

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dengan kajian yang telah dilalui memberikan kejelasan mengenai tujuan penelitian dalam melihat Pengaruh Terpaan Pesan Kesehatan Mental Pada Instagram @Menjadimanusia.Id Terhadap Perubahan Sikap Remaja. Melalui tujuan penelitian tersebut, tentu saja peneliti perlu melakukan penjelasan lebih dulu mengenai rumusan masalah penelitian yang sebelumnya telah ditentukan yaitu Bagaimana Pengaruh Terpaan Pesan kesehatan mental pada Instagram @menjadimanusia.id terhadap perubahan sikap remaja?. Setelah melakukan pengolahan data dari 400 responden penelitian yang telah melakukan pengisian kuesioner penelitian ini dan juga setelah melakukan proses menganalisis yang dilakukan oleh peneliti, maka menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id terhadap perubahan sikap remaja.

Jika dikaitkan dengan hasil pada tabel korelasi antara Terpaan pesan kesehatan metal pada Instagram @MenjadiManusia.id yang merupakan variabel independen terhadap perubahan sikap remaja yang merupakan variabel dependen, memberikan hasil dari nilai r Hitung yang berjumlah sebesar 0,731. Diikuti dengan hasil dari tabel koefisien korelasi, nilai r Hitung senilai 0,731 yang mana dapat disimpulkan memiliki tingkatan hubungan yang tergolong dalam hubungan kuat. Kemudian melalui dari hasil yang diberikan untuk menghitung R melalui rumus yang digunakan menampilkan nilai persentase sebesar 53,43%. Hasil dari perhitungan tersebut memberikan hasil bahwa kontribusi yang dihasilkan oleh terpaan media yaitu variabel bebas terhadap perubahan sikap remaja atau variabel terikat. Lalu dikaitkan melalui teori *uses and effect*, maka hasil yang didapatkan adalah 53,43% yang memberikan sisa nilai persentase sejumlah 56,47% yang berarti hal lain dapat diubah berdasarkan faktor, konsep ataupun teori lainnya.

Melalui dari hasil analisis dalam penelitian ini menjadi penentu untuk melihat mana hipotesis yang akan diterima, apakah H_0 atau H_a . H_0 memberikan pernyataan untuk Terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id tidak dapat mempengaruhi perubahan sikap remaja akhir, sedangkan H_a menunjukkan bahwa Terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id dapat mempengaruhi perubahan sikap remaja akhir. Kemudian melalui hasil signifikansi dari tabel korelasi antara terpaan media yang merupakan variabel bebas terhadap perubahan sikap remaja atau variabel terikat, memberikan nilai sigma sejumlah 0,00. Sedangkan α mempunyai nilai 0,05, dengan hal itu memberika persamaan yaitu $\text{sigma} = 0,00 < \alpha = 0,05$ yang memberikan hasil bahwa H_a dapat diterima serta H_0 menjadi tidak diterima dalam penelitian. Menyimpulkan dari analisis tersebut menampilkan bahwa Terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id dapat mempengaruhi perubahan sikap remaja akhir.

Berikutnya berdasarkan analisis regresi linear sederhana melalui proses perhitungan dalam penelitian dipergunakan untuk melakukan prediksi perubahan sikap remaja terkait kesehatan mental yang dipengaruhi oleh terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id. Dalam penelitian ini memberikan hasil regresi linear menggunakan rumus $Y = 3.695 + 0.721 (11) = 11,63$. Melalui hasil perhitungan tersebut yang menghasilkan angka sebesar 11,63 yang merupakan skor perubahan sikap remaja. Dengan angka memberikan penjelasan dengan semakin meningkatnya nilai perubahan sikap remaja atau variabel terikat (Y) akan mengalami peningkatan jika nilai dari terpaan media atau variabel bebas (X) juga mengalami peningkatan. Dari perhitungan tersebut, dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh pada kedua variabel penelitian tersebut.

Melalui hasil olah data yang dihubungkan dengan beberapa sumber memberikan ketetapan bahwa ada dominasi yang dihasilkan dari salah satu gender. responden perempuan dengan jumlah 244 responden atau persentase sekitar 61% lebih mendominasi dalam terkena terpaan pesan kesehatan mental dan mengubah perilaku mereka untuk menjaga kesehatan mental mereka jika disandingkan pada informan berjenis kelami laki-laki yang berjumlah 156 individu atau setara dengan 39%. perempuan dalam hal ini lebih banyak dalam mencari informasi atau media

mengenai kesehatan mental. Walaupun melalui riset yang dilakukan ditemukan bahwa perempuan lebih mudah dalam terkena gangguan kesehatan mental karena tuntutan ataupun kultur dalam masyarakat, dengan adanya penelitian ini membuktikan bahwa perempuan memiliki kemauan untuk mencari informasi dalam menjaga kesehatan mental. Dalam hal ini responden perempuan mendominasi dalam perubahan sikap melalui terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id.

Temuan lainnya adalah dengan mengkaitkan dengan kriteria responden yaitu remaja akhir berumur 18-24 tahun, walaupun remaja akhir memiliki kesiapan fisik lebih matang namun dengan adanya tekanan dari berbagai macam aspek membuat diantara memiliki gangguan kesehatan mental. Maka dari itu dengan adanya penelitian ini membuktikan bahwa dengan rata-rata responden mendapatkan persentase 88,75% dalam menjawab dua puluh item pernyataan yang diberikan, responden menjawab dengan setuju dan sangat setuju. Melalui angka tersebut menyatakan bahwa mereka mengalami perubahan sikap yang disebabkan oleh terpaan pesan kesehatan mental Instagram @MenjadiManusia.id. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja akhir mulai memikirkan serta mengubah sikap mereka mengenai kesehatan mentalnya.

Dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan acuan dari hasil perhitungan serta analisis terhadap 400 informan/responden. Informan atau responden mengalami perubahan sikap sehabis mendapatkan terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id. Melalui hasil tersebut dapat dikatakan bahwa responden mengalami perubahan sikap untuk menjaga kesehatan mental mereka melalui berbagai aspek mulai dari kognitif, afektif hingga konatif karena dipengaruhi oleh terpaan pesan yang meliputi frekuensi, durasi dan atensi yang diberikan melalui media Instagram @MenjadiManusia.id.

5.2 Saran

Dengan analisa serta pengkajian yang telah dilakukan pada data yang didapatkan menetapkan berbagai macam hal dan pelajaran yang didapatkan agar bisa digunakan dalam penelitian ataupun dunia nyata, temuan hasil yang

menunjukkan bahwa terpaan pesan kesehatan mental pada Instagram @MenjadiManusia.id mempengaruhi perubahan sikap remaja. Namun dengan penelitian ini tentu memiliki beberapa hal yang masih kurang mendalam ataupun kurang luas sehingga menjadi keterbatasan dalam melakukan penelitian ini. Jadi melalui berbagai hambatan itu membuat peneliti mempunyai saran bagi penelitian ataupun praktisi untuk memperbaiki atau memperdalam berdasarkan penelitian ini. Berikut ini adalah saran-saran peneliti:

5.2.1 Saran Akademis

Mulai dari aspek yang memuat tentang akademik, maka diharapkan bisa memberikan pelajaran bahwa penelitian yang akan datang dapat lebih melakukan eksplor terhadap variabel bebas selain dari penelitian yang telah dilakukan sehingga ada keterbaruan. Saran tersebut dilihat melalui hasil perhitungan koefisien determinasi penelitian ini yang memberikan nilai angka persentase sebesar 53,43% yang berarti nilai persentase lainnya yaitu bernilai 56,47% dapat dipengaruhi selain dari konsep ataupun dimensi penelitian ini yang dapat melakukan perubahan sikap remaja. Misalnya seperti penyajian tampilan konten video atau menggunakan media sosial lainnya selain dari Instagram. Kemudian jika ada penelitian sejenis berikutnya diharapkan penelitian bisa dilakukan dengan menggunakan penelitian yang dilakukan secara mendalam atau kualitatif. Misalnya menggunakan analisis isi untuk menganalisis konten-konten dari Instagram @MenjadiManusia.id.

5.2.2 Saran Praktis

Melalui hasil yang diperoleh dari proses penelitian, maka menjadi penggerak media sosial khususnya Instagram agar bisa memberikan edukasi yang lebih baik kedepannya dan juga lebih bervariasi mengenai kesehatan mental. Lebih khususnya lagi kepada pengelola Instagram @MenjadiManusia.id. Kemudian melalui hasil variabel Y atau dependen penelitian yaitu perubahan sikap remaja, aspek yang mendapatkan persentase tertinggi adalah aspek kognitif responden yang membuat responden mengubah pemikiran negative mereka terhadap kesehatan mental. Sehingga melalui hal tersebut, diharapkan agar media sosial Instagram @MenjadiManusia.id serta media sosial lainnya yang melakukan publikasi

mengenai pesan kesehatan mental dapat terus menyampaikan pesan kesehatan mental kepada masyarakat terkhususnya remaja di Indonesia agar dapat lebih sadar mengenai pentingnya kesehatan mental. Selain itu, media sosial Instagram @MenjadiManusia.id dapat menyebarkan pesan yang membuat gender perempuan maupun laki-laki dapat lebih peduli terhadap kesehatan mental mereka.



