

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan Skala *Phubbing* Mahasiswa (SPM) sebagai alat ukur perilaku *phubbing* pada mahasiswa, dengan menggunakan model pengembangan *Design-Based Research* (DBR) dari Reeves yang terdiri dari tiga tahapan utama: Analisis dan Eksplorasi, Desain dan Konstruksi, serta Evaluasi dan Refleksi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Prosedur pengembangan Skala *Phubbing* Mahasiswa (SPM) dilakukan secara sistematis melalui pendekatan DBR. Pada tahap Analisis dan Eksplorasi, dilakukan identifikasi kebutuhan, perumusan indikator, dan penyusunan konstruk teoretis perilaku *phubbing* berdasarkan teori Chotpitayasunondh & Douglas, dengan *blueprint* awal berjumlah 59 item. Selanjutnya, pada tahap Desain dan Konstruksi, dilakukan validasi isi oleh ahli yang menghasilkan 58 item karena terdapat satu item yang dianggap berulang. Skala ini kemudian diuji secara terbatas pada 35 mahasiswa untuk menguji validitas konstruk awal, dan diperoleh 40 item yang dinyatakan valid. Tahap terakhir, yaitu Evaluasi dan Refleksi, dilakukan dengan menyebarkan skala 40 item tersebut kepada 384 mahasiswa dari lima pulau besar di Indonesia (Jawa, Sumatera, Kalimantan, Sulawesi, dan Bali) dalam kurun waktu satu bulan. Hasil pengujian ini kemudian dianalisis lebih lanjut, termasuk menggunakan pendekatan analisis SWOT.
2. Skala *Phubbing* Mahasiswa (SPM) dinyatakan layak digunakan berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas. Dari hasil pengujian pada tahap desain, 40 dari 58 item dinyatakan valid dengan nilai r hitung $> r$ tabel. Nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,863 menunjukkan bahwa skala ini memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi. Skala telah diuji secara nasional dan dapat digunakan pada mahasiswa dari perguruan tinggi negeri maupun swasta. Dengan demikian, SPM dapat digunakan sebagai instrumen pengukuran perilaku *phubbing* pada mahasiswa, baik dalam konteks asesmen, edukasi, maupun intervensi konseling. Skala ini ditujukan untuk mahasiswa berusia 18 tahun ke atas tanpa batas usia maksimum, sesuai dengan karakteristik pendidikan tinggi yang terbuka bagi semua usia. Untuk mendukung implementasinya, peneliti juga menyediakan buku panduan sebagai pedoman pelaksanaan. Selain itu, skala ini juga dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap perilaku *phubbing* yang mungkin tidak mereka sadari, sehingga mendorong refleksi diri dan

perubahan perilaku yang lebih adaptif dalam kehidupan akademik dan sosial.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas Skala *Phubbing* Mahasiswa (SPM) pada populasi yang lebih luas dan beragam, mencakup mahasiswa dari berbagai daerah dan latar belakang institusi (negeri dan swasta) di seluruh Indonesia.
2. Praktisi bimbingan dan konseling diharapkan dapat mengintegrasikan penggunaan skala ini dalam program asesmen dan layanan konseling, terutama dalam menangani isu-isu terkait kecanduan *smartphone*, interaksi sosial, dan manajemen penggunaan teknologi di kalangan mahasiswa khususnya di Perguruan Tinggi Indonesia.