

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *sensation seeking* (pencarian sensasi) dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa di Universitas “X” di Kota Mataram. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *sensation seeking* (pencarian sensasi) maka semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *sensation seeking* (pencarian sensasi) maka semakin rendah tingkat kecanduan *game online* pada mahasiswa. Di kala tingkat *sensation seeking* (pencarian sensasi) tinggi, maka mahasiswa memiliki gairah yang berlebihan, mudah merasa bosan dan cenderung mengikuti pola-pola nonkonformitas, sehingga tertarik akan variasi pengalaman tanpa batas yang ditawarkan dalam *game online*, dimana hal tersebut berimpresi pada peningkatan frekuensi bermain yang berakibat pada mahasiswa menjadi kecanduan. Sementara itu, Di kala tingkat *sensation seeking* (pencarian sensasi) rendah, maka mahasiswa memiliki gairah yang normal dan tidak mudah merasa bosan serta mengikuti pola-pola konformitas, sehingga cenderung menghindari hal-hal baru maupun variasi pengalaman tanpa batas yang disajikan dalam *game online*, dimana hal tersebut berimpresi pada penolakan ataupun mereduksi intensitas

bermain yang berkontribusi sebagai langkah preventif untuk menghindari diri dari kecanduan.

B. Saran

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

1. Bagi subjek

Bagi mahasiswa, untuk dapat menghindari kecanduan *game online* maka perlu menurunkan *sensation seeking* (pencarian sensasi) dalam diri individu. Salah satu upaya yang dapat dilakukan terkait hal tersebut adalah dengan mengurangi keinginan untuk mengalami sensasi dan pengalaman yang bervariasi, baru, kompleks dan intens, serta mengikuti aturan yang sesuai dengan cara pandang yang berlaku di masyarakat maupun norma hukum yang berlaku untuk menjaga tingkat arousal berada di titik normal. Hal ini dimaksudkan supaya gairah dapat terkontrol dan tidak terkontaminasi terhadap ihwal maupun pola perilaku yang dapat menggiring individu ke arah kecanduan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, ada beberapa hal yang ditemui selama penelitian ini, yakni subjek yang memiliki frekuensi bermain game online hingga lebih dari 10 jam per hari dan terindikasi mengalami kecanduan. Subjek tersebut cenderung menolak untuk berkomunikasi secara langsung atau *face to face* dan selalu menghindar apabila bertemu dengan seseorang yang tidak dikenalnya. Subjek

tersebut hanya memberikan respon apabila yang berkomunikasi dengannya adalah seseorang yang dikenalnya dan juga merupakan rekan sepermainannya. Subjek tersebut enggan memberi informasi seputar *game online*, apabila lawan bicaranya bukan rekan sepermainan walaupun dikenalnya. Oleh sebab itu, faktor *physical interpersonal relationship* (relasi interpersonal fisik) dan perilaku menghindar (*avoidance*) bisa dipertimbangkan untuk digunakan sebagai kajian dalam penelitian berikutnya. Selain itu, sehubungan dengan tingginya nilai korelasi antara *sensation seeking* (pencarian sensasi) dan kecanduan *game online* maka peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan metode-metode lainnya diantaranya adalah eksperimen.