

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan mengenai hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada Siswa dan Siswi SMPN 17 Kota Jambi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Usia siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi yang menjadi responden Sebagian besar berada pada rentang usia 11-14 tahun.
2. Jenis kelamin siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi yang menjadi responden lebih banyak laki-laki dibanding perempuan.
3. Angka kejadian kecanduan *game online* siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi lebih rendah dibanding yang tidak kecanduan *game online*.
4. Angka kejadian gangguan mental emosional siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi lebih tinggi dibandingkan yang tidak mengalami gangguan mental emosional.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi yang menjadi responden.

#### **5.2. Saran**

1. Bagi SMPN 17 Kota Jambi

Diharapkan para guru bisa berperan aktif dalam memberitahukan dampak kecanduan *game online* kepada siswa dan orang tua siswa terutama dampaknya terhadap kemampuan siswa untuk mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, mengenal emosi orang lain dan membina hubungan baik dengan orang lain maupun teman sebayanya. Selain itu, diharapkan juga bagi para guru agar mampu menerapkan hasil yang didapatkan dari penelitian ini secara positif ke dalam lingkungan sekolah, terutama hubungannya dengan kecanduan *game online* pada siswa dan

siswi tidak hanya memberikan dampak negatif bagi kehidupan pribadi anak tetapi juga dapat berkontribusi terhadap perkembangan positive dalam kehidupan anak sehari-hari. Bagi siswa yang mengalami gangguan mental emosional abnormal dan sudah mengganggu kegiatan sehari-hari dapat melibatkan ahli di bidang kesehatan jiwa seperti psikiater. Konseling dengan psikolog atau terapi perilaku kognitif (CBT) dapat membantu siswa mengatasi pola pikir negatif dan kecemasan yang mengganggu. Selain itu, dalam beberapa kasus, siswa mungkin perlu untuk mendapatkan perawatan lebih lanjut, seperti terapi medis atau penggunaan obat-obatan untuk mengurangi gejala.

## 2. Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orang tua agar selalu bisa mengawasi anak setiap bermain *game online* pada anak terutama dalam memberikan keleluasaan terhadap anak dalam menggunakan *gadget* nya. Selain meminimalisir durasi bermain *game online*, orang tua juga bisa menjadwalkan aktivitas harian agar anak tidak terpacu ke *game online* sehingga anak dapat terhindar dari sisi negatif kecanduan *game online* yang kemudian dapat berpengaruh terhadap emosi dan perilaku anak di kehidupan sehari-harinya.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya berfokus terhadap analisis hubungan kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi tanpa menganalisis faktor-faktor penunjang lainnya. Diharapkan ke depannya peneliti dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain selain durasi bermain *game online* dan kecanduan *game online* yang dapat mempengaruhi gangguan mental emosional siswa dan siswi seperti jenis game yang dimainkan, *device* yang digunakan, pola asuh orang tua, dll. Kemudian diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan materi dan konteks penelitian yang serupa agar juga melakukan penelitian kepada keluarga, orang sekitar, atau guru responden untuk

mencapai hasil penelitian yang objektif dan akurat. Serta disarankan agar peneliti selanjutnya menggunakan kuesioner lain sebagai pembandingan sehingga hasil penelitian dapat dibandingkan antar satu dengan yang lain.

4. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Diharapkan penelitian ini nantinya dapat menambah informasi dan dapat meningkatkan pengetahuan pembaca mengenai hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada siswa dan siswi SMPN 17 Kota Jambi.