

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil analisis korelasi *product moment* (*pearson correlation*) diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0.685 dengan $p = 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *adversity intelligence* dengan kecanduan internet pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi *adversity intelligence* maka semakin rendah kecanduan internet pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *adversity intelligence* maka semakin tinggi kecanduan internet mahasiswa, sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *adversity intelligence* tinggi akan dapat menahan godaan dan tidak mudah terobsesi untuk memikirkan hal lain selain fokus menyelesaikan skripsinya dengan berusaha menggunakan internet dengan bijak yaitu menemukan referensi yang diinginkan dan tidak menggunakan internet diluar dari kebutuhannya seperti mengakses video, sosial media, permainan, dan lain sebagainya. Dengan demikian, fokus mahasiswa kepada penyelesaian skripsi memudahkan mahasiswa untuk dapat lulus tepat pada waktunya.

Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *adversity intelligence* rendah maka ketika ada masalah pribadi maupun proses pengerjaan skripsi maka akan pasrah begitu saja, tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan skripsi, tidak merevisi skripsinya dengan benar, absen bimbingan, dan merasa bahwa skripsi menjadi

beban akademik, sehingga membuatnya mencari hiburan agar merasa terbebas dari skripsinya. Salah satu hiburan bagi kehidupan mahasiswa adalah mengakses internet karena internet menawarkan berbagai konten menarik yang dapat membuat penggunanya merasakan kenyamanan dan kesenangan tersendiri. Internet yang digunakan terus menerus akan menimbulkan kecanduan, sehingga hal tersebut membuat mahasiswa terobsesi untuk menggunakan internet secara berlebihan yang berdampak pada penundaan mengerjakan skripsinya. Hasil penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0.469, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *adversity intelligence* memberikan sumbangan efektif sebesar 46.9% terhadap variabel kecanduan internet dan sisanya 53.1% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti keadaan sosial, keadaan melarikan diri dari masalah, serta tujuan dan waktu yang digunakan untuk mengakses internet.

B. Saran

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

1. Bagi subjek

Bagi subjek, diharapkan untuk dapat menurunkan kecanduan internet yaitu melalui *adversity intelligence* yang dimilikinya dengan tetap semangat menjalani proses pengerjaan skripsi, dapat mengontrol penggunaan internet, jika ada permasalahan pribadi sebaiknya meminta solusi kepada orang lain

jika tidak bisa menyelesaikan sendiri, dan menjalin komunikasi yang baik dengan DPS agar memudahkan proses revisi skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan meneliti dengan menggunakan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini agar dapat memperkaya bidang pengetahuan psikologi seperti keadaan sosial, tujuan dan waktu yang digunakan untuk mengakses internet. Bagi peneliti Selanjutnya juga, diharapkan untuk meneliti dengan subjek-subjek dari seluruh Universitas yang ada di Yogyakarta agar mendapatkan lebih banyak subjek, sehingga setiap subjek dari seluruh Universitas dapat terwakili.