

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecanduan Internet Pada Remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Didapatkan rata-rata kecerdasan emosional remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman tahun 2022 adalah 118 yang merupakan kecerdasan emosional sedang.
2. Didapatkan rata-rata kecanduan internet remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman tahun 2022 adalah 42 yang merupakan kecanduan internet ringan.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosional dengan kecanduan internet pada remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang pariaman tahun 2022 ($p= 0.000$) dengan memiliki hubungan yang kuat arah hubungan negatif yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka kecanduan internet akan berkurang.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Bagi remaja diharapkan agar bisa mengelola, mengendalikan emosi dengan baik, dan memiliki kontrol diri yang baik agar mampu mengatur penggunaan internet, dengan menggunakan internet di saat-saat tertentu untuk meminimalisir penggunaan internet terlalu lama dan untuk mengalihkan penggunaan yang berlebihan. Remaja juga disarankan untuk lebih meningkatkan aktifitas positif, seperti belajar kelompok, berolah raga, dan kegiatan positif lainnya. Remaja juga diharapkan bisa memaksimalkan penggunaan internet untuk hal-hal yang lebih positif dan bermanfaat dengan cara tidak mudah mempercayai semua hal yang ada di internet dan tidak mengakses konten ilegal.

2. Bagi Sekolah

Sekolah maupun guru BK dapat memberikan layanan konseling yaitu layanan informasi mengenai dampak dari kecanduan internet dan penyebab terjadinya kecanduan, baik dalam tatap muka di kelas, maupun melalui sosialisasi dengan melibatkan pihak luar.

Selain itu sekolah juga dapat memaksimalkan kegiatan ekstrakurikuler dan mewajibkan siswa-siswi untuk mengikuti satu atau dua ekstrakurikuler untuk mengalihkan keinginan siswa-siswa dalam penggunaan internet di waktu luang. Selain itu pihak sekolah juga bisa

bekerja sama dengan orangtua remaja tentang upaya-upaya untuk mencegah remaja agar tidak semakin kecanduan.

3. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan sehubungan dengan kecerdasan emosional serta masalah yang ditimbulkan yaitu kecanduan internet pada remaja. Selain itu juga dalam upaya meningkatkan pengetahuan kesehatan melalui pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan terkait pentingnya memiliki kecerdasan emosional yang baik dan bahaya penggunaan internet yang berlebihan pada remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika ingin meneliti variabel yang sama diharapkan dapat menambahkan informasi mengenai lama durasi responden menggunakan internet dalam sehari. Dan menambahkan sumber literatur dan jurnal yang sesuai dengan tren dan penelitian terbaru.