

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian serta pembahasan yang telah diuraikan, kesimpulan penelitian sebagai berikut.

1. Berdasarkan dari hasil penelitian dan analisis, disimpulkan gambaran umum tingkat kebiasaan bermain *online game* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020, secara keseluruhan dari ketujuh aspek berada pada kategori *strong*. Artinya menurut pernyataan Brown, siswa memiliki tingkat kebiasaan bermain *online game* yang tinggi. Diidentifikasi melalui kriteria kebiasaan bermain *online game* yang meliputi, keinginan untuk bermain *online game* mendominasi pikiran siswa (*salience*), meluangkan waktu untuk menambah durasi bermain *online game* (*tolerance*), munculnya perasaan tidak nyaman ketika bermain *online game* diberhentikan (*withdrawal*), melupakan aktivitas lain ketika bermain *online game* (*loss of control*), adanya semangat yang sama ketika bermain *online game* kembali setelah sempat diberhentikan (*relapse*), munculnya dampak negatif pada diri sendiri (*negative outcomes*), munculnya ledakan dalam diri yang membuat perasaan menjadi senang saat bermain *online game* (*relief*).
2. Layanan bimbingan dan konseling yang dikembangkan berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh bertujuan untuk dapat mengurangi kebiasaan bermain *online game* siswa yang berada pada kategori *Strong* supaya dapat mencapai kategori *weak*, dimana pada kategori rendah siswa dapat lebih mampu untuk memanajemen waktu supaya dapat dimanfaatkan pada kegiatan yang positif dalam hidup siswa.

B. Rekomendasi

Berdasarkan dari simpulan dan temuan penelitian mengenai bimbingan dan konseling untuk mengurangi tingkat kebiasaan bermain *online game* siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020, terdapat beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Pihak Sekolah

Rekomendasi untuk pihak sekolah adalah memfasilitasi kegiatan ekstrakurikuler maupun aktivitas-aktivitas di sekolah supaya tidak memberikan peluang bagi siswa untuk bermain *online game* dengan cara membuat siswa lebih tertarik dan meluangkan banyak waktu untuk beraktivitas disekolah demi mengembangkan minat siswa. Karena dalam kesehariannya disekolah beberapa siswa sering menggunakan waktu luang disekolah dengan bermain *online game* bersama temannya, sehingga menjadi suatu kebiasaan dalam diri siswa.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK dapat memanfaatkan RPL hipotetik yang disusun penelitian sebagai alternatif layanan dasar bimbingan pribadi yang bertujuan untuk mengurangi kebiasaan bermain *online game*.

3. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian sebagai rujukan.

- a. Mengembangkan layanan yang tepat bagi setiap aspek.
- b. Melakukan penelitian dengan *online game*.