

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan stres dengan adiksi *game online* pada remaja SMKN 1 Padang, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Variabel stres pada remaja SMKN 1 Padang menunjukkan rerata yaitu 17,00.
2. Variabel adiksi *game online* pada remaja SMKN 1 Padang adiksi *game online* menunjukkan rerata yaitu 45.00.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen (stres) dengan variabel dependen (adiksi *game online*), dengan arah korelasi positif/ searah, pada tingkat kekuatan korelasi yang cukup kuat. ( $p < 0,000$  dan koefisien korelasi 0,559), artinya semakin tinggi stres maka semakin tinggi tingkat adiksi *game online* pada remaja. Besaran koefisien determinasi (*R-square*) pada penelitian ini adalah 0,312 yang memiliki arti variabel independen (stres) memberikan kontribusi sebesar 31,2% terhadap adiksi *game online* pada remaja SMKN 1 Padang.

#### B. Saran

Terkait dengan kesimpulan hasil penelitian ada beberapa hal yang dapat disarankan demi keperluan pengembangan hasil penelitian antara

hubungan stres dengan adiksi *game online* pada remaja SMKN 1 Padang adalah sebagai berikut:

1. Bagi Remaja

Diharapkan kepada remaja agar mampu meningkatkan kesadaran akan resiko adiksi *game online* yang bisa merugikan diri dan orang lain serta dapat mengganggu aktivitas penting dalam kehidupan remaja, agar remaja yang mengalami stres dapat menggunakan aktivitas pengalihan yang lebih bermanfaat untuk diri seperti berolahraga, ikut dalam kegiatan berkelompok, berpartisipasi organisasi keremajaan dan kegiatan bermanfaat lainnya.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah mampu membuat kebijakan terkait penggunaan *game online* di lingkungan sekolah, melarang siswa untuk menggunakan *handphone* saat pembelajaran berlangsung dan hanya memperbolehkan siswanya untuk menggunakan *handphone* disaat jam istirahat. Diharapkan pihak sekolah juga memberikan bimbingan konseling terkait masalah adiksi *game online* pada siswa dan konseling penanganan stres pada siswa agar meminimalisir resiko adiksi *game online* pada remaja.

3. Bagi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan sehubungan dengan stres serta masalah yang dapat ditimbulkan, salah satunya yaitu adiksi *game online* pada

remaja. Program yang dapat dilakukan berupa perawat jiwa bekerja sama dengan pihak sekolah dalam upaya mengurangi adiksi *game online* yaitu melakukan program terapi kognitif perilaku (*Cognitif Behavioral Therapy*) sebagai tindakan yang diharapkan dapat mengubah perilaku negatif bermain *game online*, dan pengendalian stres pada remaja, mengontrol perilaku berulang dan memperkuat pengambilan keputusan untuk terlibat dalam aktivitas pengalihan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data awal maupun acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai stres maupun adiksi *game online* dengan jangkauan responden yang lebih luas dan penelitian selanjutnya juga dapat melihat pengaruh sosial demografi terhadap stres pada remaja yang dapat menimbulkan kejadian adiksi *game online*.

