

## BAB 7 PENUTUP

### 7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan stres dengan tingkat kecanduan game online pada siswa SMPN 5 Padang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Responden di SMPN 5 Padang paling banyak mengalami stres ringan, diikuti stres sedang dan stres sangat berat.
2. Lebih dari sebagian responden tergolong tidak kecanduan *game online*, diikuti kecanduan ringan dan hanya sedikit tergolong kecanduan *game online* berat.
3. Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden berusia 13 hingga 15 tahun, berjenis kelamin laki-laki, jenis permainan yang paling sering dimainkan adalah jenis MOBA, media bermain lebih sering menggunakan *smarthphone*, durasi bermain rata-rata bermain selama 1 hingga 2 jam/hari, frekuensi bermain mayoritas bermain 2 hingga 3 hari/minggu, sebagian besar bermain *game online* di rumah, dan mayoritas beralasan bermain *game online* untuk menghilangkan stres.
4. Terdapat hubungan stres dengan tingkat kecanduan *game online* pada siswa SMPN 5 Padang.

### 7.2 Saran

1. Diperlukan tata laksana terhadap stres bagi siswa untuk menanggulangi stres yang muncul.
2. Diperlukan perhatian dari orang tua dan guru untuk mengontrol peserta didik baik di rumah dan di sekolah agar tidak kecanduan terhadap *game online*.
3. Bagi peneliti yang ingin meneliti tentang kecanduan *game online* disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang berisiko menjadi kecanduan terhadap *game online* dan meneliti jenis permainan tertentu yang bisa menyebabkan kecanduan.