

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penjelasan pada bab IV, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden mempunyai usia rata-rata mahasiswa tingkat I Fakultas Kesehatan dan Teknologi Universitas Muhammadiyah Klaten yaitu 18,88.
2. Sebagian besar responden adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 143 mahasiswa (88,8%)
3. Responden didominasi oleh mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan dengan jumlah 87 mahasiswa (54,0%),
4. Responden sebagian besar mempunyai kesejahteraan spiritual tinggi sebanyak 112 mahasiswa (69,6%), diantaranya 12 mahasiswa (7,5%) dengan gangguan mental emosional dan 100 mahasiswa (62,1%) dengan kesehatan mental sehat. Kesejahteraan spiritual sedang berjumlah 46 mahasiswa (28,6%) yang seluruhnya gangguan mental emosional dan mahasiswa dengan kesejahteraan spiritual rendah berjumlah 3 mahasiswa (1,9%) memiliki kategori gangguan mental emosional.
5. Sebagian responden mempunyai tingkat kesejahteraan spiritual yang tinggi sebanyak 112 mahasiswa (69,6%)
6. Berdasarkan *uji spearman rank* yang telah dilakukan penelitian didapatkan *p-value*  $0,000 < 0,05$  dan dengan nilai koefisien (*r*) 0,844 yang dapat diartikan ada hubungan sangat kuat antara tingkat kesejahteraan spiritual dengan kesehatan mental pada mahasiswa prodi kesehatan di Universitas Muhammadiyah Klaten.

#### **B. Saran**

1. Bagi mahasiswa

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini, mahasiswa dapat meningkatkan kesiapan untuk meningkatkan kesejahteraan spiritual dengan menyadari dampak positifnya pada kesehatan mental.

2. Bagi Fakultas Kesehatan dan Teknologi

Diharap dengan adanya hasil penelitian ini institusi pendidikan lebih memperhatikan pembinaan spiritual mahasiswa secara holistik. Institusi

pendidikan perlu mengembangkan program pembinaan spiritual yang fokus pada penguatan konsep diri dan hubungan positif dengan diri sendiri. Hal ini bisa dilakukan melalui pelatihan *mindfulness*, refleksi diri, dan pengembangan kecerdasan spiritual yang membantu mahasiswa memahami dan menerima dirinya secara utuh.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya terkait keterbatasan ruang yang kurang kondusif dan proses pengambilan data yang tidak menggunakan Google Form adalah agar mempertimbangkan penggunaan metode pengumpulan data daring seperti Google Form atau platform digital lainnya.