

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data tingkat adiksi internet pada mahasiswa Universitas “X” serta pembahasannya, dapat disimpulkan bahwa:

1. Mayoritas mahasiswa Universitas “X” yang menjadi responden penelitian memiliki tingkat adiksi internet yang ringan pada kedelapan kriteria.
2. Terdapat 4 kriteria : terpaku dengan internet, gagal secara berulang menghentikan penggunaan internet, adanya *withdrawal* saat menghentikan penggunaan internet, dan masalah dalam *time-management* karena penggunaan internet yang memperlihatkan kecenderungan keterkaitan dengan tingkat adiksi internet secara keseluruhan.
3. Terdapat 4 faktor diri responden yang memperlihatkan kecenderungan keterkaitan dengan tingkat adiksi internet mahasiswa Universitas “X”, antara lain : *self-control*, kesepian, keterampilan sosial, dan kedekatan dengan orangtua.
4. Terdapat 2 data demografis yang memperlihatkan kecenderungan keterkaitan dengan tingkat adiksi internet mahasiswa Universitas “X”, antara lain : usia dan tujuan menggunakan internet. Data demografis IPK dan jenis kelamin juga memperlihatkan kecenderungan keterkaitan pada penelitian ini, namun perlu diteliti lebih lanjut karena mungkin dipengaruhi jumlah mayoritas kriteria responden tertentu.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, peneliti mengajukan beberapa saran teoritis sebagai berikut:

1. Pilihan pernyataan pada alat ukur sebaiknya diganti menjadi tidak pernah, jarang, sering, dan sangat sering, mengingat adiksi internet berbicara mengenai perilaku yang berulang.
2. Pertanyaan dalam survey awal perlu dipertajam dan mencakup berapa lama durasi responden menggunakan internet, berapa lama durasi terus-menerus menggunakan internet, serta apa dampak negatif penggunaan internet yang dirasakan.
3. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk mengkonstruksi ulang alat tes yang mengukur faktor diri yang mempengaruhi adiksi internet, tidak 1 item tiap faktor.
4. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk meneliti korelasi atau keterkaitan antara faktor-faktor diri yang mempengaruhi tingkat adiksi internet dengan tingkat adiksi internet.
5. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk meneliti korelasi atau keterkaitan antara data demografis dengan tingkat adiksi internet.
6. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk meneliti adiksi internet yang lebih spesifik, seperti adiksi *smartphone*, media sosial, atau *game*.
7. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk lebih fokus meneliti dampak negatif dari adiksi internet.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, peneliti mengajukan beberapa saran praktis sebagai berikut kepada lembaga pendidikan Universitas “X”:

1. Disarankan bagi lembaga pendidikan Universitas “X” untuk membuat acuan upaya preventif terhadap adiksi internet melalui faktor-faktor berikut : *self-control*, kesepian, keterampilan sosial, dan kedekatan dengan orangtua melalui seminar.
2. Disarankan bagi lembaga penelitian Universitas “X”, jika diperlukan, untuk membuat acuan upaya kuratif pada mahasiswanya yang mungkin mengalami adiksi internet melalui konseling dan terapi.

