

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan pada remaja akhir di desa kelapian, dapat disimpulkan bahwa tingkat penggunaan *platform* media sosial literasi kesehatan mental pada remaja akhir di Desa Kelapian cukup tinggi dari 76 responden yang terlibat, terdapat 1 remaja akhir yang memiliki kategori sangat tinggi, terdapat 36 remaja akhir yang memiliki kategori tinggi, 33 remaja akhir yang memiliki kategori sedang, yang terakhir 3 remaja akhir yang memiliki kategori rendah dan yang terakhir 3 remaja akhir yang memiliki kategori sangat rendah dalam penggunaan *platform* media sosial literasi kesehatan mental.
2. Berdasarkan pada hasil kategorisasi pada tingkat *self-diagnose* remaja akhir di desa kelapian dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja akhir di Desa Kelapian melakukan *self-diagnose*. Hal ini terlihat dari 76 responden yang terlibat, terdapat 11 remaja akhir yang memiliki kategori

tinggi, 64 remaja akhir yang memiliki kategori sedang, dan yang terakhir 1 remaja akhir yang memiliki kategori rendah dalam melakukan *self-diagnose*.

3. Berdasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa *platform* media sosial literasi kesehatan mental berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *self-diagnose*. Hal ini berdasarkan hasil pada analisis regresi sederhana dan hasil dari hipotesis uji t. Variabel *platform* media sosial literasi kesehatan mental memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-diagnose* karena memiliki signifikansi 0,002 yang berarti kurang dari 0,05 dan dari hasil hipotesis uji t *platform* media sosial literasi kesehatan mental memiliki nilai t hitung sebesar -3.208 yang berarti lebih besar dari t tabel yaitu sebesar 1,993 (t tabel dilihat dari tabel dengan alfa 0,05). Menurut Jonathan Sarwono dalam bukunya, dijelaskan bahwa jika t hitung memiliki nilai negatif maka bilangan negatif t tidak bermakna minus hitungan dan hipotesis dilakukan dengan uji kiri dan terletak pada area tolak H_0 dan terima H_a .¹ Berdasarkan hasil analisis koefisien korelasi *pearson product moment* dan koefisien determinasi hasil dari pengujian analisis *pearson* sebesar -0,430 yang mengandung pengertian bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier negatif yang sedang dan koefisien determinasi diperoleh R^2 sebesar 0,110 yang mengandung pengertian bahwa

¹ Sarwono, *Buku Pintar Ibm Spss Statistics 19*,.....h.21.

pengaruh variabel bebas (*platform* media sosial literasi kesehatan mental) terhadap variabel terikat (*self-diagnose*) adalah sebesar 11%. Sedangkan sisanya 89% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian diatas, maka peneliti memberikan saran yang dapat dimanfaatkan bagi remaja akhir di Desa Kelapian maupun bagi peneliti selanjutnya, saran yang dapat peneliti berikan yaitu:

1. Bagi Remaja Akhir Di desa Kelapian

Gunakanlah media sosial dengan sebaik-baiknya, dan diharapkan lebih bijak dalam menerima informasi kesehatan mental yang sering kamu dapatkan di tik tok jangan hanya karena informasi yang didapatkan melalui media sosial Tik Tok sama dengan yang dirasakan dan langsung mendiagnosis diri sendiri. Meskipun kondisimu sama dengan informasi yang kamu dapatkan, jangan jadikan sebagai rujukan untuk mendiagnosis diri kamu sendiri. Karena perlu kamu ketahui informasi kesehatan mental yang kamu dapatkan melalui *platform* media sosial Tik Tok sering kali kurang akurat dan dapat menyebabkan ketakutan serta rasa *overthinking*. Selain itu *platform* media sosial Tik Tok tidak bisa membedakan mana informasi yang berasal dari sumber ahli dan non-ahli, dan karena itu akan berpotensi mempengaruhi kesejahteraan mental.

2. Saran untuk Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian ini sebaiknya peneliti lebih mempersiapkan waktu dan menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya. Karena pada dasarnya kita tidak tahu bagaimana kondisi lapangan, dan kondisi lapangan tidak selamanya sesuai dengan ekspektasi kita, sehingga perlu adanya pengaturan waktu dalam mengerjakan penelitian dan bagi peneliti selanjutnya jika ingin meneliti variabel yang sama, sebaiknya dapat mempersiapkan literatur sebanyak-banyaknya untuk meneliti lebih dalam lagi.