

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa diterima. Hubungan positif antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa menggambarkan semakin tinggi kesepian yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat *problematic internet use* yang dialami mahasiswa. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah kesepian yang dirasakan mahasiswa, semakin terhindar pula mahasiswa tersebut dari *problematic internet use*. Kesepian berkontribusi sebesar 52% terhadap *problematic internet use* sedangkan 48% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti sebagai variabel yang berhubungan dengan *problematic internet use* pada mahasiswa.

Hasil analisis tambahan berupa sumbangan efektif masing-masing aspek variabel kesepian terhadap variabel *problematic internet use*. Aspek dari variabel kesepian terdiri atas *social loneliness* dan *emotional loneliness*. Aspek *social loneliness* memiliki sumbangan efektif terhadap *problematic internet use* sebesar 29,8%. Aspek *emotional loneliness* memiliki sumbangan efektif terhadap *problematic internet use* sebesar 22,2%. Hal tersebut berarti aspek *social loneliness* terhadap *problematic internet use* memberikan sumbangan

efektif yang lebih besar dibandingkan dengan sumbangan efektif yang diberikan aspek *emotional loneliness* terhadap *problematic internet use*.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi mahasiswa yang memiliki tingkat kesepian dan penggunaan internet yang bermasalah, hendaknya untuk mahasiswa tersebut mengelola kesepian dengan cara yang tepat sehingga terhindar dari dampak negatif penggunaan internet yang bermasalah sehingga kesepian yang dialami tidak menjadi bertambah parah. Mahasiswa tersebut disarankan untuk mengikuti atau melakukan intervensi yang berupa pengelolaan diri untuk mengurangi *problematic internet use* yang dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa juga diharapkan untuk membangun hubungan yang sehat dengan orang lain serta mengelola emosi diri agar kesepian yang dirasakan berkurang.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian diketahui sumbangan efektif kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa sebesar 52% hal tersebut memberikan penjelasan bahwa masih terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *problematic internet use* sebesar 48%. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti

nomophobia dengan mengkaji dari faktor-faktor lain seperti depresi (Kim, LaRose & Peng, 2009), kecemasan sosial, dan sifat pemalu (Huang, Ang, & Chye, 2014). Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar menggunakan subjek yang lebih variatif dan melakukan penyebaran skala yang lebih luas serta merata serta melakukan penelitian dengan metode yang berbeda yang mampu mengungkap lebih mendalam mengenai *problematic internet use*