

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “ Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Regulasi Emosi Pada Pelajar di SMA N 12 Padang Tahun 2019 “, Maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah siswa yang masih tergolong usia remaja madya, dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak dari perempuan dan responden terbanyak berada di kelas XI.
2. Median kecanduan *game online* pada pelajar di SMAN 12 pada 16,00 dengan nilai 0 dan tertinggi 28. Dengan angka kecanduan *game online* sebanyak (64,7%).
3. Median regulasi emosi pada penelitian ini 43.00 dengan nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 70. Regualsi emosi pada pelajar di SMAN 12 Padang sebagian besar berada pada regulasi emosi sedang (66,7%).
4. Terdapat korelasi yang bermakna antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada pelajar di SMA N Padang dengan nilai  $p < 0,05$  yaitu  $p = 0,001$ . Kekuatan korelasi pada penelitian ini adalah sangat lemah dimana nilai  $r = -0,185$  dengan arah yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan *game online* pada pelajar maka akan semakin rendah regulasi emosinya.

## B. Saran

### 1. Bagi sekolah dan orang tua siswa

Pihak sekolah dapat melakukan pelatihan kontrol diri yang di berikan pada siswa dimana dalam pelatihan tersebut berisi edukasi, idenfikasi games yang menyasar pada kognitif dan perilaku anak yang diberikan pada anak yang kecanduan maupun tidak kecanduan *game online*. Agar anak dapat mengontrol diri untuk tidak bermain *game online*. dan untuk guru yang mengajr dapat menggunakan metode diskusi kelompok untuk metode belajar untuk saat belajar di dalam kelas dan tugas yang dikerjakan dirumah, ini dilakukan untuk mengalihkan pikiran anak terhadap *game online*. untuk orang tua dapat melakukan kesepakatan dengan anak tentang waktu bermain dan belajar anak, serta melakukan pengawasan pada anak terhadap hal-hal yang dilakukannya

### 2. Bagi institusi keperawatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja. Sehingga utuk menyingkapi hal ini perawat dapat berperan dalam mensosialisasikan pengetahuan tentang kecanduan *game online*, dapat dilakukan dengan cara memberikan pendidikan atau promosi kesehatan kepada siswa, orang tua atau pun sekolah.

### 3. Peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan metode wawancara selain dengan memberikan kusioner supaya dapat memperoleh

gambaran yang lebih komprehensif mengenai kecanduan *game online* dengan regulasi emosi.

