

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kecanduan *smartphone* dengan kecemasan tanpa *smartphone* (*nomophobia*) pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2019, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata kecanduan *smartphone* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas adalah 31,20. Artinya mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Padang memiliki kecanduan terhadap *smartphone*.
2. Rata-rata kecemasan tanpa *smartphone* (*nomophobia*) pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas adalah 75,79. Artinya mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Padang memiliki kecemasan terhadap *smartphone* (*nomophobia*) sedang.
3. Ada hubungan yang bermakna antara kecanduan *smartphone* dengan kecemasan tanpa *smartphone* (*nomophobia*) ( $r=0,42$ ), berhubungan secara positif dan kekuatan sedang, artinya semakin tinggi kecanduan *smartphone* maka semakin meningkat kecemasan tanpa *smartphone* (*nomophobia*) yang dialami mahasiswa.

## B. Saran

### 1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Diharapkan bagi mahasiswa untuk dapat membatasi dan mengurangi penggunaan *smartphone* apalagi dimasa pandemi covid-19 sekarang ini, mahasiswa diharapkan untuk lebih menfokuskan dan membagi waktu penggunaan *smartphone* untuk belajar dan penggunaan media sosial serta *game*. Misalnya dengan mencari kegiatan yang lebih bermanfaat setelah seharian melakukan kuliah online seperti menonaktifkan *smartphone* untuk sementara waktu dan melakukan kegiatan lain seperti bersih-bersih rumah dan bersepeda santai.

### 2. Bagi Fakultas Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan referensi untuk mengembangkan pengetahuan dibidang keperawatan jiwa dalam menghadapi masalah *nomophobia* yang disebabkan oleh kecanduan *smartphone*.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal atau perbandingan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian lanjutan dalam menemukan faktor resiko lain yang terkait dengan *nomophobia* selain kecanduan *smartphone* seperti penelitian kualitatif.