

BAB V PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti pada pasangan muda di Desa Tanjungkerta, Kecamatan Kroya Kabupaten Indramayu, peneliti dapat menarik kesimpulan, bahwa:

1. Keharmonisan pada pasangan muda di lihat dari beberapa aspek penting, yaitu kasih sayang, saling pengertian, komunikasi efektif, dan waktu bersama. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap pasangan muda di Desa Tanjungkerta, ditemukan bahwa informan berinisial IN, SA, FR, FI, B, dan ZA menunjukkan kurangnya keharmonisan karena lemahnya dukungan emosional, komunikasi, pengertian, dan minimnya waktu bersama pasangan. Sebaliknya, informan SF dan H menunjukkan tingkat keharmonisan yang lebih baik karena mampu membangun kasih sayang, saling pengertian, komunikasi yang efektif, serta meluangkan waktu untuk *quality time*, sehingga hubungan pasangan cenderung lebih kuat dan stabil.
2. Berdasarkan hasil penelitian, yang telah dilakukan oleh peneliti, menunjukkan bahwa beberapa pasangan muda di Desa Tanjungkerta mengalami *nomophobia* dalam kehidupan rumah tangganya, hal ini dilihat beberapa dari aspek yaitu kecemasan saat tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak bisa mengakses informasi, dan hilangnya rasa nyaman saat jauh dari *gadget*. Informan yang berinisial IN, SA, FR, FI, B, dan ZA menunjukkan gejala *nomophobia* yang cukup kuat, seperti rasa cemas, kehilangan, dan ketidaknyamanan saat tidak menggunakan *gadget*, sementara informan SF dan H tidak menunjukkan tanda-tanda signifikan terhadap kondisi tersebut dan cenderung lebih tenang saat tidak terhubung dengan *gadget* dalam aktivitas sehari-hari.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap pasangan muda di Desa Tanjungkerta, ditemui bahwa terdapat beberapa dampak terhadap keharmonisan yang di sebabkan oleh *nomophobia*,

diantaranya yaitu: Pertama; berkurangnya waktu untuk komunikasi verbal atau komunikasi langsung dengan pasangan dalam kehidupan sehari-hari, hal ini dialami oleh ke delapan informan subjek penelitian. Ke-dua; menimbulkan rasa kurang diperhatikan oleh pasangan, hal ini dialami oleh informan yang berinisial IN, SA, FR, FI, B, dan ZA. Ke-tiga; kehidupan rumah tangga menjadi membosankan, hal ini dialami oleh informan yang berinisial IN, SA, FI dan ZA. Ke-empat; mengurangi waktu untuk interaksi dengan pasangan maupun keluarga, dialami oleh informan yang berinisial IN, SA, FR, dan B.

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa acuan yang dapat dijadikan saran, tanpa mengurangi rasa hormat terhadap pihak manapun, adapun saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi pasangan muda, dianjurkan untuk lebih bijak dalam mengelola waktu penggunaan *gadget*. Penting bagi pasangan untuk menetapkan batasan yang jelas agar tidak terus-menerus terpaku pada perangkat elektronik. Dengan demikian, pasangan dapat mengalihkan perhatian untuk meluangkan waktu berkualitas bersama pasangan dan anggota keluarga lainnya. Kebiasaan ini tidak hanya mempererat hubungan, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya suasana keluarga yang harmonis dan penuh kehangatan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi peneliti, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan dan dapat dikembangkan lagi dalam melaksanakan penelitian skripsi terkait dengan dampak *nomophobia* terhadap keharmonisan pada pasangan muda.
3. Penelitian yang telah dilaksanakan ini terbatas pada bahasan pokok bahasan mengenai keharmonisan pada pasangan muda, maka diharapkan bagi peneliti lain untuk mampu memperluas pembahasannya, misalnya dapat diterapkan pada pembahasan lain dan bahkan sampai yang lebih luas.