

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa dampak *game online* terhadap kesehatan remaja pada Fajar Net Raden Intan Bandar Lampung, adalah sebagai berikut:

1. Remaja menjadi acuh dan kurang peduli dengan lingkungan

Dampak *game online* terhadap bagi remaja penggunaanya adalah mengakibatkan remaja menjadi acuh dan kurang peduli dengan lingkungan, sebab remaja terlalu asik bermain *game online* sehingga ia kurang memperdulikan hal-hal yang terjadi di lingkungannya.

2. Menimbulkan efek ketagihan pada remaja

Dampak negatif bermain *game online* bagi remaja adalah menimbulkan efek ketagihan pada remaja yang berstatus sebagai pelajar sehingga mereka dapat melupakan kewajibannya dalam belajar. Kewajiban para pelajar yaitu belajar, sehingga dengan keseringan main *game online* maka dampak buruknya adalah waktu belajar semakin berkurang.

3. Remaja kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di sekelilingnya

Dampak lainnya adalah dengan bermain *game online*, remaja kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di sekelilingnya, mereka menjadi lupa waktu,

untuk makan, beribadah dan waktu untuk pulang. Pikiran pemain *game online* akan terus menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan, sehingga menjadi sulit konsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos sekolah. Bermain *game* juga membuat seseorang menjadi acuh tak acuh dan kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di sekeliling.

4. Dapat mengganggu kesehatan fisik

Apabila remaja terlalu lama dan sering bermain *game online* maka remaja tersebut akan mengalami gangguan kesehatan fisiknya, seperti gangguan pada mata, pegal-pegal, jantung dan pencernaan.

B. Saran

Saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Para remaja hendaknya berupaya untuk mengurangi bermain *game online* karena dapat berdampak buruk bagi remaja tersebut, baik dampak negatif secara fisik maupun sosial. Para remaja dapat mengisi waktu luang dengan berbagai hal-hal positif lainnya seperti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
2. Para orang tua diharapkan mampu memberikan pengawasan secara lebih intensif terhadap para remaja, sehingga mereka tidak banyak menghabiskan waktu luangnya untuk bermain *game online*. Orang tua juga disarankan untuk tidak memberikan uang saku berlebihan kepada anaknya, karena dapat disalahgunakan oleh anak untuk bermain *game online*.