

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada rumusan masalah, tujuan penelitian, hasil pengolahan data serta pembahasan sebelumnya, peneliti memperoleh kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh kecanduan *game* online terhadap penyesuaian sosial pada siswa/I SMP Negeri 1 Ngasem adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menggunakan *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik, diperoleh bahwa, kategorisasi tingkat penyesuaian sosial responden berada pada tingkat tinggi yaitu sebesar 51,37 % dengan frekuensi sebanyak 150 responden, dengan aspek yang memberikan kontribusi terbesar yaitu aspek kepuasan pribadi dengan persentase sebesar 32,76 %.
2. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menggunakan *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik, diperoleh bahwa, kategorisasi tingkat kecanduan *game online* responden berada pada tingkat sedang yaitu sebesar 43,84 % dengan frekuensi sebanyak 128 responden, dengan aspek yang memberikan kontribusi terbesar yaitu aspek hubungan interpersonal dan masalah kesehatan (*Interpersonal and health-related problems*) dengan persentase sebesar 20,86 %.
3. Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana antara variabel kecanduan *game online* (X) dengan penyesuaian sosial (Y) diperoleh $t_{hitung} (2,056) > t_{tabel} (0,115)$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a di terima dan H_0 di tolak. Selain itu nilai signifikansi $0,041 < 0,05$. Maka memiliki hasil yang signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kecanduan *game online* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel penyesuaian sosial.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat disampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Bagi peserta didik khususnya siswa remaja diharapkan mampu memahami lebih baik tentang diri sendiri terkait sejauh mana peran *game online* terhadap kehidupan sosial mereka dan siswa mampu menyadari dampak negatif yang mungkin timbul akibat kecanduan *game online* seperti penurunan kemampuan berinteraksi sosial secara nyata, sehingga hal ini dapat mendorong mereka mengambil langkah-langkah untuk mengurangi kecanduan *game online* tersebut, misalnya dengan membuat jadwal alternatif untuk mengisi waktu luang mereka dengan aktivitas yang lebih bermanfaat, seperti olahraga, seni, dan membaca buku.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang sejauh mana *game online* mempengaruhi kehidupan sosial anak-anak mereka. Sehingga mampu membantu mereka mengambil tindakan yang lebih tepat dalam mendukung anak-anak mereka, misalnya dengan membatasi waktu bermain dengan cara memperbolehkan bermain *game* setelah selesai dengan tugas-tugas sekolah dan pekerjaan rumah.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan pembelajaran tentang penggunaan yang bijak dan bertanggung jawab dari teknologi termasuk *game online* ke dalam kurikulum mereka, juga diharapkan sekolah juga menyediakan dukungan psikologis yang lebih baik bagi siswa yang mungkin mengalami masalah akibat kecanduan *game online*, misalnya dengan cara mendengarkan dengan penuh perhatian, menunjukkan minat dengan kontak mata dan bahasa tubuh yang sesuai, serta menanggapi dengan cara yang sesuai. Hal ini dapat mencakup penyediaan konseling atau sumber daya kesehatan mental.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar lebih memperhatikan variabel-variabel diluar variabel penelitian ini misalnya variabel kematangan emosi dan dukungan sosial. Dua variabel tersebut patut diperhatikan dalam penelitian selanjutnya karena tingkat kematangan emosi dan dukungan sosial pada setiap diri siswa SMPN 1 ngasem tentu berbeda-beda. Kedua variabel tersebut juga ikut berperan dalam menciptakan penyesuaian sosial pada siswa SMPN 1 Ngasem. Namun karena keterbatasan waktu serta biaya maka variabel-variabel tersebut tidak ikut diperhitungkan dalam penelitian ini. Selanjutnya, diharapkan agar peneliti masa depan dapat memperluas cakupan subjek penelitian dengan tetap menggunakan variabel yang sama dengan penelitian ini, akan tetapi menggunakan populasi lain di luar dari penelitian ini. Tujuannya ialah untuk menguji apakah variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, ataupun bisa saja akan didapati hasil yang berbeda jika dilakukan di populasi yang berbeda, tentunya semakin beragam populasi yang diuji dengan variabel X dan Y yang digunakan dalam penelitian ini maka akan didapati hasil yang lebih komperhensif dan kompetitif.