

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan dan rekomendasi yang diharapkan menjadi masukan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling untuk menangani fenomena kecanduan *online game* serta keterlibatan siswa Sekolah Menengah Pertama dalam perilaku bermain *online game* yang dapat mengarah pada kecanduan.

A. Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Secara umum gambaran tingkat kecanduan *online game* siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang tahun pelajaran 2011-2012 sebagian besar berada pada kategori sedang, tinggi dan sangat tinggi, sedangkan kategori rendah dan sangat rendah kurang muncul di kalangan siswa.
2. Gambaran aspek tingkat kecanduan *online game* yang paling menonjol atau banyak dirasakan oleh siswa SMPN 1 Lembang memperlihatkan aspek *withdrawl* pada presentase yang paling tinggi dibandingkan dengan aspek lainnya.
3. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa mengalami tingkat kecanduan dari mulai kategori sedang sampai dengan sangat tinggi, maka diperlukan program bimbingan dan konseling yang dapat mengurangi kecanduan *online game* pada siswa.

4. Program yang disusun mengacu pada hasil identifikasi kebutuhan yang dirasakan siswa SMPN 1 Lembang Tahun Pelajaran 2011-2012 yang terkait dengan kecanduan *online game*.
5. Lingkup materi yang disajikan dalam program secara keseluruhan ditentukan berdasarkan pada aspek dan indikator yang terumuskan dalam kecanduan *online game* yang terdiri dari 6 aspek dan 21 indikator. Urutan prioritas materi program didasarkan pada tingkat kemunculan setiap aspek dan indikator. Aspek dan indikator yang menjadi prioritas diurutkan berdasarkan tingkat kemunculan dari yang tertinggi sampai pada tingkat terrendah.

B. Rekomendasi

Setelah melakukan penelitian, membahas dan menyimpulkan hasil penelitian, di akhir penulisan skripsi ini penulis mengajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecanduan *online game* pada siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang berada pada kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang. Profil perilaku tersebut memberi makna adanya perilaku siswa yang mengarah pada hal-hal negatif dampak dari kecanduan *online game* yang dapat menghambat perkembangan siswa secara optimal.

Bagi pelaksana layanan bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang, profil tersebut dapat dimanfaatkan sebagai salah satu pertimbangan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Pada penelitian ini, disampaikan rekomendasi kepada pihak pelaksana layanan bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang berupa rumusan program bimbingan dan konseling. Untuk itu, pihak bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang dalam menyikapi fenomena tersebut disarankan agar menempuh tiga langkah sebagai berikut ini:

- a. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang dengan memverifikasi secara menyeluruh gambaran tingkat kecanduan *online game* pada siswa yang dihasilkan dari penelitian ini.
- b. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang dengan melakukan pengukuran tingkat kecanduan pada setiap aspek kecanduan *online game* sebagai analisis kebutuhan panunjang dalam pengembangan konten layanan.
- c. Pelaksana layanan bimbingan dan konseling SMPN 1 Lembang diperkenankan untuk melakukan uji kelayakan konseptual maupun empiris terhadap program bimbingan dan konseling untuk mengurangi kecanduan *online game* pada siswa

Adapun konten atau materi program yang direkomendasikan adalah sebagai berikut:

Tabel 5.1
Pengembangan Topik Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengurangi Kecanduan *Online Game*
Siswa Kelas VIII SMPN 1 Lembang Tahun Ajaran 2011-2012

| No | Aspek | Indikator | Topik | Indikator Pencapaian | Metode Bimbingan | Media Bimbingan | Kegiatan Layanan | Waktu |
|----|------------------|--|-------------------------------|---|-------------------|-----------------|--------------------|--------------|
| 1 | <i>Withdrawl</i> | Muncul perasaan gelisah jika tidak bermain <i>online game</i> | "Relaksasi Diri" | Siswa mampu menghilangkan perasaan gelisah jika tidak bermain <i>online game</i> | Ceramah & diskusi | SKLBK | Bimbingan klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Muncul perasaan cemas jika tidak bermain <i>online game</i> | | Siswa mampu menghilangkan perasaan cemas jika tidak bermain <i>online game</i> | | | | |
| 2 | <i>Conflict</i> | Sering atau tidaknya mendapat komentar negatif dari keluarga mengenai aktivitas bermain <i>online game</i> | "Keluargaku tempat kumengadu" | Siswa mampu berkomunikasi secara efektif dengan keluarga sehingga meninggalkan aktivitas bermain <i>online game</i> | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Sering atau tidaknya mendapat sindiran dari teman-teman | "Pesan Berrantai" | Siswa mampu berkomunikasi efektif dengan teman sehingga meninggalkan aktivitas bermain <i>online game</i> | Simulasi | SKLBK | Bimbingan Kelompok | 1x Pertemuan |

| | | | | | | | | |
|---|------------------|---|--|---|-------------------|-------|--------------------|--------------|
| | | Perasaan kebingungan ketika harus memilih antara bermain <i>online game</i> dengan melakukan aktivitas lain | “kapal karam” | Siswa mampu mengambil keputusan secara tepat berkaitan dengan hal yang lebih penting untuk dilakukan | Simulasi | SKLBK | Bimbingan Kelompok | 1x Pertemuan |
| 3 | <i>Tolerance</i> | Siswa merasakan kebutuhan untuk meningkatkan durasi permainan | “Kontrol dirimu, demi masa depanmu!” | Siswa mampu mengendalikan diri dalam bermain <i>online game</i> | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Siswa melakukan peningkatan durasi waktu bermain | “mengapa harus dikurangi?” | Siswa mampu mengurangi durasi waktu bermain <i>online game</i> | simulasi | SKLBK | Konseling Kelompok | 1x Pertemuan |
| 4 | <i>Saliency</i> | Sering atau tidaknya siswa membayangkan aktivitas bermain <i>online game</i> | “ <i>online game</i> merusak konsentrasiku!” | Siswa mampu menghilangkan bayang-bayang <i>online game</i> yang muncul dalam kehidupan sehari-hari | Simulasi | SKLBK | Konseling Kelompok | 1x Pertemuan |
| | | Siswa berupaya meluangkan waktunya untuk bermain <i>online game</i> | “Tips Sukses Mengisi Waktu Luang” | Siswa mampu mengisi waktu luang dengan tidak bermain <i>online game</i> dan melakukan aktivitas lain yang positif | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Siswa menunda aktivitas lain demi bermain | “STOP menunda-nunda pekerjaan!” | Siswa mampu menghilangkan kebiasaan menunda | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------------------|--|---|---|-------------------|-------|--------------------|--------------|
| | | <i>online game</i> | | pekerjaan yang lebih penting karena bermain <i>online game</i> | | | | |
| 5 | <i>Euphoria</i> | Siswa merasa lebih bersemangat pada saat bermain <i>online game</i> | “Pengaruh <i>online game</i> yang aku rasakan” | Siswa mampu menyadari dampak negative yang ditimbulkan oleh kecanduan <i>online game</i> | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Siswa merasa sangat senang ketika bermain <i>online game</i> | “Bye <i>online game</i> , Welcome aktivitas baru dan menyenangkan!” | Siswa mampu mengurangi rasa senang yang berlebihan karena bermain <i>online game</i> dengan menemukan aktivitas lain yang lebih positif dan menyenangkan. | Simulasi | - | Konseling kelompok | 1x Pertemuan |
| 6 | <i>Relapse and Reinstatement</i> | Muncul perasaan ingin bermain <i>online game</i> lagi setelah kebiasaan itu berhenti | “Kecanduan <i>online game</i> ?? NO, NO, NO!” | Siswa mampu berkomitmen untuk tidak kecanduan <i>online game</i> | Ceramah & Diskusi | SKLBK | Bimbingan Klasikal | 1x Pertemuan |
| | | Melakukan kembali kegiatan bermain <i>online game</i> setelah sebelumnya berhasil untuk menghentikan kegiatan tersebut | ”STOP kecanduan <i>online game</i> !” | Siswa mampu bersikap tegas untuk tidak terpengaruh terhadap dorongan-dorongan bermain <i>online game</i> | Simulasi | - | Konseling kelompok | 1x Pertemuan |

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Keterbatasan proses dan hasil penelitian ini tidak dapat dipisahkan dari keterbatasan penyusun skripsi dalam mengelola kegiatan dan hasil penelitian. Oleh karena itu, kepada peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk:

- a. Membandingkan gambaran umum tingkat kecanduan *online game* remaja berdasarkan jenis kelamin, sehingga gambaran yang dihasilkan cenderung menyeluruh.
- b. Menggunakan pendekatan dan metode penelitian yang lebih beragam. Seperti kualitatif dengan studi kasus langsung ke area yang dijadikan tempat bermain *online game*, untuk menemukan data-data yang secara langsung diperoleh dari lokasi kejadian.
- c. Mengembangkan dan melaksanakan uji coba empiris program bimbingan dan konseling untuk mengurangi kecanduan *online game* pada siswa Sekolah Menengah Pertama bahkan siswa Sekolah Menengah Atas.