

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi distraksi dan okupasi untuk mengurangi kecanduan *game online* pada anak usia sekolah di SDN Kencana 3 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden disimpulkan bahwa seluruh responden berjenis kelamin laki-laki (100%). Responden berusia 7 tahun berjumlah 2 orang (50%) dan 8 tahun (50%). Sementara untuk tingkat kecanduan, terdapat 3 responden dengan tingkat kecanduan sedang (75%) dan 1 responden dengan tingkat kecanduan berat (25%).
2. Evaluasi tingkat kecanduan responden setelah dilakukan penerapan terapi distraksi dan okupasi disimpulkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecanduan ke arah normal pada seluruh responden (100%). Perubahan signifikan terjadi pada 2 dari 4 responden. Dimana terjadi penurunan tingkat kecanduan dari kecanduan tingkat sedang menjadi tidak kecanduan dan dari kecanduan tingkat berat menjadi kecanduan tingkat ringan. Poin skor perubahan tertinggi ada pada 45 poin sementara terendah 14 poin.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai penerapan teknik distraksi dan okupasi untuk mengurangi kecanduan *game online* ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan media edukasi yang lebih baik agar anak-anak lebih tertarik

dalam menerapkan intervensi ini.

2. Bagi Tempat Penelitian/Sekolah Dasar

Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan edukasi kepada para guru tentang bahaya kecanduan *game online* dan tata cara penerapan teknik distraksi dan okupasi sebagai salah satu cara dalam mengurangi kecanduan *game online* dan kemudian dapat disosialisasikan kepada anak-anak untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari terutama pada anak-anak yang sudah terdeteksi mengalami kecanduan *game online*.

3. Bagi Institusi Pendidikan Program Studi Keperawatan Bogor

Diharapkan penelitian ini menjadi bahan bacaan atau referensi bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor yang akan melakukan penelitian serupa.

4. Bagi Orang Tua Responden

Diharapkan orang tua responden dapat memberikan pengawasan terhadap anak-anaknya dalam bermain *game online* serta dapat melanjutkan penerapan terapi distraksi dan okupasi pada anak yang sudah terdeteksi kecanduan *game online* di kehidupan sehari-hari.