

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul penelitian “**Hubungan *Nomophobia* dalam Menggunakan *Smartphone* dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja di SMAN 5 Padang Tahun 2023**”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hampir separuh yaitu 48.1% responden mengalami kecemasan berat pada remaja di SMAN 5 Padang tahun 2023
2. Lebih dari separuh yaitu 53.2% responden berjenis kelamin laki-laki pada remaja di SMAN 5 Padang tahun 2023
3. Lebih dari separuh yaitu 55.8% responden berumur 16 tahun pada remaja di SMAN 5 Padang tahun 2023
4. Ada hubungan jenis kelamin dalam menggunakan *smartphone* dengan tingkat kecemasan pada remaja ($p=0,025$) di SMAN 5 Padang tahun 2023
5. Ada hubungan usia dalam menggunakan *smartphone* dengan tingkat kecemasan pada remaja ($p=0,000$) di SMAN 5 Padang tahun 2023

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengatasi perasaan cemas atau takut jika tidak menggunakan *smartphone* pada remaja dan agar dapat melihat kecemasan pada responden juga disebabkan oleh timbulnya

berbagai gejala klinis pada responden, gejala yang muncul berupa rasa khawatir, firasat buruk, mudah tersinggung, merasa tegang, gelisah, gangguan pada pola tidur, adanya gangguan konsentrasi dan daya ingat serta keluhan somatik berupa berdebar-debar, pendengaran berdenging, sesak nafas, gangguan pencernaan dan sakit kepala.

2. Bagi STIKes Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa keperawatan dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang kejadian kecemasan pada anak remaja dan permasalahan tentang *nomophobia*.

3. Bagi SMAN 5 Padang

Melalui kepala sekolah, diharapkan agar lebih melihat atau mengatasi kejadian *nomophobia* pada remaja dengan tingkat kecemasan dalam penggunaan *smartphone* yang dikarenakan remaja takut jika tidak membawa atau memegang *smartphone* remaja juga menggambarkan tingkat ketakutan yang ditimbulkan ketika remaja tidak dapat berkomunikasi melalui *smartphone* agar pihak guru dapat lebih banyak mengetahui apa saja penyebab dari kecemasan pada remaja dan apa saja penyebab dari *nomophobia* pada remaja, dan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dalam mengatasi kecemasan pada anak remaja.

