

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa dampak dari tingginya intensitas bermain terhadap kesehatan fisik dan mental siswa sekolah dasar beragam. Dampak fisik yang muncul akibat intensitas bermain *game online Free Fire* antara lain penglihatan buram, mata perih, dan badan lemas. Selain itu, kesehatan mental siswa juga terdampak dengan munculnya peningkatan emosional, seperti mudah marah, penggunaan bahasa kasar, serta perilaku agresif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan intensitas tinggi bermain *game online Free Fire* cenderung mengalami penurunan minat belajar di rumah. Hal ini tercermin dari rendahnya keterlibatan siswa dalam aktivitas belajar, sikap acuh, serta kecenderungan hanya belajar ketika ada tugas atau ujian. Namun demikian, sebagian kecil siswa mampu menunjukkan minat belajar yang tetap baik meskipun termasuk dalam kategori selalu dalam intensitas bermain *game online Free Fire*.

Kemampuan kognitif siswa sekolah dasar terbukti terdampak oleh intensitas bermain *game online Free Fire*. Sebagian besar siswa yang termasuk dalam kategori selalu bermain menunjukkan penurunan konsentrasi, kesulitan memahami pelajaran, serta lemahnya daya ingat terhadap materi yang telah dipelajari di rumah. Namun, temuan penelitian juga memperlihatkan adanya sebagian siswa yang tetap mampu memahami dan mengingat pelajaran meskipun bermain dengan intensitas tinggi.

Bermain *game online Free Fire* dengan intensitas tinggi berimplikasi pada munculnya penyimpangan sosial, terutama hilangnya kemandirian dan rasa tanggung jawab siswa sekolah dasar dalam kegiatan belajar di rumah. Sebagian besar siswa lebih memilih bermain dibandingkan belajar sehingga cenderung menunggu perintah orang tua untuk melakukan aktivitas akademik. Bahkan, tanggung jawab dalam mengerjakan tugas sekolah terkadang diambil alih oleh

orang tua. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian kecil siswa yang mampu mengatur prioritas dengan menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Siswa**

Saran bagi siswa sekolah dasar yang bermain *game online free fire* untuk mengontrol diri dalam bermain. Siswa sekolah dasar harus mengatur waktu untuk bermain disarankan untuk bermain *game online free fire* dengan intensitas kadang, dengan waktu bermain kurang dari 1 jam. Jadikan kegiatan bermain *game online free fire* ini sebagai sarana melepas penat dan sebagai sarana untuk hiburan.

### **5.2.2 Bagi Orang Tua**

Saran bagi orang tua untuk dapat memberikan perhatian lebih kepada anak dalam penggunaan gawai, khususnya bagi orang tua yang memiliki anak yang bermain game. Membuat aturan waktu bermain game dan mengatur waktu belajar di rumah, serta menanamkan disiplin sejak dini. Orang tua dapat menjalin komunikasi positif untuk mengurangi kecenderungan emosi dampak yang akan terjadi ketika anak kecanduan bermain game.

### **5.2.3 Bagi Guru**

Saran bagi guru untuk memberikan edukasi mengenai dampak negatif dari bermain *game online* dengan intensitas tinggi terhadap siswa sekolah dasar pada saat di sekolah. Serta lebih ketat dalam peraturan membawa gawai ke sekolah agar kegiatan pembelajaran di kelas tidak terganggu dengan siswa membahas mengenai game online yang mereka mainkan bersama-sama. Jalin komunikasi dengan orang tua untuk memantau perkembangan belajar siswa serta mengidentifikasi siswa yang mengalami penurunan motivasi belajar.

### **5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian lanjutan dapat menggunakan pendekatan campuran untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif, tidak hanya dari sisi kualitatif pengalaman siswa, tetapi juga melalui data kuantitatif mengenai intensitas bermain dan pengaruhnya terhadap hasil belajar secara nyata. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk mengeksplorasi peran orang tua, guru, dan

lingkungan sosial dalam membentuk perilaku serta motivasi belajar siswa yang intens bermain *game online* seperti *Free Fire*, agar solusi yang dihasilkan bersifat holistik dan aplikatif dalam konteks pendidikan dasar.