BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, peneliti membuat kesimpulan :

1. Kondisi negatif pada remaja yang mengalami kecanduan *online games* di Komplek Green Serang Madani yaitu : a). Perilaku impusif, b). Emosi tidak stabil, c). Melalaikan tanggungjawab dan lupa waktu, d). Sikap boros.
2. Penerapan konseling individual dengan pendekatan eksistensial-humanistik dalam mengatasi kecanduan terhadap *online games* pada remaja di komplek green serang madani yaitu melalui tiga tahapan dengan tujuh kali pertemuan meliputi :

   a). Tahap awal, membangun hubungan dengan responden, memberikan arahan (*direction*), penggalian atau eksplorasi masalah (identifikasi masalah), dan menetukan latar belakang masalah (*diagnosis*). Pada

tahap ini, peneliti melakukan 2 kali pertemuan dengan responden.

b). Tahap inti/kerja, melakukan eksplorasi masalah yang dihadapi responden lebih dalam, menentukan alternatif atau langkah-langkah bantuan atas permasalahan responden (*prognosis*), dan pemberian terapi (*treatment*). Pada tahap inti/kerja ini peneliti melakukan 3 kali pertemuan dengan responden.

c). Tahap akhir, melakukan tindakan penilaian terhadap konseling yang telah dilakukan (evaluasi) untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada responden, dan juga tindakan *follow up*. Pada tahap akhir ini peneliti melakukan 2 kali pertemuan dengan responden.

Layanan konseling individual yang diterapkan tersebut telah memberikan efek yang positif dalam mengatasi (mengurangi) kecanduan *online games.* Hal tersebut dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada responden, yaitu :

a. Jika pada saat sebelum mengikuti layanan konseling individual, kondisi responden berperilku sadar yang tak terkendalikan oleh dirinya sendiri (perilaku impulsif) seperti sulit mengendalikan keinginan untung bermain *online games*, sering minta dibelikan *gadget* baru kepada orangtuanya, dan setelah mengikuti layanan konseling individual responden sudah bisa mengontrol diri/dorongan-dorongan yang dirasakan.
b. Jika pada saat sebelum mengikuti layanan konseling individual, kondisi emosi responden tidak stabil, sering marah dan teriak pada saat bermain *online games*, bernada tinggi ketika diminta tolong atau diminta berhenti bermain *online games* oleh orangtuanya. Namun setelah mengikuti layanan konseling individual respon sudah dapat mengendalikan emosinya.
c. Jika pada saat sebelum mengikuti layanan konseling individual, kondisi responden sering melalaikan tanggungjawab dan lupa waktu, seperti shalat diakhir waktu bahkan hingga meninggalkan shalat, lupa

mengerjakan pr, lupa makan, dan lupa tugasnya sebagai anak yaitu membantu orangtua. Namun setelah mengikuti layanan konseling individual, kondisi responden sudah memahami akan tanggungjawabnya dan sudah dapat mengatur waktu, seperti mengawali waktu shalat bahkan salah seorang responden sudah mulai membiasakan untuk shalat berjamaah di masjid.

d. Jika pada saat sebelum mengikuti layanan konseling individual, kondisi responden sangat boros, seperti menggunakan uang saku untuk membeli peralatan *gaming* bahkan tak jarang jika uang sakunya habis responden meminta kepada orangtuanya. Namun, setelah mengikuti layanan konseling individual, kondisi reponden sudah dapat mengatur keuangannya, dan lebih menggunakan uang sakunya untung hal-hal yang bermanfaat atau dimasukan ke dalam tabungan, walaupun pada kondisi ini masih ada salah seorang responden yang terbilang boros.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Untuk orangtua

   Seiring perkembangan teknologi dan berbagai fitur yang ditawarkan di dalam *online games*, dapat menarik minat penggunanya yang khususnya saat ini didominasi oleh kalangan remaja dan hingga menimbulkan efek kecanduan dan ketergantungan pada *online games*. Berbagai dampak yang ditimbulkan dari bermain *online games* dan yang mengkhawatirkan yaitu dampak negatif seperti pornografi hingga kecanduan terhadap *online games* menjadikan anak menjadi malas dan lupa akan kewajiban-kewajibannya. Maka dari itu, sebaiknya orangtua memberikan arahan dan mengontrol jam bermain anak, jangan terlalu memberikan kebebasan yang berlebihan. Selain itu, luangkan waktu untuk menemani anak disetiap harinya walau hanya sekadar menanyakan aktivitasnya di sekolah dan di luar rumah, agar

anak merasa diperhatikan dan tidak melampiaskan kekesalannya dengan bermain *online games.*

2. Untuk responden

   Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menuju dewasa, masa di mana seseorang mencari jati diri dan arah hidupnya yang secara tidak langsung masa remaja merupakan penentu akan bagaimana masa depannya. Maka dari itu, alangkah lebih baik jika pada masa remaja ini diisi dan dilalui dengan berbagai kegiatan-kegiatan postif seperti mengembangkan bakat yang dimiliki, aktif bersosiaisasi dan menentukan akan arah hidupnya.