

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang bertujuan mendeskripsikan penerapan psikoedukasi terhadap kesehatan mental remaja dapat diambil kesimpulannya sebagai berikut:

1. Karakteristik remaja di SMAN 8 Kota bogor khususnya kelas 10 IPS 1 memiliki usia 17 tahun dan 1 orang berusia 16 tahun , termasuk kedalam kategori remaja madya.
2. Kesehatan mental remaja sebelum dan sesudah dilakukan psikoedukasi mengalami perubahan pada ke empat responden dengan hasil masing masing pada total skor SDQ yang sebelumnya abnormal menjadi borderline
3. Tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sesudah dilakukan penerapan psikoedukasi mengalami peningkatan kepada keempat siswa menjadi kategori baik.
4. Setelah dilakukan penerapan psikoedukasi terdapat perbedaan nilai awal dan akhir pada keempat siswa, kenaikan nilai dengan rentang 10-30%, keempat siswa mengalami peningkatan pengetahuan kesehatan mental.

B. Saran

1. Untuk Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi kepada responden bahwa kesehatan mental juga tidak kalah penting untuk kesehatan diri remaja, sehingga remaja dapat berkembang dengan baik.

2. Untuk Tempat penelitian

Pihak sekolah lebih tepatnya guru bimbingan konseling diharapkan dapat memberikan perlakuan dan perhatian khusus terhadap siswa yang mengalami masalah kesehatan mental dan dapat menggunakan penerapan psikoedukasi sebagai upaya untuk memberikan kesadaran diri dalam pentingnya kesehatan mental bagi remaja.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan acuan pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kesehatan jiwa dan diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dalam meningkatkan kualitas kesehatan jiwa remaja.