

## BAB V

### SIMPUL DAN SARAN

#### A. simpul

1. Sebanyak 58,1 % siswa tidak mengetahui informasi kesehatan mental dari lingkungannya.
2. Sebanyak 95,3 % siswa mendapatkan dukungan positif dari temannya.
3. Sebanyak 69,8 % siswa mencari informasi tentang kesehatan mental melalui teknologi / media sosial.
4. Sebanyak 88,4 % siswa mendapatkan dukungan dari keluarganya.
5. Sebanyak 90,7 % siswa / orang tua mendapatkan penghasilan yang rendah.
6. Dari faktor lingkungan lebih banyak yang tidak mengetahui informasi kesehatan mental dengan presentase 58,1%, dukungan teman lebih banyak mendapatkan dukungan positif dengan presentase 95,3%, faktor teknologi lebih banyak yang mencari informasi kesehatan mental dengan baik sebanyak 69,8%, dukungan keluarga dengan presentase 88,4% mendapatkan dukungan, dan faktor ekonomi sebanyak 90,7% siswa / orang tua berpenghasilan rendah.
7. Faktor lingkungan memperoleh nilai *p- value*  $-0,012 > 0,05$  yang berarti berhubungan dengan kesehatan mental.
8. Faktor dukungan teman memperoleh nilai *p- value*  $0,583 > 0,05$  yang berarti tidak berhubungan dengan kesehatan mental.
9. Faktor teknologi memperoleh nilai *p- value*  $0,949$  yang tidak berhubungan dengan kesehatan mental.

10. Faktor dukungan keluarga memperoleh nilai *p- value*  $0,002 < 0,05$  yang berarti berhubungan dengan kesehatan mental
11. Faktor ekonomi memperoleh nilai *p- value*  $0,038 < 0,05$  yang berarti berhubungan dengan kesehatan mental
12. Faktor lingkungan, dukungan teman, dukungan keluarga dan ekonomi secara stimultan berpengaruh dalam kesehatan mental pada remaja di SMK Muhammadiyah 11 sumberlawang. Tetapi faktor faktor yang paling berhubungan dngan kesehatan mental adalah dukungan keluarga dengan nilai *p value*  $0,016 < 0,05$ .

## **B. Saran**

### **1. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya faktor yang memengaruhi kesehatan mental pada remaja di SMK Muhammadiyah 11 Sumberlawang, sehingga disarankan untuk siswa / responden untuk memahami pentingnya kesehatan mental pada usia remaja.

### **2. Bagi SMK Muhammadiyah 11 Sumberlawang**

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa adanya faktor situasional yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja di SMK Muhammadiyah 11 Sumberlawang, sehingga disarankan untuk mengadakan program penyuluhan /seminar / memasang mading terkait pentingnya faktor – faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja.

### 3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini menunjukkan faktor faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, sehingga disarankan bagi tenaga kesehatan untuk membantu meningkatkan upaya menjaga kesehatan mental pada remaja melalui media informasi / penyuluhan.

### 4. Bagi peneliti

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor – faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja, dengan mencakup wilayah yang lebih luas.

### 5. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menentukan faktor situasional lain yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seperti: lingkungan fisik, prespektif waktu dan lainnya.