

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab V merupakan bab akhir dalam penulisan skripsi. Bab ini berisi simpulan implikasi dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap temuan penelitian yang dapat dimanfaatkan bagi guru Bimbingan dan Konseling dan bagi peneliti selanjutnya.

#### **5.1 Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian program konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 45 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016, berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan Bab IV adalah sebagai berikut:

- a. Gambaran umum kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 45 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016 sebagian besar berada pada kategori sangat rendah, artinya peserta didik memang menganggap keberadaan *game online* hanya sebagai hiburan saja, tidak semata-mata dijadikan kegiatan utama dalam kesehariannya. Namun dilihat dari distribusi frekuensi per aspek kecenderungan adiksi *game online*, terdapat salah satu aspek yang menunjukkan peserta didik berada pada kategori sedang, yaitu aspek *mood modification*. Pada aspek *mood modification* terdapat 10 peserta didik dengan presentase 7,3% berada pada kategori sedang, hal ini menjadi acuan peneliti untuk merancang program restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik.
- b. Program konseling restrukturisasi kognitif dirancang sebagai upaya untuk membantu peserta didik dalam mereduksi kebiasaan bermain *game online*. Program konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik telah disusun dan uji kelayakan oleh dosen ahli dan guru bimbingan dan konseling sudah teruji dapat diterapkan untuk membantu peserta didik dalam mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik.



## 5.2 Implikasi

Implikasi hasil penelitian bagi guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 45 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016 adalah langkah-langkah operasional program intervensi untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online*. (Langkah-langkah operasional terlampir pada program intervensi).

## 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terdapat beberapa rekomendasi yang ditujukan terhadap pihak yang terkait dengan penelitian, sebagai berikut:

### a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling dapat menjadikan rancangan program konseling dengan menggunakan konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik. Rancangan program konseling restrukturisasi kognitif selanjutnya dijadikan acuan langkah-langkah untuk melakukan layanan konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik.

### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada pengujian efektivitas dari teknik konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik, oleh karena itu banyak yang harus dikaji oleh peneliti selanjutnya. Peneliti selanjutnya mencoba merancang desain penelitian mengenai kecenderungan adiksi *game online* pada jenjang pendidikan yang berbeda, sehingga dapat mengetahui beragam program intervensi di semua jenjang pendidikan dan peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih mengkaji keseluruhan aspek-aspek kecenderungan adiksi *game online* pada peserta didik dengan memberikan penanganan menggunakan teknik layanan tertentu.