

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas edukasi *self-esteem* menggunakan media *Audiovisual "BOO-STEE"* terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja di SMP Negeri 4 Kalasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 13 tahun dan didominasi oleh jenis kelamin perempuan, sehingga menggambarkan kondisi remaja awal yang berada pada tahap perkembangan pembentukan identitas diri.
2. Tingkat pengetahuan sebelum pemberian edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan kondisi awal yang relatif setara, sehingga dapat digunakan sebagai dasar pembandingan dalam menilai perubahan setelah intervensi
3. Tingkat pengetahuan setelah pemberian edukasi menunjukkan adanya peningkatan pada kedua kelompok, baik yang diberikan media *Audiovisual* maupun metode ceramah konvensional.
4. Sikap remaja sebelum pemberian edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan kondisi awal yang masih perlu ditingkatkan dalam memahami dan memaknai *self-esteem* secara positif.
5. Sikap remaja setelah pemberian edukasi mengalami perubahan ke arah yang lebih positif pada kedua kelompok, yang menunjukkan adanya pengaruh dari pemberian edukasi *self-esteem*.

6. Perbedaan peningkatan pengetahuan dan sikap menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang diberikan edukasi menggunakan media *Audiovisual "BOO-STEE"* mengalami peningkatan yang lebih optimal dibandingkan kelompok kontrol, sehingga media ini dinyatakan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif remaja terhadap *self-esteem*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat mengembangkan pemahaman dan sikap positif terhadap *self-esteem* yang telah diperoleh melalui edukasi, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kesehatan mental.

2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Guru

Tenaga kesehatan dan guru diharapkan dapat memanfaatkan media *Audiovisual "BOO-STEE"* sebagai alternatif metode edukasi kesehatan mental *self-esteem* yang inovatif, serta mengkombinasikannya dengan diskusi reflektif untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Mengembangkan instrumen penelitian yang lebih komprehensif dengan jumlah item yang lebih banyak dan mencakup seluruh aspek *self-esteem* secara menyeluruh.

- b. Mengkaji aspek keterampilan atau kemampuan respon terhadap situasi (*skill-based assessment*), misalnya melalui analisis jawaban terhadap studi kasus, sehingga tidak hanya mengukur pengetahuan dan sikap, tetapi juga kemampuan praktis.
- c. Menambahkan periode *follow-up* untuk menilai keberlanjutan perubahan pengetahuan dan sikap dalam jangka panjang.
- d. Mengontrol faktor eksternal secara lebih ketat atau menggunakan desain penelitian dengan randomisasi untuk meningkatkan validitas internal penelitian.

