

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan tingkat kecanduan gadget dan gangguan emosi dan perilaku pada remaja di SMP Negeri 5 Klaten maka disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden pada penelitian menunjukkan bahwa dari 156 responden, berusia minimal 13 tahun dan maksimal 16 tahun dengan usia rata – rata $13,98 \pm 0,035$ tahun, Sebagian besar terdiri dari perempuan sebanyak 86 responden (55,1%) dan laki – laki sebanyak 70 responden (44,9%). Berdasarkan kepemilikan *gadget* sebanyak 147 responden (94,2%) dengan kepemilikan *gadget* pribadi, sedangkan sebanyak 9 responden (5,8%) dengan kepemilikan *gadget* orang tua/bersama.
2. Hasil data penelitian di SMP Negeri 5 Klaten memiliki kecanduan sebanyak 138 responden (88,5%), dan tidak kecanduan sebanyak 18 responden (11,5%).
3. Hasil data penelitian di SMP Negeri 5 Klaten gangguan emosi dan perilaku dengan kategori normal sebanyak 19 responden (12,2%), borderline/ambang sebanyak 8 orang (5,1%), dan abnormal sebanyak 139 responden (82,7%).
4. Penelitian ini menunjukkan *Correlation* diperoleh nilai signifikan (*p*) *value* 0,000 ($\alpha=0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, yang artinya ada hubungan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku di SMP Negeri 5 Klaten. Nilai koefisien (*r*) 0,757 yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi responden

Diharapkan agar responden lebih aktif mencari informasi mengenai dampak penggunaan *gadget* terhadap kesehatan mental dan emosional. Remaja juga sebaiknya memperhatikan penggunaan *gadget* yang lebih sehat dengan menerapkan batas waktu yang jelas dan memperhatikan dampak psikologis dari penggunaan gadget yang berlebihan.

2. Bagi sekolah

Sekolah sebaiknya mempertimbangkan untuk menyusun dan menerapkan kebijakan yang mengatur penggunaan *gadget* di lingkungan sekolah, serta menyediakan program edukasi untuk siswa mengenai dampak kecanduan *gadget*. Program tersebut bisa meliputi *workshop*, seminar, atau kelas tentang kesehatan digital dan keseimbangan kehidupan *online* dan *offline*.

3. Bagi pelayanan Kesehatan

Diharapkan pelayanan kesehatan sebaiknya mengintegrasikan informasi tentang kecanduan *gadget* dalam layanan kesehatan mental. Ini dapat mencakup penambahan modul tentang dampak *gadget* dalam sesi konseling, serta menyediakan panduan dan sumber daya bagi keluarga dan remaja untuk mencegah dan mengatasi kecanduan *gadget*.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan Institusi pendidikan sebaiknya memanfaatkan hasil penelitian sebagai bahan referensi dalam kurikulum pendidikan keperawatan jiwa dan kesehatan mental. Selain itu, mereka dapat mengembangkan materi ajar dan pelatihan berbasis penelitian terbaru untuk meningkatkan kualitas pendidikan dalam bidang ini.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan studi longitudinal yang dapat mengeksplorasi dampak jangka panjang dari kecanduan *gadget* terhadap kesehatan mental dan perilaku remaja. Selain itu, peneliti juga dapat mempertimbangkan untuk mengeksplorasi berbagai intervensi yang dapat membantu mengurangi dampak negatif dari penggunaan *gadget*.