

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan dapat diambil kesimpulannya mengenai pengembangan media *self-help book* literasi depresi yang ditujukan kepada peserta didik kelas 10 di SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta dapat dikembangkan untuk memberikan pengetahuan, khususnya pemahaman baru mengenai literasi depresi. Media *self-help book* dilengkapi dengan bahasan dan penjelasan yang mudah dipahami, penggambaran dan warna yang disesuaikan dengan materi yang disampaikan.

Pengembangan media *self-help book* literasi depresi ini memilih model penelitian *design based research* (DBR) sebagai metode pengembangannya, Akan tetapi, pada peneliti ini berakhir pada tahapan *alpha testing* atau pada tahap uji ahli media dan uji ahli materi, dikarenakan situasi dan kondisi saat ini yang tidak mendukung untuk melakukan hingga tahapan uji pilot atau *beta testing*.

Media *self-help book* literasi depresi ini berisikan berbagai macam materi yang dituliskan dalam setiap bab nya. Mulai dari pengisian instrumen *depression literation questionnaire* ditujukan untuk mengukur tingkat pahaman peserta didik mengenai literasi depresi, pengertian depresi, fakta dan mitos depresi, penyebab depresi, gejala-gejala depresi dan informasi mengenai bantuan kepada tenaga profesional kesehatan mental.

Dalam pengembangannya, media yang dikembangkan memiliki kelebihan dan kekurangannya serta masukan dari ahli media dan ahli materi. Kelebihan media ini adalah bahasa yang disesuaikan untuk peserta didik, gambar yang mewakili isi dari materi yang dijelaskan serta tampilan yang menarik untuk pembaca. Sementara itu, kelemahan dan saran yang diajukan adalah huruf atau penggunaan *font* yang terlihat kaku, salah satu cerita yang masih kurang jelas dan paragraf yang masih berhimpitan hingga terlihat sangat penuh dan banyak ketika dibaca. Oleh karena itu, untuk memperoleh hasil yang maksimal peneliti telah melakukan perbaikan atas masukan dari uji ahli media dan materi.

B. IMPLIKASI

Hasil dari penelitian skripsi ini, yaitu pengembangan media buku bantu diri (*self-help book*) berimplikasi pada dunia bimbingan dan konseling.

1. Dengan adanya buku media *self-help book* literasi depresi ini, guru BK terbantu dalam melakukan layanan bimbingan kelompok. Buku ini dapat menjadi media pendamping saat melaksanakan bimbingan kelompok. Buku ini dapat menarik perhatian peserta didik karena selama ini bimbingan kelompok tidak jauh dengan penggunaan *power point*, video atau hanya diisi dengan permainan. Oleh karena itu, media buku ini dapat dijadikan sesuatu yang baru bagi guru BK maupun anggota kelompok.
2. Bagi peserta didik, buku ini menjadi salah satu informasi literasi depresi yang tepat dibandingkan dengan mengakses laman blogspot, media sosial seperti twitter, Instagram, tumblr dan lainnya. Bila peserta didik merasa takut atau malu untuk bertanya mengenai materi literasi depresi dan butuh meyakinkan diri untuk mencari bantuan, media buku *self-help book* ini bisa menjadi salah satu

referensi untuk meyakinkan mereka agar mendapatkan bantuan segera bila mereka merasa mengalami gejala depresi atau melihat orang di sekitarnya yang mengalami gejalanya.

3. Untuk mahasiswa, penelitian bisa menjadi referensi bagi yang memiliki keinginan untuk mengembangkan media bimbingan dan konseling. Belum banyak yang melakukan pengembangan media berbasis materi literasi depresi untuk peserta didik di sekolah. Dengan penelitian ini sebagai salah satu referensi, Mahasiswa pun dapat mencoba mengembangkan media selain *self-help book* seperti mengembangkan *website* atau aplikasi online dengan materi literasi depresi.

C. SARAN

Berikut ini merupakan beberapa saran yang didapatkan dari hasil penelitian dan penarikan kesimpulan yang dilakukan oleh peneliti:

1. Penelitian pengembangan media ini bisa dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya, yaitu mengaplikasikan media yang sudah dikembangkan dengan cara melakukan uji pilot atau *beta testing* yang belum sempat dilakukan oleh peneliti. Metode yang dapat dilakukan untuk penelitian selanjutnya adalah metode eksperimen. Melakukan eksperimen kepada peserta didik sehingga dapat dilihat kebermanfaatannya dengan menggunakan RPL ataupun rancangan eksperimen.
2. Kepada pihak sekolah dan guru BK diharapkan dapat menggunakan media *self-help book* ini secara berskala guna melihat kelayakan media dalam setiap layanan bimbingan konseling khususnya dalam media bimbingan kelompok di sekolah.