

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil analisis statistik pada Bab IV, didapatkan informasi bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dan konformitas dengan adiksi *game online* pada mahasiswa. Variabel regulasi diri dengan variabel adiksi *game online* memiliki hubungan dengan skor signifikansi sebesar 0,138 dan skor *Correlation Coefficient* sebesar -0,085. Artinya terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara regulasi diri dengan adiksi *game online*. Karena hubungannya negatif, maka semakin tinggi tingkat regulasi diri mahasiswa, kecenderungan untuk mengalami adiksi bermain *game online* akan semakin rendah. Variabel regulasi diri pada penelitian ini bukan menjadi faktor utama yang menjadi penyebab munculnya adiksi *game online* pada subjek karena hubungannya tidak begitu signifikan.

Variabel konformitas dengan variabel adiksi *game online* memiliki hubungan dengan skor signifikansi sebesar 0,000 dan skor *Correlation Coefficient* sebesar 0,397. Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan adiksi *game online*. Karena hubungannya positif, maka semakin tinggi tingkat konformitas mahasiswa, kecenderungan untuk mengalami adiksi bermain *game online* akan ikut meningkat.

## B. Saran

Terkait penelitian tentang hubungan antara regulasi diri dan konformitas dengan adiksi *game online* pada mahasiswa ini, penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa selaku individu yang memiliki tanggung jawab untuk menguasai keilmuan yang sedang dipelajari dan juga sebagai penerus keberlangsungan bangsa, hendaknya lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengasah bidang keilmuan yang dipilih.

Bagi mahasiswa yang memiliki kecenderungan adiksi bermain *game online*, bisa menggunakan bantuan psikolog atau orang terdekat (seperti anggota keluarga, teman, atau dosen) untuk membantu mengurangi kecenderungan tersebut. Apabila menggunakan bantuan psikolog, bisa mengikuti anjuran atau metode yang disarankan oleh psikolog tersebut guna mengurangi atau menghentikan adiksi bermain *game online*. Apabila secara mandiri atau menggunakan bantuan orang terdekat, bisa menggunakan beberapa cara seperti memantau jangka waktu bermain *game online*, melakukan perencanaan kegiatan sehari-hari, dan meminta dukungan dari orang terdekat.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Terdapat kelemahan pada penelitian ini, diantaranya adalah penggunaan teknik *non-probability sampling* sebagai teknik pengambilan sampel, distribusi data tidak normal yang mungkin disebabkan oleh jumlah subyek

yang relatif sedikit, dan penggunaan uji statistik non-parametrik sehingga hasil penelitian yang didapat kurang begitu mendalam.

Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait adiksi *game online* diharapkan melakukan penelitian secara lebih mendalam sehingga mendapatkan hasil penelitian yang lebih spesifik terkait aspek-aspek di dalam adiksi *game online* terutama yang menyangkut kehidupan mahasiswa.

Karena penelitian ini dilakukan pada subyek yang spesifik yaitu mahasiswa yang berada pada kelompok usia remaja akhir dan dewasa awal, maka untuk penelitian selanjutnya bisa dikembangkan kepada subyek kelompok usia dewasa awal dan dewasa madya dengan populasi yang lebih luas, dengan harapan hasil penelitian yang didapatkan lebih representatif kepada populasi dewasa secara utuh.