

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,341 dengan  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecenderungan kecanduan internet dengan kesejahteraan psikologis pada remaja. Artinya semakin tinggi kecenderungan kecanduan internet semakin rendah kesejahteraan psikologis pada remaja. Sebaliknya semakin rendah kecenderungan kecanduan internet maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kecenderungan kecanduan internet tinggi akan berpandangan bahwa dirinya tidak bisa menikmati hidup tanpa internet dan dapat dikatakan kurang bahagia jika tidak mengakses internet. Sebaliknya, remaja yang memiliki kecenderungan kecanduan rendah dapat mengontrol dirinya sehingga remaja dapat menikmati hidup dan menjalani hidup dengan terarah atau bahagia.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang diperoleh 0,116, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel kecenderungan kecanduan internet memberikan sumbangan efektif sebesar 11,6 % terhadap menurunnya kesejahteraan psikologis dan sisanya 88,4% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini memang terdapat korelasi antara kedua variabel yang diteliti oleh peneliti. Namun, dalam pengambilan steatmennya harus hati-hati.

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Bagi subjek (remaja), diharapkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya dengan mengenal dirinya dan menerima segala bentuk kurang dan kelebihan yang ada dalam diri. Sehingga remaja dapat mengendalikan diri dan mengetahui hal bagaimana yang seharusnya dilakukan dan dapat mengatasi permasalahan yang dihadapinya dengan tidak mengalihkan diri ke hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri.

2. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) dalam penelitian ini sebesar 11,6 % maka bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai permasalahan yang sejenis, disarankan untuk memilih faktor lain yang akan lebih memiliki pengaruh dengan variabel kesejahteraan psikologis dan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel lain di luar variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini sehingga dapat melihat sumbangan masing-masing variabel lain terhadap kesejahteraan psikologis.

- b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk meneliti dengan menggunakan subjek dengan usia yang lebih matang lagi untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis seperti orang dewasa. Remaja merupakan masa dimana belum matangnya individu tersebut terutama dalam hal emosi. Hal ini tentu akan berdampak pada bagaimana cara individu menghadapi situasi dan kondisi sehingga sangat sulit untuk kita mengukur tingkat kesejahteraan psikologisnya. Namun, jika pemilihan subjeknya adalah usia yang sudah matang (dewasa) mudah bagi kita untuk mengukur karena orang dewasa sudah stabil dalam pengolahan rasa dan menghadapi situasi dan kondisinya.
- c. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti dengan menggunakan subjek yang lebih banyak lagi agar setiap populasi dapat digeneralisasikan.