BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari beberapa pembahasan sebelumnya penulis dapat mengambil berepa kesimpulan, diantaranya:

1. Faktor Penyebab dari Kecanduan *Facebook* Pada Ibu Rumah Tangga

   Faktor penyebab dari Kecanduan *Facebook* Pada Ibu Rumah tangga pada saat remaja adalah: Faktor orang tua membiarkan anak dimasa remajanya memainkan handhphone berlebihan, faktor tidak ada teman untuk bermain, faktor memberikan handhphone di usia yang belum tepat, faktor kurang perhatian dari kedua orang tua dan saudara-saudaranya. Adapun faktor penyebab yang lain adalah kurangnya perhatian dari seorang suami, adanya kesempatan waktu, dan lingkungan yang kurang berlomunikasi antar tetangga.

2. Penerapan Teknik *Rational Emotive Behavir Therapi* terhadap kecanduan *Facebook* pada ibu rumah tangga meliputi penggunaan Teknik diantaranya attending dan

asesmen. Didalam penerapan ini peneliti memberikan tehnik treatment juga yang bertujuan agar pikiran irasionalnya menjadi pikiran pemikiran yang rasional. Treatment tersebut dipandu oleh peneliti yang dimana responden diminta untuk mengikuti apa yang yang peneliti intruksikan kepadanya. Selanjutnya responden dimminta untuk melakukan latihan tersebut secara mandiri selama 5 menit setiap pagi dan malam hari, hal tersebut agar memaksimalkan tujuan dari treatment.

3. Hasil dari penerapan Teknik *Rational Emotive Behavir Therapi* terhadap kecanduan *Facebook* pada ibu rumah tangga sangatlah bervariatif lima respon yaitu: UH,NH,RS,AY dan SM. Mereka mengalami perubahan yang baik. Ketika sudah berkeluarga mereka melayani suami dengan baik dan memperlakukan dengan baik. Mereka sudah mengurangi dan bisa membagi waktunya untuk keluarga.

B. Saran

1. Kepada orang tua dan keluarga

   Berdasarkan hasil penelitian, orang tua dan keluarga menjadi salah satu sebab terjadinya kecanduan *Facebook* . yang seharusnya pada saat remaja dididik dan diawasi oleh orang tua di rumah. Jangan biarkan anak memainkan handphone yang berlebihan apalagi memberi dengan Cuma-Cuma. Kasih perhatian lebih untuk anak agar anak dapat kasih sayang dan kebahagiaan dari orang tua dan keluarga bukan mencari kebahagiaan di luar dengan bermain *Facebook* . karena itu salah satu resiko untuk kedepannya ketika sudah mempunyai keluarga sendiri.

2. Pembaca

   Kepada para pembaca penulis berharap dalam penyusunan skripsi ini tidak memberikan informasi kepada pihak yang berkaitan, akan tetapi tujuan penulisan tugas ini agar memberikan informasi kepada masyarakat luas bahwa berlebihan/kecanduan *Facebook* tidak baik.