

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menjabarkan mengenai kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Kesimpulan merupakan jawaban atas rumusan masalah penelitian, sementara saran merupakan rekomendasi untuk penelitian serupa yang dilakukan pada waktu mendatang.

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan penelitian merupakan jawaban atas rumusan masalah yang telah ditetapkan pada bab sebelumnya yang mencakup rangkuman dari seluruh proses dan hasil penelitian. Berikut ini merupakan kesimpulan dari penelitian ini.

1. Terdapat 10 kebutuhan utama yang dibutuhkan oleh orang tua dan anak dalam mengatasi perilaku kecanduan *smartphone*. Kebutuhan tersebut adalah “anak bisa tetap mengerjakan tugas, sekolah, dan les”, “anak bisa tetap bermain *game* dan berinteraksi dengan teman”, “anak bisa mengurangi penggunaan *smartphone*”, “anak bisa menghilangkan rasa bosan”, “anak bisa mencari informasi dengan *smartphone*”, “anak bisa mencari aktivitas baru selain bermain *smartphone*”, “anak tetap disiplin dengan peraturan penggunaan *smartphone*”, “anak bisa mengurangi akses terhadap *game* yang kurang mendidik”, “anak tetap mudah berkomunikasi dengan orang tua”, dan “anak tetap dapat memiliki hiburan di rumah.” Anak dan orang tua bersama merupakan pengguna *smartphone*. Meskipun anak diberikan keleluasaan dalam menggunakan *smartphone*, masih ada peraturan yang ditetapkan oleh orang tua seperti tidak boleh bermain *smartphone* sambil makan, tidak boleh membawa *smartphone* saat jam tidur ke kamar tidur, dan ada pula anak yang hanya boleh memainkan *smartphone* pada hari *weekend* ketika sudah selesai belajar atau mengerjakan tugas. Peraturan dan kebiasaan ini ditetapkan kepada beberapa anak, tetapi masih sulit untuk dilakukan secara keseluruhan, mengingat kebutuhan produktif anak dan minimnya aktivitas yang bisa dilakukan anak di rumah di masa pandemi.

2. Rancangan final untuk pembuatan produk *persuasive* untuk mengatasi perilaku kecanduan *smartphone* pada anak adalah dengan aplikasi *smartphone* yang dapat diunduh oleh orang tua dan anak. Aplikasi dapat menghubungkan *smartphone* orang tua dengan *smartphone* anak, sehingga segala aktivitas anak yang menggunakan *smartphone* dapat dipantau oleh orang tua, tetapi hanya durasi penggunaannya. Orang tua bertugas sebagai pengatur dan pengawas dari akses *smartphone* anak, sementara aplikasi pada anak akan membantu orang tua dengan memberikan notifikasi ketika sisa durasi hampir selesai atau mematikan aplikasi tertentu yang batas durasinya sudah habis, tetapi aplikasi dikemas dengan memberikan *reward*, kalimat motivasi, dan gamifikasi agar anak tetap menyukai untuk menggunakan aplikasi tersebut.
3. Evaluasi yang dilakukan terdiri dari 2 bagian, yaitu evaluasi *usability* untuk aplikasi orang tua dan anak serta aspek persuasif untuk aplikasi anak. Evaluasi *usability* menggunakan metode *Usability Testing* untuk mengukur 5 kriteria, yaitu kriteria *effectiveness* memiliki nilai rata-rata sebesar 85% untuk orang tua dan sebesar 83% untuk anak serta kriteria *efficiency* memiliki nilai rata-rata sebesar 70% untuk orang tua dan sebesar 72% untuk anak. Untuk kriteria *satisfaction*, *usefulness*, dan *learnability* menggunakan kuesioner SUS dan nilai rata-ratanya secara berturut-turut untuk aplikasi orang tua adalah 3,35, 4,75, dan 2,33 serta untuk aplikasi anak adalah sebesar 3,38, 2,875, dan 2,88. Untuk aspek persuasif pada aplikasi anak, terdapat 3 aspek dimensi yang dinilai, yaitu SP, GPP, dan IPP berturut-turut sebesar 3,94, 4,21, dan 4,25.

V.2 Saran

Saran yang diberikan untuk penelitian serupa di masa mendatang bertujuan untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada penelitian ini. Berikut ini merupakan saran yang diberikan.

1. Membuat prototipe untuk beberapa jenis *smartphone*. Dikarenakan ada perbedaan jenis tampilan prototipe dengan *smartphone* yang digunakan oleh *user*, terdapat perbedaan ukuran dan menyebabkan bias pada *user*. Hal ini tentu dikarenakan *Usability Testing* yang dilakukan secara daring menyebabkan *Usability Testing* tidak dapat menggunakan perangkat milik

peneliti dan mengakibatkan variasi *smartphone* yang digunakan menjadi lebih besar.

2. Melibatkan ahli dalam bidang psikologi anak atau keluarga. Hal ini dikarenakan masalah kecanduan anak tidak hanya muncul dari diri anak, tetapi melibatkan orang tua atau anggota keluarga lain secara erat. Oleh karena itu, hendaknya perancangan aplikasi melibatkan penilaian dari ahli/psikolog/psikiater untuk mendapatkan gambaran masalah dan solusi yang lebih khusus.
3. Pengambilan data yang lebih menyeluruh terutama dalam penggunaan PPQ. Beberapa pernyataan memiliki variansi yang cukup besar, sehingga data dikategorikan tidak cukup. Namun, karena keterbatasan waktu dalam penelitian, maka data diasumsikan cukup dan mewakili keadaan yang sebenarnya. Ada baiknya apabila penelitian selanjutnya dengan metode yang sama mempertimbangkan hal ini dalam penelitiannya.
4. Karena keterbatasan waktu dan kemampuan, aplikasi ini tidak dapat dirancang dan diwujudkan secara nyata dengan membuat koding aplikasi. Penelitian selanjutnya harap dapat merealisasikan hal tersebut agar penilaian yang didapatkan terutama dalam aspek persuasif dapat dilakukan secara lebih detil dan mendalam mengingat manusia membutuhkan jangka waktu tertentu untuk dapat mengubah perilakunya. Selain itu, aplikasi ini memiliki tujuan untuk dapat mengurangi skor NMP-Q anak sebesar 30 dari awal sebelum penggunaan aplikasi. Namun, karena aplikasi perlu disambungkan dengan perangkat orang tua dan anak, pengujian NMP-Q tidak dapat dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alroobaea, R., & Mayhew, P. J. (2014). How Many Participants Are Really Enough for Usability Studies? *Proceedings of 2014 Science and Information Conference (SAI)*, London: 27-29 August 2014. 48-56. doi: 10.1109/sai/2014.6918171.
- Aman, T., Shah, N., Hussain, A., Khan, A., Asif S., & Qazi, A. (2015). Effects of Mobile Phone Use on the Social and Academic Performance of Students of a Public Sector Medical College in Khyber Pakhtunkhwa Pakistan. *Khyber Journal of Medical Sciences*, 8(1), 99-103.
- Bangor, A., Kortum, P., Miller, J. (2009). Determining What Individual SUS Scores Mean: Adding an Adjective Rating Scale. *Journal of Usability Studies*, 4(3), 114-123.
- Bort, Julie. (2017). *An Early Investor in Facebook and Google has Slammed Them for 'Aggressive Brain Hacking'*. Diunduh dari <https://www.businessinsider.com/famous-facebook-and-google-investor-condemns-brain-hacking-2017-8> [Diakses pada 20 Februari 2021].
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A Proposal for Including Nomophobia in the New DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160. doi: 10.2147/PRBM.S41386
- Chiong, C., & Shuler, C. (2010). *Learning: Is There an App for That? Investigations of Young Children's Usage and Learning with Mobile Devices and Apps*. New York: The Joan Ganz Cooney Center Sesame Workshop.
- Chiu, S. I. (2014). The Relationship Between Life Stress and Smartphone Addiction on Taiwanese University Student: A Mediation Model of Learning Self-efficacy and Social Self-efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 49-57. doi: 10.1016/j.chb.2014.01.024
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media Gadget pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian*, 17(2), 315-330.
- Databoks. (2019). *Berapa Jumlah Pengguna Smartphone di Dunia*. Diunduh dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/01/20/berapa-jumlah-pengguna-smartphone-dunia#> [Diakses 11 Februari 2021].

- Deloitte. (2016). *2016 Global Mobile Consumer Survey: US Edition*. Diunduh dari <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/us/Documents/technology-media-telecommunications/us-global-mobile-consumer-survey-2016-executive-summary.pdf> [Diakses pada 21 Februari 2021].
- Desiningrum, D. R., Indirana, Y., & Siswati, S. (2017). *Intensi Penggunaan Gadget dan Kecerdasan Emosional*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Durak, H. Y. (2018). What Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 543-557. doi: 10.15805/addicta.2018.5.2.0025
- Farooqui, I. A., Pore, P., & Gothankar, J. (2017). Nomophobia: An Emerging Issue in Medical Institutions? *Journal of Mental Health*, 27(5), 438-441. doi: 10.1080/09638237.2017.1417564
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(2), 16-23.
- Fogg, B. J. (2003). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do*. San Fransisco, California: Morgan Kaufmann Publishers.
- Fogg, B. J. (2009). Creating Persuasive Technologies: An Eight-step Design Process. *Proceedings of the 4th International Conference on Persuasive Technology*, 44, 1-6. doi: 10.1145/1541948.1542005
- Gifary, S., & Kurnai N. I. (2015). Intensitas Penggunaan Smartphone terhadap Perilaku Komunikasi. *Jurnal Sositologi*, 14(2), 170-178.
- Grinols, A. B., & Rajesh, R. (2014). Multitasking with Smartphone in the College Classroom. *Business and Professional Communication Quarterly*, 77(1), 89-95. doi: 10.1177/2329490613515300
- Halodoc. (2021). *Kecanduan Smartphone, Ratusan Anak Masuk RSJ Cisarua*. Diunduh dari <https://www.halodoc.com/artikel/kecanduan-smartphone-ratusan-anak-masuk-rsj-cisarua> [Diakses pada 27 Februari 2021].
- Hootsuite. (2020). *Digital 2020: Indonesia*. Diunduh dari <https://andi.link/download/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2020/> [Diakses pada 11 Februari 2021].
- Kang, S., & Jung, J. (2014). Mobile Communication for Human Needs: A Comparison of Smartphone Use Between the US and Korea. *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387. doi: 10.106/j.chb.2014.03.024

- Kaprana, A. E., Karatzanis, A. D., Prokopakis, E. P., Panagiotaki, I. E., Vardiambasis, I. O, Adamidis, G., ... Velegrakis, G. A. (2008). Studying the Effects of Mobile Phone Use on the Auditory System and The Central Nervous System: A Review of the Literature and Future Directions. *Eur Arch Otorhinolaryngol*, 265: 1011-1019. doi: 10.1007/s00405-008-0703-z
- Kartika, U. (2014) *10 Alasan Anak Perlu Lepas dari Gadget*. Diunduh dari <https://health.kompas.com/read/2014/05/12/1640161/10.Alasan.Anak.Perlu.Lepas.dari.Gadget> [Diakses 11 Februari 2021].
- King, A. L. S., Valenca, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). "Nomophobia": Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. *Journal of Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35. doi: 10.2174/1745017901410010028
- King's College London. (2019). *An Estimated 1 in 4 Children and Young People Have Problematic Smartphone Usage*. Diunduh dari <https://www.kcl.ac.uk/news/an-estimated-1-in-4-children-and-young-people-have-problematic-smartphone-usage> [Diakses 27 Februari 2021].
- Lallemand, C. (2012). Dear Diary: Using Diaries to Study UX. *User Experience Magazine*, 11(3), 18-21.
- Lee, S., Tam, C. L., & Chie, Q. T. (2013). Mobile Phone Usage Preferences: The Contributing Factors of Personality, Social Anxiety, and Loneliness. *Social Indicators Research*, 118(3), 1205-1228.
- Lepp A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The Relationship Between Cell Phone Use and Academic Performance in a Sample of US College Students. *SAGE Open*, 5(1), 1-9. doi: 10.1177/2158244015573169
- Lesmana, J. M. (2006). *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Lockton, D., Harrison, D., & Stanton, N. A. (2010). The Design with Intent Method: A design tool for influencing user behaviour. *Applied Ergonomics*, 41(3), 382-392. doi: 10.1016/j.apergo.2009.09.001
- Lockton, D., Harrison, D., & Stanton, N. A. (2010). *Design with Intent: 101 patterns for influencing behaviour through design*. Windsor: Equifine.
- Mail Online. (2008). *Nomophobia is the Fear of Being Out of Mobile Phone Contact – and It's the Plague of Our 24/7 Age*. Diunduh dari

<https://www.dailymail.co.uk/news/article-550610/Nomophobia-fear-mobile-phone-contact--plague-24-7-age.html> [Diakses pada 12 Februari 2021].

- Manumpil, B., Ismanto, A. Y., & Onibala, F. (2015). Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Siswa di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 1-6.
- Matusik, S. F., & Mickel, A. E. (2011). Embracing or Embattled by Converged Mobile Devices? Users' Experience with a Contemporary Connectivity Technology. *Human Relations*, 64(8): 1001-1030. doi: 10.1177/0018726711405552
- Meschtscherjakov, A., Gartner, M., Mirnig, A., Rodel, C., & Tscheligi, M. (2016). The Persuasive Potential Questionnaire (PPQ): Challenges, Drawbacks, and Lessons Learned. *Lecture Notes in Computer Science*, 9638, 162-175. doi: 10.1007/978-3-319-31510-2_14
- Munir, A. (2018). *Teknik Modelling Sebagai Upaya Penanganan untuk Mengurangi Perilaku Adiktif Smartphone pada Anak di Kelurahan Teritip, Kota Balikpapan, Kalimantan Timur*. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Munir, S. (2017). The Impact of Using Gadgets on Children. *Journal of Depression and Anxiety*, 7(1), 1-3. doi: 10.4172/2167-1044.1000296
- Mulyana, Deddy. (2010). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2017). *Nomophobia (No-Mobile Phone Phobia) Penyakit Remaja Masa Kini*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Nevid, J. F., Rathus, S. A., & Greene, B. (2015). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Nielsen, J. (1993). *Usability Engineering*. California: Academic Press.
- Nikhita, C. S., Jadhav, P. R., & Ajinkya, S. A. (2015). Prevalance of Mobile Phone Dependence in Secondary School Adolescents. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*, 9(11): 6-9. doi: 10.7860/JCDR/2015/14396.6803
- Olesen, Jacob. (2021). *Green Color Meaning: The Color Green Symbolizes Harmony and Health*. Diunduh dari <https://www.color-meanings.com/green-color-meaning-the-color-green/> [Diakses pada 24 Juli 2021].

- Olesen, Jacob. (2021). *Purple Color Meaning: The Color Purple Symbolizes Spirituality and Imagination*. Diunduh dari <https://www.color-meanings.com/purple-color-meaning-the-color-purple/> [Diakses pada 24 Juli 2021].
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2012). Habits Make Smartphone Use More Pervasive. *Personal and Ubiquitous Computing*, 16(1), 105-114.
- O’Keefe, D. J. (2002). *Persuasion Theory and Research* 2nd. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Paturel, A. (2014). Game Theory How Do Video Games Affect the Developing Brains of Children and Teens. *NeurologyNow*, 10(3), 3-8.
- Pradana, P. W., Muqtadiroh, F. A., & Nisafani, A. S. (2016). Perancangan Aplikasi Liva untuk Mengurangi Nomophobia dengan Pendekatan Gamifikasi. *Jurnal Teknik Institut Teknologi Sepuluh November*, 5(1), 38-47.
- Pratiwi, Hardiyanti. (2021). Screen Time dalam Perilaku Pengasuhan Generasi Alpha pada Masa Tanggap Darurat Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 265-280.
- Reza, J. I. (2015). *Makin Banyak Remaja di Asia yang Kecanduan Smartphone*. Diunduh dari <https://www.liputan6.com/tekno/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia-yang-kecanduan-smartphone> [Diakses 11 Februari 2021].
- Rideout, V. J. (2013). *Zero to Eight: Children’s Media Use in America 2013*. San Fransisco: Common SenseMedia.
- Rubin, J., & Chisnell, D. (2008). *Handbook of Usability Testing: How to Plan, Design, and Conduct Effective Tests*, 2nd Ed. Indiana: Wiley Publishing, Inc.
- Sagita, D. D., & Santika, F. (2020). Nomophobia in Adolescents Based on Gender: A Case Study of East Jakarta, Indonesia. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(2), 92-97. doi: 10.24036/00322za0002
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social Networking on Smartphones: When Mobile Phones Become Addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632-2639. doi: 10.1016/j.chb.2013.07.003

- Santoso, Y., Setyadi, I., & Masman, R. R. (2013). *Organization Design and Job Analysis*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Sauro, J. (2011). *A Practical Guide to the System Usability Scale: Background, Benchmark & Best Practices*. North Charleston SC: Createspace Independent Publishing Platform.
- SecurEnvoy. (2012). *66% of the Population Suffer from Nomophobia the Fear of Being Without Their Phone*. Diunduh dari <http://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone> [Diakses 10 Februari 2021].
- Sutalaksana, I. Z. (2006). *Teknik Tata Cara Kerja*. Bandung: Institut Teknologi Bandung.
- TheAsianParent Insight. (2014). *Mobil Device Usage Among Young Kids*. Diunduh dari <https://s3-ap-southeast-1.amazonaws.com/tap-sg-media/theAsianparent+Insights+Device+Usage+A+Southeast+Asia+Study+November+2014.pdf> [Diakses 14 Februari 2021].
- Torning, K. (2013). A Review of Four Persuasive Design Models. *International Journal of Conceptual Structures and Smart Applications*, 1(2), 17-27. doi: 10.4018/ijcssa.2013070103
- Ulrich, K. T., & Eppinger, S. D. (2011). *Product Design and Development, 5th Ed.* New York: McGraw-Hill Education.
- Wignjosoebroto, S. (1995). *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu*. Surabaya: Guna Widya.
- Woods, M. (2014). *Screen Time May Affect Social Interaction Skills in Children*. Diunduh dari <https://www.allegiancehealth.org?wellness/article/907792> [Diakses 15 Januari 2021].
- Wulandari, P. Y. (2016). *Anak Asuhan Gadget*. Diunduh dari <https://www.liputan6.com/health/read/2460330/anak-asuhan-gadget> [Diakses 16 Januari 2021].
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and Validation of a Self-reported Questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. doi: 10.1016/j.chb.2015.02.059

Zaini, M., & Soenarto. (2019). Persepsi Orangtua terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 254-264. doi: 10.31004/obsesi.v3il.12