BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti dapat ditarik kesimpulan :

Hipotesis utama penelitian yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara kecanduan game online dengan regulasi emosi pada siswa dinyatakan ditolak. Nilai signifikansi hasil analisis korelasi jauh melebihi batas signifikansi lima persen, sehingga tidak ditemukan hubungan yang bermakna secara statistik antara kedua variabel. Arah hubungan yang terbentuk dari data juga tidak sejalan dengan arah yang dihipotesiskan sebelumnya, sehingga dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya kecanduan game online pada siswa tidak dapat dijadikan dasar untuk memprediksi tinggi rendahnya kemampuan regulasi emosi siswa. Variabel kecanduan game online memberikan sumbangan efektif yang tergolong kecil terhadap regulasi emosi pada siswa, yaitu berkisar pada seperlima dari keseluruhan variasi, sedangkan sebagian besar variasi regulasi emosi siswa dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

Hasil analisis tambahan berdasarkan karakteristik demografis menunjukkan bahwa usia, jenis kelamin, dan tingkat kelas tidak berkaitan secara signifikan dengan kecanduan game online maupun regulasi emosi pada siswa. Dengan demikian, ketiga karakteristik tersebut bukan merupakan faktor pembeda yang bermakna dalam konteks penelitian ini.

Lama bermain game merupakan satu-satunya karakteristik demografis yang berkaitan secara signifikan dan konsisten dengan kedua variabel penelitian. Siswa yang bermain lebih dari dua jam per hari menunjukkan skor kecanduan game online dan regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang bermain kurang dari dua jam per hari. Jumlah jenis game yang dimainkan menunjukkan perbedaan yang signifikan pada regulasi emosi, tetapi tidak pada kecanduan game online. Meskipun demikian, uji lanjut tidak menemukan pasangan kelompok yang berbeda secara tegas satu sama lain, sehingga temuan ini bersifat tentatif dan perlu dimaknai secara hati-hati.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan pada kecanduan game online dan regulasi emosi siswa lebih dipengaruhi oleh pola perilaku bermain game itu sendiri, khususnya lama bermain, dibandingkan oleh karakteristik demografis yang bersifat tetap seperti usia, jenis kelamin, atau tingkat kelas.

B. Saran

1. Bagi subjek penelitian

   Bagi para siswa diharapkan untuk tidak berlebihan dan bersikap bijak dalam bermain game online untuk meminimalisi terjadinya kecanduan dalam bermain game online yang mana akan berdampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain.

2. Bagi peneliti selanjutnya

   Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan lagi dalam menentukan durasi bermain game sehingga subjek dapat dikatakan kecanduan pada game online, serta untuk memertimbangkan skala regulasi emosi yang lain untuk digunkan seperti DERS (Difficulties in Emotion Regulation Scale) karena pada skala DERS tersebut lebih cocok untuk mengukur subjek yang memiliki kesulitan dalam meregulasi emosi, tambahlah jumlah untuk penelitian awal sebagai landasan penelitian.