

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dan kemampuan berempati pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan tidak serta-merta berkaitan dengan lemahnya kemampuan berempati. Temuan ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan internet bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kemampuan individu dalam berempati. Hubungan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti jenis dan tujuan penggunaan internet, kualitas interaksi sosial, literasi digital, serta karakteristik individu. Internet tidak selalu menggantikan interaksi tatap muka, tetapi juga dapat menjadi tempat bagi individu untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa hubungan antara kecanduan internet dan kemampuan berempati masih belum konsisten. Oleh karena itu, kemampuan berempati kemungkinan berkembang melalui berbagai pengalaman sosial, baik secara *offline* maupun *online*, serta dipengaruhi oleh kondisi dan karakteristik individu. Hal ini menunjukkan bahwa dampak kecanduan internet terhadap kemampuan berempati tidak bersifat linear, melainkan dapat dipengaruhi oleh tujuan dan jenis penggunaan internet. Internet tidak selalu menggantikan interaksi tatap muka, tetapi

dapat melengkapinya dengan menyediakan ruang untuk berkomunikasi, mengekspresikan diri, serta melatih individu memahami kondisi emosional orang lain melalui komunikasi daring.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran yaitu:

1. Bagi Remaja

Disarankan untuk lebih aktif mengikuti kegiatan sosial tatap muka baik yang formal maupun informal, seperti organisasi, kerja kelompok, atau main bersama teman, agar kemampuan berempati tetap terlatih. Kemudian, untuk menyeimbangkan waktu *online* dan *offline*, misalnya dengan menetapkan jam khusus untuk menelusuri internet dan untuk belajar, beristirahat, dan berinteraksi dengan teman dan keluarga.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperhatikan keseimbangan jumlah aitem *favorable* dan *unfavorable* dalam *blueprint* skala alat ukur supaya setiap aspek terwakilkan dan ketidakseimbangan ini tidak akan memengaruhi keakuratan hasil penelitian.
- b. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memilih variabel kecanduan dalam ranah internet secara spesifik, seperti kecanduan *game online* atau kecanduan *online shopping*. Mengingat internet

mencakup aktivitas yang sangat luas, diperlukan pemilihan variabel yang lebih rinci supaya dinamika psikologisnya lebih jelas.

- c. Melakukan penelitian lanjutan yang mengkaji hubungan antara kecanduan internet dan kemampuan berempati lebih dalam dengan mempertimbangkan bahwa kecanduan internet tidak langsung meningkatkan atau menurunkan kemampuan berempati seseorang, sehingga kemungkinan terdapat faktor perantara lain, seperti jenis konten yang diakses, pola interaksi sosial, atau bahkan budaya.