

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan citra diri dengan kesehatan mental pada remaja korban *bullying* di SMPN 5 Klaten maka disimpulkan bahwa :

1. Rata-rata usia responden di kelas VIII berusia minimal 12 tahun dan maksimal 15 tahun dengan usia rata rata 13,69 tahun dengan rentang usia 12 tahun sampai usia 15 tahun dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 91 responden atau 58% dan laki laki sebanyak 65 responden atau 42%..
2. Hasil data penelitian responden kelas VIII di SMP Negeri 5 Klaten memiliki citra diri negatif sebanyak sejumlah 91 responden (58%)
3. Hasil data penelitian dengan karakteristik jenis kelamin di SMP Negeri 5 Klaten bahwa citra diri negatif didominasi pada jenis kelamin perempuan sebanyak 55 responden atau 35,3% sedangkan pada karakteristik usia rentang 14-15 tahun didominasi pada citra diri negatif sebanyak 64 responden atau 41%
4. Sebagian besar responden memiliki kesehatan mental baik sebanyak 112 responden dan pada pengambilan data didapatkan juga hasil bahwa kondisi kesehatan mental baik didominasi oleh jenis kelamin perempuan sebanyak 65 responden. Pada penelitian ini didapatkan juga hasil kesehatan mental baik didominasi pada rentang usia 14-15 tahun sebanyak 74 responden atau 47%.
5. Penelitian ini menunjukkan korelasi hubungan citra diri dengan kesehatan mental dengan nilai p-value sebesar 0.000 dan diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0.564 yang artinya hubungan Citra Diri dengan Kesehatan Mental memiliki korelasi sedang. Angka koefisien tersebut bernilai positif yaitu 0.564 maka semakin tinggi citra diri maka semakin tinggi pula kesehatan mentalnya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi remaja

Diharapkan dapat memberikan dukungan berupa penguatan dan sharing kepada sesama siswa terutama siswa yang pernah mengalami perlakuan *bullying* sehingga terciptalah kepedulian antar siswa- siswi dan meningkatkan spiritualitas pada diri siswa bahwa sesungguhnya ALLAH telah menciptakan manuia dama bentuk yang sebaik baiknya.

2. Bagi sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat menambahkan wawasan mengenai perilaku *bullying*, citra diri dan kesehatan mental dari buku, internet atau seminar agar guru juga dapat mencegah dan mengurangi terjadinya *bullying* di sekolah dan dapat juga menambah fasilitas bagi siswa untuk membuat ruang konsultasi dengan guru BK dan guru Bk diharapkan mampu mengenali karakteristik pelaku dan korban *bullying* agar dapat mencegah terjadinya *bullying* disekolahan serta dapat ditambahkannya bimbingan konseling sebagai tempat untuk sharing dan koseling pada siswa yang berguna sebagai penampung apresiasi atau keluhan siswa yang berada dalam dilingkungan sekolah.

3. Bagi orang tua

Diharapkan orang tua dapat melakukan pemantuan terhadap apa yang dialami remaja pada usia remaja karena usia remaja sangat membutuhkan bantuan atau *support system* orang tua terhadap apa yang dialaminya

4. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan saat terjun ke masyarakat terutama saat dilakukannya posyandu remaja tidak hanya memberikan sosialisasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan, tetapi juga memberikan sosialisasi mengenai pentingnya menjaga hubungan baik dengan teman sebaya agar tidak menjadi kebiasaan buruk terutama tentang *bullying* dan dapat memberikan konseling mengenai gangguan citra diri dan kesehatan mental terutama pada remaja sehingga remaja dapat menerima diri apa adanya dan dapat menemukan potensi yang ada dalam dirinya

5. Bagi peneliti selanjutnya

Dampak negatif dari perilaku *bullying* sangatlah banyak. Untuk menambah pengetahuan, peneliti selanjutnya dapat meneliti dampak negatif perilaku *bullying* terhadap aspek yang lainnya, serta meneliti lebih lanjut cara mengatasi dan mencegah citra diri atau kesehatan mental pada korban perilaku *bullying*.