

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **V.I Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian di atas dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Sebagian besar siswa/siswa di SMPN 85 Jakarta Selatan yang menggunakan gadget berjenis kelamin perempuan.
- b. Sebagian besar siswa/siswa di SMPN 85 Jakarta Selatan yang menggunakan gadget termasuk pada kriteria masa peralihan dari remaja yaitu berada pada rentang usia 13-16 tahun.
- c. Sebagian besar siswa/siswa di SMPN 85 Jakarta Selatan tidak mengalami kecanduan gadget dan paling sedikit responden dengan kecanduan gadget.
- d. Sebagian besar siswa/siswi SMPN 85 Jakarta Selatan yang menggunakan gadget memiliki kesehatan fisik yang baik.
- e. Sebagian besar siswa/siswi SMPN 85 Jakarta Selatan memiliki gangguan emosi abnormal dan paling sedikit gangguan emosi borderline dan gangguan emosi normal.
- f. Terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan gadget dengan gangguan emosi pada siswa/siswi di SMPN 85 Jakarta Selatan
- g. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan gadget dengan kesehatan fisik pada siswa/siswi di SMPN 85 Jakarta Selatan

## V.2 Saran

Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini dapat dijadikan:

- a. Masukan informasi tentang ketergantungan gadget terhadap kesehatan fisik dan gangguan emosi.
- b. Sebagai dasar permasalahan penelitian terkait faktor lain yang berhubungan dengan kejadian ketergantungan gadget seperti faktor keluarga, faktor lingkungan, faktor individu.
- c. Acuan untuk mencari dampak lain dari ketergantungan gadget jangka panjang terhadap kualitas tidur, kekuatan otot, rasa sakit leher, kekuatan mata atau faktor lainnya yang peneliti tidak teliti dalam penelitian ini.

Kemudian perlu meminimalkan subjektivitas pada saat pengisian kuesioner agar lebih menggambarkan karakteristik responden.

Bagi SMPN 85 Jakarta Selatan penelitian ini dapat dijadikan sebagai :

- a. Dapat dijadikan sebagai masukan pengetahuan dan informasi tambahan mengenai peranan smartphone addiction terhadap kesehatan fisik maupun gangguan emosi siswa/siswi.
- b. Sebagai screening awal agar dapat meminimalkan kejadian smartphone addiction.
- c. Pembuatan jadwal pertemuan dengan keluarga siswa/siswi sebagai salah satu faktor yang dapat membantu dalam penurunan resiko terjadinya efek buruk dari smartphone addiction.

Masukan dalam memaksimalkan peran dari guru, pembuatan Bimbingan Konseling personal dengan pakar ahli.