

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan penelitian yang telah dilakukan dengan judul "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental Remaja" maka di peroleh sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pada penelitian ini menunjukkan rerata usia responden 16,34, rerata responden berjenis kelamin laki – laki dan rerata status tinggal responden tinggal bersama dengan orang tua serta rerata keinginan siswa untuk masuk ke SMA Muhammadiyah 1 Klaten adalah keinginan dari siswa itu sendiri.
2. Dukungan Keluarga di SMA Muhammadiyah 1 Klaten menunjukkan bahwa dukungan keluarga sebagian besar dalam kategori baik
3. Kesehatan Mental di SMA Muhammadiyah 1 Klaten menunjukkan bahwa kesehatan mental sebagian besar dalam kategori tidak mengalami gangguan emosi.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian kesehatan mental.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Diharapkan remaja dapat lebih peduli terhadap kesehatan mentalnya, mampu mengenali tanda – tanda gangguan kesehatan mental, serta mencari bantuan melalui orang tua, guru BK, atau tenaga kesehatan bila diperlukan.

2. Bagi Orang Tua

Meskipun hasil penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan, keluarga tetap diharapkan memberikan dukungan emosional, perhatian, komunikasi yang baik, serta menciptakan lingkungan yang nyaman bagi remaja.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat meningkatkan program promosi kesehatan mental, menyediakan layanan konseling, memberikan edukasi terkait dukungan emosional serta menciptakan lingkungan belajar yang suportif bagi siswa.

4. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan screening kesehatan mental remaja serta menyediakan program intervensi kesehatan jiwa remaja.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk meneliti faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja seperti teman sebaya, tekanan akademik, lingkungan sekolah, atau menggunakan desain penelitian berbeda agar hasil lebih akurat serta penggunaan *google form*.