

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa permainan *outbound* dengan *spin challenge* memiliki pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan menggunakan media PPT saja. Setelah dilakukan analisis data penelitian diketahui bahwa:

1. Karakteristik responden penelitian ini mayoritas adalah anak SMA yang berusia 16 tahun pada kelompok intervensi dan 17 tahun pada kelompok kontrol. Berdasarkan trauma dan prestasi, responden memiliki trauma dan tidak memiliki prestasi pada kelompok intervensi maupun kontrol. Berdasarkan lama tinggal mayoritas responden 6-12 bulan pada kelompok intervensi maupun kontrol. Berdasarkan *body image* kelompok intervensi memiliki *body image negatif* dan pada kelompok kontrol memiliki *body image* netral.
2. Tingkat harga diri responden kelompok intervensi dan kontrol sebelum diberikan edukasi mayoritas berada pada kategori rendah tetapi sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi berubah menjadi tinggi, sedangkan kelompok kontrol tetap pada kategori sedang.
3. Terdapat perubahan tingkat harga diri sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi yang diberi permainan *outbound* dengan *spin challenge* dan kelompok kontrol yang diberi ceramah melalui media *slide powerpoint*.

4. Terdapat perbedaan signifikan antara selisih rata-rata peningkatan harga diri kelompok intervensi dan kontrol dalam hal ini adanya pengaruh pemberian permainan *outbound* dengan *spin challenge* terhadap harga diri pada remaja.

B. Saran

1. Bagi Lembaga BPRSR dan Bapas Yogyakarta

Diharapkan permainan *outbound* dengan media *spin challenge* dijadikan sebagai salah satu program rutin untuk meningkatkan harga diri remaja. Permainan ini terbukti efektif, menyenangkan, dan dapat membangun interaksi sosial serta kepercayaan diri yang lebih baik pada remaja.

2. Bagi Remaja

Diharapkan dapat lebih aktif mengikuti kegiatan pengembangan diri seperti *outbound* dan refleksi diri agar mampu mengenali potensi serta membentuk konsep diri yang positif.

3. Bagi Tenaga Keperawatan Komunitas

Permainan *outbound* dengan *spin challenge* dapat menjadi alternatif metode promosi kesehatan jiwa yang inovatif dan aplikatif dalam menangani remaja dengan harga diri rendah. Perawat dapat mengintegrasikan pendekatan ini dalam intervensi keperawatan jiwa komunitas.

4. Bagi Institusi Pendidikan (Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sumber pembelajaran dalam pengembangan intervensi kesehatan jiwa berbasis

aktivitas, khususnya yang menyasar remaja di institusi sosial.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan cakupan sampel yang lebih luas, durasi intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan variabel lain seperti latar belakang keluarga, pola asuh, dan status psikologis remaja untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.