



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Fenomena kecanduan *internet* yang mengakibatkan fokus berlebihan pada *smartphone* memiliki latar belakang mendalam di dalamnya. Salah satunya adalah eratnya pemaknaan individu terhadap substansinya yang berhubungan dengan faktor pendorong serta pemaknaan pengalaman dalam fenomena. Pemaknaan substansi dari masing-masing individu tidak hanya mengindikasikan alasan pemakaian substansi, tetapi juga memperlihatkan arti dan posisi substansi dalam kehidupan individu. Subjek penelitian memaknai substansi melalui analogi yang menunjukkan kehadiran substansi sebagai sebuah objek dan sesosok subjek. Objek yang dianalogikan oleh beberapa informan adalah tameng, garam, baju, buku, dan rekreasi. Sedangkan, pemaknaan substansi sebagai sesosok subjek adalah teman dekat dan pasangan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa latar belakang dari gangguan kecanduan internet di *smartphone* turut bersumber dari persepsi individu terhadap substansi dalam kehidupan sehari-harinya.

Pengalaman tiap-tiap informan juga memperlihatkan faktor pendorong dan efek negatif yang didapatkan dari kecanduan internet. Dalam penelitian ini, pengalaman yang dialami informan berbeda-beda karena memiliki latar belakang

yang berbeda pula, sehingga faktor pendorong yang ada juga beragam. Informan dengan latar belakang yang sibuk dan profesional menggunakan *smartphone* sebagai pelengkap gaya hidup, sedangkan informan yang memiliki rasa kesepian, menggunakan *smartphonenya* sebagai penghibur untuk memberikan motivasi maupun rasa disenangi. Selain itu, informan juga merasakan efek negatif dari pengalamannya, seperti gangguan tidur, penurunan performa akademis, serta kemampuan sosialisasi yang menurun.

Pemaknaan pengalaman tiap-tiap informan juga beragam, ada yang memaknai pengalamannya sebagai hal yang baik dan hal yang buruk. Hal ini dikarenakan persepsi informan terhadap pengalamannya yang berbeda. Persepsi informan terhadap pemaknaan pengalamannya juga memengaruhi bagaimana informan melakukan pembatasan kebiasaan berinteretnnya yang berlebihan. Informan yang memaknai pengalaman sebagai hal yang baik, memiliki usaha pembatasan yang sedikit, bahkan tidak melakukan pembatasan sama sekali. Sedangkan, informan yang memaknai pengalaman secara negatif, akan melakukan usaha pembatasan dan memiliki perasaan bersalah terhadap perilakunya.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Akademis

Melihat perkembangan teknologi yang tak terelakkan, membuat fenomena kecanduan internet di *smartphone* menjadi suatu fenomena yang mengancam dan berpotensi terjadi pada setiap individu. Bagi setiap penelitian yang memiliki tema

kajian yang berkaitan dengan fenomena ini, peneliti menyarankan agar meneliti hal ini lebih dalam lagi. Misalnya, dengan menggunakan studi kasus. Hal ini dilakukan untuk melihat faktor mengapa dan bagaimana dari kecanduan internet yang terjadi.

5.2.2. Saran Praktis

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan bahwa rasa kesepian dan tidak percaya diri merupakan hal yang menjadi faktor pendorong. Sehingga, peneliti menyarankan kepada para generasi Z dan sesama agar selalu tetap bersikap ramah dan tidak meremehkan satu sama lain demi menjaga perasaan orang lain. Selain itu, melihat rendahnya kesadaran akan potensi terkena gangguan kecanduan internet peneliti menyarankan kepada pemerintah maupun organisasi sebidang untuk menyoroti hal ini sebagai isu yang penting. Sehingga, dapat dilakukan pencegahan dan kampanye untuk meningkatkan *awareness* di kalangan *Gen Z*.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA