BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berikut ini terdapat beberapa kesimpulan terkait dari hasil penelitian mengenai Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan *Game online* pada dewasa awal yang bermain *game online*, yaitu;

a. Terdapat Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan *Game online* pada dewasa awal yang bermain *game online*, yang berarti dengan ini hipotesis alternatif di terima.

b. Bahwa terdapatnya hubungan yang negatif antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan *Game online* pada dewasa awal yang bermain *game online*, yang dimana artinya ialah semakin tingginya kecenderungan kecanduan *game online* maka semakin rendahnya kontrol diri begitupun sebaliknya.

5.2 Saran

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan maka terdapat beberapa saran yang akan peneliti berikan terkait dengan proses maupun hasil yang telah didapatkan selama penelitian. Adapun sarannya terbagi menjadi dua, yaitu;

5.2.1 Saran Teoritis

a. Bagi peneliti selanjutnya apabila ingin melakukan penelitian dengan objek yang sama, sebaiknya lebih diperdalam lagi khususnya terkait dengan jenis kelamin responden yang bermain *game online*.
b. Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya difokuskan pada karakteristik subjek yang memainkan aplikasi *game online* Mobile Legend.
c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada dewasa awal yang bermain *game online* seperti rasa bosan.

Hubungan antara.., Wilahar Manira Suryatama, Fakultas Psikologi, 2022

5.2.2 Saran Praktis

Jika alat ukur penelitian ini khususnya skala kecenderungan kecanduan *game online* digunakan pada penelitian lainnya, sebaiknya memperhatikan karakteristik utama yaitu memiliki akun *game online* dan gemar bermain *game online*. Bagi responden penelitian ini sebaiknya perlu mengontrol kecenderungan kecanduan *game online* dengan cara melakukan kegiatan yang lebih positif seperti mengikuti kegiatan olahraga, kegiatan karang taruna, dan kegiatan positif lainnya. Kemudian meningkatkan kontrol diri dengan cara mengikuti pelatihan dan seminar untuk meningkatkan kontrol diri.