

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan mental melalui audiovisual terhadap pengetahuan kesehatan jiwa remaja di SMPN 25 Padang Tahun 2026, maka disimpulkan bahwa:

1. Diperoleh hasil analisis bahwa rerata pengetahuan kesehatan jiwa remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual masih rendah, dengan nilai *mean* sebesar 11,84, skor terendah 7, skor tertinggi 16, dan standar deviasi 2,099.
2. Diperoleh hasil analisis bahwa rerata pengetahuan kesehatan jiwa remaja setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual mengalami perubahan dari nilai *mean* 11,84 menjadi 17,39, dengan skor terendah 11, skor tertinggi 23, dan standar deviasi 3,141.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan melalui media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan jiwa remaja di SMPN 25 Padang Tahun 2026. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *Paired Sample t-test* yang memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan melalui media audiovisual berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan jiwa remaja.

B. Saran

1. Bagi SMP Negeri 25 Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kesehatan mental setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual, pihak SMP Negeri 25 Kota Padang dapat memanfaatkan media audiovisual sebagai salah satu media dalam pemberian pendidikan kesehatan kepada siswa. Penggunaan media audiovisual dapat dilakukan secara berkala dengan materi yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan remaja, khususnya mengenai pengenalan kesehatan mental, tanda-tanda gangguan kesehatan mental, serta upaya menjaga kesehatan mental.

2. Bagi Universitas Alifah Padang

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan sumber informasi bagi Universitas Alifah Padang, khususnya Program Studi Keperawatan, dalam pengembangan ilmu keperawatan pada bidang pendidikan kesehatan dan kesehatan mental remaja. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa serta menjadi salah satu referensi dalam mengembangkan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audiovisual sebagai upaya meningkatkan pengetahuan kesehatan mental pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil, tidak menggunakan kelompok kontrol, serta waktu intervensi yang

singkat. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, dan memberikan intervensi dalam waktu yang lebih panjang.

