

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, secara umum adiksi *smartphone* pada siswa SMA Muhammadiyah Tasikmalaya secara keseluruhan mengalami adiksi *smartphone* pada kategori parah. Hal ini dapat dimaknai bahwa siswa memiliki ketergantungan terhadap penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak dapat mengontrol diri dalam menggunakan *smartphone* sehingga menyebabkan masalah sosial dan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Adapun secara umum prokrastinasi akademik pada siswa SMA Muhammadiyah Tasikmalaya secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dimaknai bahwa siswa mengalami prokrastinasi akademik sedang sehingga perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas memiliki intensitas yang tidak terlalu tinggi. Siswa masih dapat mengerjakan tugas, tetapi pada beberapa situasi seperti ketika merasa malas atau dihadapkan pada tugas yang sulit akan memilih menunda mengerjakannya.

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa adanya adiksi *smartphone* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Adiksi *smartphone* memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik sebesar 0,216 atau setara dengan 21,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Muhammadiyah Tasikmalaya sebesar 21,6% sedangkan 78,4% dipengaruhi oleh variabel lain.

Oleh karena itu, terdapat implikasi bimbingan dan konseling untuk mereduksi adiksi *smartphone* pada siswa yaitu dengan pemberian bantuan atau intervensi bagi siswa berupa layanan konseling individu dengan menggunakan pendekatan *motivational interviewing* (MI) sehingga meminimalisir dilakukannya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi sekolah ataupun pihak-pihak terkait adiksi *smartphone* dan prokrastinasi akademik melalui

program formal maupun non-formal yang dapat mencegah atau mengurangi adanya adiksi *smartphone* dan prokrastinasi akademik pada siswa.

2. Bagi Konselor/ Guru BK

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman baru bagi konselor/ guru bk dalam mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling untuk mencegah atau mengurangi adanya adiksi *smartphone* dan prokrastinasi akademik pada siswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adiksi *smartphone* dan prokrastinasi akademik tidak hanya terjadi pada siswa SMA saja, namun adiksi *smartphone* dan prokrastinasi akademik bisa terjadi pada siswa SD, SMP, bahkan mahasiswa. Maka dari itu perlu dilakukan penelitian untuk mencegah atau menurunkan adiksi dan prokrastinasi akademik pada berbagai tingkatan pendidikan. Selain itu peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkorelasikan dengan variabel lain sebagai pembaruan riset.

