

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka kesimpulan dalam penelitian ini yaitu:

Ada hubungan negatif antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII di SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020. Semakin sering orang tua melakukan pola asuh demokratis berarti persepsi pola asuh demokratis tinggi, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin rendah. Sebaliknya semakin jarang orang tua melakukan pola asuh demokratis berarti persepsi pola asuh demokratis rendah, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin tinggi. Pola asuh demokratis akan membentuk karakter yang baik pada remaja seperti percaya diri, mandiri, kooperatif dengan orang dewasa, mampu mengatasi stress, mampu mengontrol dirinya, bertanggung jawab terhadap tugas dan kewajibannya serta mudah menginternalisasi, dan menerima nilai serta peraturan. Pola asuh yang demokratis membuat remaja lebih mudah menerima pengaruh orang tua karena orang tua tidak memaksakan kepercayaan mereka, tetapi sebaliknya memberikan mereka alasan dan penjelasan untuk mengadopsi perilaku, tindakan, dan nilai tertentu termasuk perilaku, tindakan dan nilai tertentu dalam menggunakan *gadget*.

Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII di SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020. Semakin sering kontrol diri muncul berarti kontrol diri tinggi, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin rendah. Sebaliknya semakin jarang kontrol diri muncul berarti kontrol diri rendah, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin tinggi. Remaja dengan kontrol diri yang rendah akan melakukan hal-hal yang berisiko tanpa memikirkan konsekuensi dari tindakan-tindakannya. Remaja dengan kontrol diri tinggi akan memikirkan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam berbagai situasi dan mempertimbangkan berbagai konsekuensi yang akan dihadapi. Remaja akan menghindari perilaku-perilaku yang tidak baik, merugikan dan tidak bermanfaat, termasuk dalam penggunaan *gadget*.

Ada hubungan antara persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII di SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020. Semakin sering orang tua melakukan pola asuh demokratis dan semakin sering kontrol diri muncul berarti persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri tinggi, maka kecanduan *gadget* semakin rendah. Persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri secara bersama-sama mempengaruhi kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020. Sumbangan efektif variabel persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri terhadap variabel kecanduan *gadget* sebesar 37,7% sedangkan 62,3% ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti.

B. Saran

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

1. Bagi Siswa

Siswa yang memiliki kecanduan *gadget* tinggi dan sedang disarankan untuk meningkatkan kontrol dirinya. Remaja harus belajar mengontrol perilakunya saat menghadapi situasi atau stimulus yang tidak diinginkan terkait dengan penggunaan *gadget*, dengan melakukan proses berpikir, menginterpretasikan, menilai, dan menghubungkan suatu kejadian sehingga mampu memilih tindakan yang tepat dan tidak merugikan dirinya.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua disarankan untuk konsisten dalam menerapkan pola asuh demokratis dalam pengasuhannya terhadap remaja. Berkaitan dengan penggunaan *gadget* pada remaja, orang tua membuat aturan (kesepakatan) disertai dengan penjelasan yang masuk akal mengapa peraturan tersebut dibuat. Aturan (kesepakatan) yang dibuat dilaksanakan secara konsisten dan memberikan apresiasi atas keberhasilan remaja dalam menjalankan aturan (kesepakatan). Orang tua memberikan kebebasan pada remaja namun juga melatih remaja untuk bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan mandiri sehingga remaja mampu untuk selektif dan membatasi diri dalam menggunakan *gadget*.

3. Bagi Sekolah

Sekolah disarankan untuk membuat program yang dapat mencegah kecanduan *gadget* pada remaja, seperti 1) membuat program psikoedukasi untuk siswa yang diintegrasikan dalam program bimbingan konseling sekolah tentang pentingnya kontrol diri untuk mencegah kecanduan *gadget*, 2) membuat program psikoedukasi untuk orang tua melalui kegiatan parenting tentang pola asuh demokratis untuk mencegah kecanduan *gadget*.

4. Peneliti Selanjutnya

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan efektif persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri terhadap kecanduan *gadget* sebesar 37,7% dan masih ada sumbangan variabel lain yang tidak diteliti sebesar 62,3%. Disarankan untuk peneliti selanjutnya mengungkap faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecanduan *gadget* pada remaja diantaranya; stress akademik, kemampuan bersosialisasi, kondisi keluarga dan lingkungan.
2. Penelitian ini menggunakan skala yang memberikan alternatif jawaban dengan frekuensi (hampir selalu, sangat sering, kadang-kadang, sangat jarang, hampir tidak pernah), bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti variabel persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri disarankan untuk menggunakan alternatif jawaban yang merujuk pada kesesuaian pernyataan pada kondisi subjek bukan pada frekuensi.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu:

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *gadget* yang diteliti dalam penelitian ini hanya terdiri dari dua variabel yaitu persepsi pola asuh demokratis dan kontrol diri, sedangkan masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kecanduan *gadget* pada remaja.
2. Penelitian ini menggunakan skala yang memberikan alternatif jawaban dengan frekuensi (hampir selalu, sangat sering, kadang-kadang, sangat jarang, hampir tidak pernah), akan lebih tepat bila skala yang digunakan menggunakan alternatif jawaban sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai.
3. Penelitian ini hanya dilakukan pada remaja awal di SMP X Kabupaten Sleman, sedangkan masih banyak remaja awal di SMP lain yang kemungkinan memiliki permasalahan yang sama.