

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hubungan yang linier, dan pada uji hipotesis didapat hasil analisis ada hubungan yang signifikan secara statistik antara kecanduan *game online* dan kesehatan mental (0,000) dimana $p < 0,05$ pada remaja (usia 12-18 tahun) di Desa Sukajadi Kec. Sungai Rotan Kab. Muara Enim. Berdasarkan hasil kategorisasi variabel dari skala kecanduan *game online* tersebut dapat dilihat bahwa sebanyak sebanyak 10 remaja (13,5%) dalam kategori tinggi. Sementara untuk kategorisasi sedang 55 remaja (74,3%) dan terdapat 9 remaja (12,2%) kategori rendah. Sementara untuk kategori pada variabel kesehatan mental remaja yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 8 remaja (10,8%). Sementara untuk kategorisasi sedang 55 remaja (74,3%) dan untuk kategorisasi rendah 11 remaja (14,9%).

Berdasarkan data yang diperoleh saat penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan *game online* maka akan semakin rendah kesehatan mental. Berdasarkan dari hasil analisis tersebut, maka dapat disimpulkan ada hubungan antara kecanduan *game online* dan kesehatan mental pada remaja (usia 12-18 tahun) di Desa Sukajadi Kec. Sungai Rotan Kab. Muara Enim.

B. SARAN

Sebagai konsekuensi dari temuan penelitian, rekomendasi berikut dibuat, dengan mempertimbangkan diskusi sebelumnya:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi para subjek penelitian, disarankan yang memiliki tingkat kecanduan *game online* yang tinggi agar dapat memperbaiki intensitas dalam bermain *game online* agar dapat meningkatkan kesehatan mental dengan baik.

2. Bagi orang tua

Orang tua sangat berperan dalam upaya menangani anaknya yang gemar bermain *game online*. Upaya yang dapat dilakukan orang tua dalam mengatasi kecanduan bermain *game online* yaitu: memberikan kesibukan kepada anak (mengajak anak untuk les diluar jam pelajaran dan membantu pekerjaan rumah), memberikan sanksi kepada anak (menyita *handphone* anak), membatasi penggunaan *handphone* pada anak, memberikan waktu khusus untuk anak bermain *game*, dan berikan ketegasan pada anak untuk tidak bermain *game* diluar waktu yang sudah disepakati, sesibuk-sibuknya orang tua dalam bekerja luangkan waktu untuk berdiskusi dengan anak agar anak merasa tetap diperhatikan tidak merasa stres karena merasa tidak diperhatikan. Yang paling penting ketidak anak sedang bermain *game* orang tua harus selalu memberikan perhatian dan pengawasan kepada anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya peneliti mengharapkan adanya penelitian lanjutan tentang kecanduan *game online* dan kesehatan mental pada remaja, karena begitu pentingnya untuk terhindar dari kecanduan *game online* yang cukup berperan dalam mempengaruhi kesehatan mental. Untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema permasalahan yang sama yaitu kecanduan *game online* dan kesehatan mental pada remaja. Maka peneliti sarankan untuk mencari variabel yang lain karena kesehatan mental tidak hanya dipengaruhi oleh

kecanduan *game online* saja tetapi banyak faktor lainnya yang mempengaruhi dan itu bisa ditemukan.