

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian yang berjudul Hubungan Kecanduan *Game Online* di Masa Pandemi Terhadap Keluhan *Neck Pain* Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta Tahun 2021 maka, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Tidak terdapat hubungan antara frekuensi *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, dikarenakan hasil yang didapatkan dari variabel frekuensi bermain *game online* dengan kategori cukup sering adalah 1,000 ( $p\text{-value} > 0,05$ ).
- b. Tidak terdapat hubungan antara durasi bermain *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, dikarenakan hasil yang diperoleh dari variabel durasi bermain *game online* dengan kategori cukup sering adalah 1,000 ( $p\text{-value} > 0,05$ ).
- c. Terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, hasil yang diperoleh  $p\text{-value}$  sejumlah 0.003 ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

#### **V.2 Saran**

##### **V.2.1 Bagi Mahasiswa**

- a. Untuk Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta disarankan saat bermain *game online* dengan *smartphone* dalam jangka waktu lama, dapat melakukan istirahat atau peregangan saat sedang bermain setidaknya melakukan peregangan otot selama 15 menit.

- b. Untuk Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta disarankan saat bermain *game online* menggunakan *smartphone* untuk merubah posisi duduk dengan tepat, sehingga menghindari rasa keluhan pada *neck pain*.
- c. Untuk Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta disarankan saat bermain *game online* dengan *smartphone* untuk memberikan batasan waktu saat bermain, agar otot leher tidak terasa kaku ataupun nyeri pada leher.

### **V.2.2 Bagi Orang Tua**

- a. Untuk para orang tua dari Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta diharapkan memperhatikan dan mengotrol anak-anaknya agar dalam bermain *game onlie* tidak melampaui batas.
- b. Untuk para orang tua dari Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta diharapkan memberikan batasan-batasan waktu saat bermain, sehingga saat bermain tidak menghabiskan waktu untuk kegiatan lainnya.

### **V.2.3 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta**

Untuk Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta disarankan dapat mengembangkan penelitian ini untuk bisa lebih berkembang dari sebelumnya, serta bisa mendapatkan informasi yang lebih dari sebelumnya untuk menyempurnakan penelitian ini.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Untuk Peneliti selanjutnya dapat menguji kembali dengan sasaran yang berbeda, untuk melihat intensitas bermain *game online* apakah benar tidak memiliki hubungan terhadap keluhan *neck pain*.