

## BAB V

### PENUTUP

Simpulan dari peneliti terkait jawaban dari permasalahan-permasalahan dalam penelitian dijabarkan dijabarkan pada bab ini. Selain itu, juga dijabarkan mengenai saran metodologis dan praktis dari penulis dengan harapan akan berguna bagi pihak-pihak terkait dan menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti tentang *smartphone addiction risk* dengan *healyh related quality of life* pada remaja.

#### 5.1 Kesimpulan

Adapun kesimpulan yang dapat diambil oleh peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *smartphone addiction risk* dengan *health related quality of life* pada remaja di masa pandemi COVID-19 ialah terdapat hubungan antara *smartphone addiction risk* dengan *health related quality of life* pada dimensi *physical well-being*, dimensi *psychological well-being*, dimensi *autonomy and parent relation*, serta dimensi *school environment* pada remaja di masa pandemi COVID-19. Sedangkan, tidak terdapat hubungan antara *smartphone addiction risk* dengan *health related quality of life* pada dimensi *social support and peers* pada remaja di masa pandemi COVID-19.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat beberapa saran yang menjadi pertimbangan bagi berbagai pihak, yaitu:

### 5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya, yaitu

1. Penelitian selanjutnya dapat memperhatikan faktor demografis lainnya selain jenis kelamin yang sekiranya dapat mempengaruhi tingkat *smartphone addiction risk* dan *health related quality of life*, seperti usia, durasi penggunaan *smartphone* serta pendapatan orang tua.
2. Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat menyeimbangkan jumlah subjek laki-laki dan perempuan agar data yang diperoleh heterogen.

### 5.2.2 Saran Praktis

#### a) Pada remaja

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa kebanyakan remaja di masa pandemi COVID-19 ini memiliki risiko yang tinggi dalam mengembangkan *smartphone addiction* dan rata-rata sudah mempengaruhi kesehatan dan keseharian remaja. Sehingga, peneliti berharap agar selama di rumah saja, remaja lebih banyak melakukan aktivitas-aktivitas di rumah tanpa melibatkan *smartphone* agar *smartphone* hanya digunakan seperlunya tanpa memberi dampak buruk pada kesehatan dan keseharian remaja.

#### b) Pada Orang Tua

Dengan tingginya prevalensi *smartphone addiction risk* pada remaja di masa pandemi COVID-19 ini membuat orang tua sebaiknya lebih memperhatikan penggunaan *smartphone* remaja selama di rumah saja

dengan melibatkan anak dalam aktivitas diluar penggunaan *smartphone* yang dapat mengalihkan anak dari penggunaan *smartphone* secara terus menerus serta mendiskusikan aturan mengenai waktu penggunaan *smartphone* dengan anak agar anak tidak merasa dikekang dan diberikan ruang untuk berpendapat.

