

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pola komunikasi orang tua pada anak yang mengalami kecanduan *game online PUBG Mobile* di wilayah Mustika Ratu, Ciracas, Jakarta Timur, dapat disimpulkan bahwa terdapat kesenjangan yang cukup nyata antara harapan orang tua dan kondisi yang dialami anak dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua memiliki ekspektasi agar anak mampu menjalani kehidupan sosial secara seimbang, aktif dalam kegiatan sekolah, serta menunjukkan tanggung jawab baik dalam aspek akademik maupun lingkungan sosialnya. Namun, keterikatan anak terhadap permainan daring justru menghadirkan tantangan tersendiri dalam hubungan keluarga, khususnya ketika dunia virtual menjadi lebih dominan dibandingkan realitas yang diharapkan oleh orang tua.

Harapan orang tua agar anak dapat berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya, bersikap disiplin, dan bertanggung jawab dalam proses pendidikan seringkali berhadapan dengan kebiasaan anak yang lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar untuk bermain *PUBG Mobile*. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada menurunnya prestasi akademik dan rendahnya partisipasi sosial, tetapi juga memicu terbentuknya jarak emosional antara orang tua dan anak. Keterbatasan komunikasi yang efektif menyebabkan kesulitan dalam membangun pemahaman bersama, sehingga tidak jarang muncul kesalahpahaman maupun konflik ringan yang berpotensi memperburuk kualitas hubungan keluarga.

Seiring waktu, pola komunikasi antara orang tua dan anak mengalami perubahan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti penambahan usia, perkembangan emosional, serta meningkatnya kompleksitas kebutuhan masing-masing individu. Orang tua, sebagai pihak yang memiliki kepedulian terhadap masa depan anak, mulai menyadari bahwa penerapan larangan atau pembatasan yang terlalu ketat bukanlah solusi yang paling efektif dalam menangani kecanduan game online. Oleh karena itu, orang tua berupaya mengubah pendekatan dengan mencari strategi komunikasi yang lebih tepat dan adaptif dalam berinteraksi dengan anak.

Salah satu langkah yang mulai diterapkan adalah upaya untuk memahami dunia yang diminati anak, yaitu dunia permainan daring. Orang tua berusaha memilih waktu yang sesuai untuk berdialog tanpa kesan menggurui atau memaksakan kehendak. Melalui pendekatan yang lebih terbuka, orang tua berupaya membangun kedekatan emosional dengan mendengarkan pandangan anak mengenai kesenangan maupun tantangan yang dirasakan saat bermain game, sekaligus secara bertahap menanamkan pemahaman mengenai pentingnya keseimbangan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Meskipun proses ini membutuhkan kesabaran dan konsistensi, komunikasi yang lebih fleksibel dan disertai empati terbukti dapat mengarahkan hubungan orang tua dan anak ke arah yang lebih positif.

Kesadaran akan pentingnya komunikasi dua arah menjadi faktor utama dalam menghadapi permasalahan yang muncul akibat kecanduan *game online*. Melalui komunikasi yang terbuka, baik orang tua maupun anak dapat saling memahami, menyesuaikan ekspektasi, serta membangun hubungan yang lebih harmonis. Ketegangan antara orang tua dan anak merupakan hal yang wajar dalam dinamika keluarga, terutama ketika orang tua berupaya membatasi waktu bermain game anak, sementara anak memandang pembatasan tersebut sebagai bentuk pengekangan yang berlebihan. Perbedaan persepsi ini berpotensi menimbulkan konflik batin dan ketidakpuasan apabila tidak dikelola dengan baik.

Oleh karena itu, komunikasi yang efektif menjadi kunci dalam mengelola konflik dan ketegangan tersebut. Pendekatan orang tua yang mengombinasikan pengawasan dengan pemberian ruang kebebasan secara proporsional dapat membantu anak memahami tanggung jawabnya serta memperbaiki kualitas hubungan keluarga. Dengan adanya dukungan dan pemahaman dari orang tua, anak memiliki kesempatan untuk belajar mengendalikan kebiasaan bermain game secara lebih sehat dan bertanggung jawab.

Penelitian ini menegaskan bahwa penerapan pola komunikasi yang sehat antara orang tua dan anak memiliki peran penting dalam menghadapi tantangan kecanduan *game online*. Diharapkan, temuan ini dapat memberikan kontribusi pemikiran bagi orang tua maupun pendidik dalam mengelola interaksi dan

pendampingan terhadap anak-anak yang terdampak oleh perkembangan teknologi dan permainan *online*.

## 5.2 Saran

Berdasarkan temuan penelitian mengenai pola komunikasi orang tua pada anak yang mengalami kecanduan *game online PUBG Mobile* di wilayah Mustika Ratu, Ciracas, Jakarta Timur, terdapat sejumlah rekomendasi yang dapat disampaikan kepada pihak-pihak terkait. Bagi orang tua, peningkatan kualitas komunikasi yang bersifat terbuka, empatik, dan penuh pemahaman menjadi hal yang sangat penting. Orang tua diharapkan mampu lebih aktif mendengarkan tanpa memberikan penilaian negatif, serta berusaha memahami faktor-faktor yang melatarbelakangi ketertarikan anak terhadap *game online*.

Melalui komunikasi yang efektif, ikatan emosional antara orang tua dan anak dapat terbangun dengan lebih kuat. Selain itu, orang tua perlu menetapkan aturan yang jelas terkait penggunaan *game online*, namun tetap bersifat luwes dan disesuaikan dengan kebutuhan anak. Penerapan aturan yang terlalu ketat tanpa mempertimbangkan kondisi anak berpotensi memicu konflik, sehingga pendekatan yang seimbang antara pengawasan dan pengertian dinilai lebih efektif.

Orang tua juga disarankan untuk memberikan teladan dalam penggunaan teknologi, khususnya dalam mengatur waktu antara aktivitas digital dan interaksi sosial. Ketika orang tua mampu menunjukkan pola penggunaan teknologi yang sehat, anak akan lebih mudah meniru kebiasaan positif tersebut. Bagi anak, penting untuk mulai mengembangkan kemampuan manajemen waktu agar kewajiban akademik dan hubungan sosial tidak terabaikan. Anak yang telah menunjukkan kecenderungan kecanduan *game online* perlu diberikan pemahaman mengenai pentingnya menjaga keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari.

Di samping itu, anak juga dianjurkan untuk mencari kegiatan alternatif di luar aktivitas digital, seperti olahraga, seni, atau keterlibatan dalam kegiatan sosial. Kehadiran aktivitas lain yang menarik dapat membantu mengurangi ketergantungan terhadap *game online*. Pembentukan kesadaran diri juga menjadi aspek penting agar anak memahami bahwa permainan daring seharusnya berfungsi sebagai sarana hiburan, bukan sebagai kebutuhan utama dalam hidupnya. Bagi pendidik dan pihak sekolah, diperlukan upaya berkelanjutan untuk memberikan edukasi kepada siswa mengenai penggunaan teknologi secara bijaksana. Sekolah

dapat berperan dengan memberikan pemahaman terkait dampak positif maupun negatif dari game online, serta membekali siswa dengan keterampilan dalam mengatur waktu bermain. Selain itu, kerja sama antara pihak sekolah dan orang tua dalam pengawasan anak perlu ditingkatkan. Melalui komunikasi yang terjalin dengan baik antara guru dan keluarga, potensi kecanduan *game online* dapat dikenali sejak dini dan ditangani secara lebih tepat.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan kajian dengan cakupan yang lebih luas agar hasil penelitian dapat merepresentasikan kondisi masyarakat secara lebih menyeluruh. Penggunaan sampel yang lebih beragam, baik dari segi usia maupun latar belakang sosial, akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola komunikasi orang tua terhadap anak yang mengalami kecanduan *game online*. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat mengkaji penerapan metode digital *detox* sebagai salah satu alternatif intervensi dalam mengurangi ketergantungan *game online* pada anak dan remaja. Dengan menerapkan berbagai rekomendasi tersebut, diharapkan pola komunikasi antara orang tua dan anak yang mengalami kecanduan *game online* dapat berlangsung secara lebih efektif. Hubungan keluarga pun dapat tetap terjaga keharmonisannya, sementara anak mampu mengelola kebiasaan bermain game dengan lebih sehat tanpa mengesampingkan aspek penting lainnya dalam kehidupan.

