

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pemetaan faktor psikologis dan sosial kecanduan *game online* pada Generasi Z di Kota Surabaya, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua kelompok faktor yang melatarbelakangi kecanduan *game online*, yaitu faktor psikologis dan faktor sosial. Hasil pemetaan menunjukkan bahwa faktor sosial lebih dominan dibandingkan faktor psikologis pada sebagian besar informan. Meskipun demikian, kedua faktor tersebut saling berkaitan dan bersama-sama membentuk kecanduan *game online*.

Faktor psikologis yang ditemukan meliputi kebutuhan untuk mengurangi stres, memperoleh kenyamanan emosional, mencari hiburan, serta memperoleh kepuasan melalui aktivitas bermain *game online*. Bagi sebagian informan, *game online* juga menjadi sarana *escapism* dari berbagai tekanan akademik maupun pekerjaan. Selain itu, kepuasan atas pencapaian dalam permainan turut mendorong meningkatnya intensitas bermain. Sementara itu, faktor sosial menjadi aspek yang paling dominan dalam penelitian ini. Budaya bermain bersama (*mabar*), pengaruh teman sebaya, fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO), serta ikatan dalam komunitas virtual yang mendorong informan untuk mempertahankan kebiasaan bermain *game online*. Pada beberapa informan, hubungan sosial yang terjalin di dalam komunitas *game* bahkan dirasakan lebih bermakna dibandingkan interaksi sosial di dunia nyata.

Dominasi faktor sosial pada sebagian besar informan berkaitan dengan kebutuhan untuk memperoleh penerimaan dan membangun hubungan dengan lingkungan sosial selama proses pencarian jati diri. Kebutuhan tersebut terlihat dari keinginan informan

untuk memiliki teman, tetap terhubung dengan kelompok, serta mengikuti aktivitas bermain bersama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sosial turut berperan dalam membentuk dan mempertahankan kebiasaan bermain *game online* pada informan.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa kecanduan *game online* pada Generasi Z di Kota Surabaya tidak hanya berkaitan dengan kebutuhan individu untuk memperoleh kenyamanan dan kepuasan, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang mendorong individu untuk terus terlibat dalam aktivitas bermain *game online*.

5.2 Saran

1. Bagi Generasi Z

Disarankan untuk meningkatkan kesadaran dalam mengatur durasi bermain *game* serta menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi sosial di dunia nyata sehingga penggunaan *game* tetap bersifat positif.

2. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Orang tua diharapkan membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan anak mengenai aktivitas digital yang dilakukan, serta memberikan pendampingan tanpa hanya berfokus pada pembatasan durasi bermain.

3. Bagi Akademisi dan Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperdalam pembahasan mengenai faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi kecanduan *game online* sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih luas mengenai perilaku komunikasi Generasi Z di ruang digital. Penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji faktor lain yang belum dibahas dalam penelitian ini serta melihat fenomena tersebut pada kelompok atau

lingkungan yang berbeda. Selain itu, penelitian dengan cakupan informan yang lebih beragam dapat dilakukan untuk melihat perbedaan pengalaman dan faktor yang melatarbelakangi kecanduan *game online* pada karakteristik individu yang berbeda. Dengan demikian, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih luas mengenai perkembangan perilaku bermain *game online* dan dinamika komunikasi yang terbentuk di dalamnya.