

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan negatif yang cukup signifikan dengan kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dari nilai $r = -.454$ ($0,000 < 0,01$). Artinya kontrol diri tinggi maka kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta rendah. Sebaliknya jika kontrol diri rendah maka kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta Tinggi, hal tersebut menunjukkan anggota Brimob D.I.Yogyakarta cenderung mengalami perilaku kecanduan *game online* sehingga hipotesis ini diterima. Hal ini tercemin dari aspek-aspek kontrol diri yang dapat menyebabkan munculnya perilaku kecanduan *game online* yaitu kemampuan kontrol kognitif keputusan yang rendah, tidak mampu mengontrol perilaku serta tidak mampu memilih keputusan yang tepat ketika menggunakan/bermain *game online*, sehingga perilaku kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta cenderung sering dilakukan/terus berulang.

Diketahui bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta dengan koefisien determinasi (R^2) 0.206. Dengan demikian kontrol diri memiliki kontribusi terhadap tinggi rendahnya kecanduan *game online* sebesar 20.6 %. Sisanya sebesar 79.4 % dipengaruhi faktor-

faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor lain tersebut diantaranya rasa bosan yang dirasakan saat berada dirumah ataupun ditempat kerja, lingkungan yang mendukung untuk bermain *game online*, mengalihkan masalah dengan bermain *game online*, dan pengabaian akan kehidupan sosial serta kurang memiliki hubungan sosial yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada anggota Brimob D.I.Yogyakarta. Semakin tinggi nilai kontrol diri, semakin rendah nilai kecanduan *game online*. Sebaliknya, Semakin rendah nilai kontrol diri, semakin tinggi nilai kecanduan *game online*.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, maka peneliti mengajukan beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Saran Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap tinggi rendahnya kecanduan *game online* sebesar 20.6 % sehingga, untuk peneliti selanjutnya dipersilahkan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mampu mempengaruhi kecanduan *game online* seperti keinginan yang kuat untuk

memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya, Rasa bosan, lingkungan yang kurang terkontrol dan kurang memiliki hubungan sosial yang baik.

2. Saran untuk anggota Brimob D.I.Yogyakarta

Disarankan kepada anggota Brimob D.I.Yogyakarta yang memiliki kontrol diri dengan kategorisasi tinggi untuk dapat mempertahankan kontrol dirinya. Sedangkan anggota brimob D.I.Yogyakarta yang memiliki kontrol diri dengan kategorisasi sedang dan rendah, diharapkan agar ditingkatkan kontrol dirinya dengan cara pelatihan manajemen diri. Dari pelatihan manajemen diri diharapkan agar anggota brimob memiliki kontrol kognitif, kontrol perilaku serta mengambil keputusan dengan tepat, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan tingkat kontrol diri dan menurunkan kecenderungan kecanduan *game online* pada anggota brimob D.I.Yogyakarta.