

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil analisis korelasi product moment (*pearson correlation*) diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0.346 dengan $p = 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara AQ dengan adiksi internet pada mahasiswa di Yogyakarta, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Artinya, semakin tinggi AQ maka akan semakin rendah adiksi internet pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah AQ maka semakin tinggi adiksi internet pada mahasiswa. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk mengelola, bertahan, dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik tanpa ada perasaan khawatir, sehingga ketika terjadi peristiwa yang menghambat kehidupannya maka mahasiswa tidak akan melarikan diri untuk bermain internet secara berlebihan dan menggunakannya dengan bijak sesuai kebutuhan. Sebaliknya, ketika mahasiswa tidak mampu untuk menghadapi dan keluar dari kesulitan yang terjadi di kehidupannya, maka mahasiswa akan melarikan diri dengan menggunakan internet secara berlebihan dan menganggap internet sebagai pengobat dari permasalahan yang telah terjadi.

Pada penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0.119, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel AQ memberikan sumbangan sebesar 11.9% terhadap variabel adiksi internet dan sisanya 88.1% dipengaruhi oleh

faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti factor sosial, psikologi, dan biologis.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek dan masyarakat

Bagi para mahasiswa yang mengalami adiksi internet diharapkan untuk meningkatkan *adversity*-nya dalam menghadapi permasalahan. Bagi mahasiswa yang mengalami adiksi internet dalam kategori sedang agar tidak sampai pada taraf candu, harus mampu menurunkan adiksi internet tersebut dengan cara menaikkan *adversity quotient*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor sosial, psikologi, dan biologis. Bagi peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk meneliti dengan subjek yang berbeda dari penelitian ini seperti siswa Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Selain itu peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode yang berbeda untuk melakukan penelitian seperti metode eksperimen dengan meningkatkan AQ dapat menurunkan kecanduan internet. Disarankan untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan *screening* terlebih dahulu yaitu cara untuk

mengetahui apakah subjek mengalami adiksi atau tidak, sehingga peneliti disarankan untuk mengambil subjek penelitian yang memiliki adiksi internet untuk mengetahui seberapa lama subjek menggunakan internet per harinya.