaji dalam penelitian ini, maka penulis menyampaikan beberapa rekomendasi bagi pihak-pihak terkait diantaranya:

### 1. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar informasi untuk penelitian selanjutnya dengan mengembangkan judul penelitian ini dengan menambahkan atau mengganti variabel sampel yang lebih luas. Khususnya variabel psikososial pada penderita nomophobia.

### 2. Bagi institusi keperawatan bogor

Diharapkan bagi institusi pendidikan bisa menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan bacaan agar dapat menambah literatur untuk menunjang penelitian keperawatan jiwa.

### 3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan untuk pihak institusi pendidikan SMK Farmako Medika Plus, data penelitian yang telah diambil dapat dijadikan sebagai informasi mengenai Gambaran Nomophobia dan Kontrol Diri Pada Remaja di SMK Farmako Medika Plus.