

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan remaja putri di SMPN 31 Padang tahun 2024, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kurang dari separuh remaja putri (47,8%) memiliki kesehatan mental yang bermasalah .
2. Kurang dari separuh remaja putri menggunakan media sosial secara berlebihan atau kategori tinggi dalam penggunaan media sosial (45,4%).
3. Ada hubungan yang bermakna antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja putri ($p\text{-value} = 0,037$).

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran untuk lebih baiknya penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Peneliti di Masa mendatang

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi peneliti selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama dan masukan yang memberikan informasi serta manfaat mengenai hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja putri.

2. Bagi Institusi

Sebagai bahan evaluasi bagi institusi pendidikan mengenai kesehatan mental remaja serta memberikan data dan masukan untuk perkembangan ilmu pengetahuan dan peneliti selanjutnya yang lebih mendalam.

3. Bagi pihak SMPN 31 Padang

Diharapkan pihak sekolah untuk dapat memberikan sosialisasi tentang dampak penggunaan media sosial secara berlebihan agar remaja dapat mengurangi durasi dalam batas normal yaitu ≤ 3 jam dan menggunakan media sosial secara bijak sehingga dapat mengurangi masalah kesehatan mental pada remaja.