

BAB V

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur SMPN-5 Banjarmasin, yang telah dilakukan peneliti pada 72 siswa-siswa di SMPN-5 Banjarmasin yang terdiri dari kelas 8 A-H yang diambil secara acak setiap kelas 8 A-H dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1.1.1 Sebagian besar bermain *game online* di SMPN-5 Banjarmasin tingkat tinggi sebanyak 8 orang (11,1%) dan bermain *game online* tingkat rendah sebanyak 64 orang (88,9) dari total responden sebanyak 72 orang.
- 1.1.2 Sebagian siswa-siswi di SMPN-5 Banjarmasin mengalami pola tidur buruk sebanyak 19 orang (26,4 %) dan pola tidur baik sebanyak 53 orang (73,6%) dari total responden sebanyak 72 orang.
- 1.1.3 Berdasarkan Dari hasil uji *chi square* hasil hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur di SMPN-5 Banjarmasin, dengan nilai signifikasi bernilai 0,026 dimana lebih kecil dari α 0,05, sehingga dapat peneliti simpulkan bahwa ada hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur di SMPN-5 Banjarmasin Tahun 2018 .

1.2 Saran

1.2.1 Bagi Responden

Menambah pengetahuan informasi khususnya tentang hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur.

1.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi bacaan dan sebagai sumber pengetahuan.

1.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Bahan informasi penelitian selanjutnya dan diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat memperluas judul penelitian yang

berbeda-beda, misalnya dengan observasi langsung terhadap frekuensi bermain *game online* dan pemenuhan kebutuhan tidur.