

BAB VII

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian mengenai pengaruh asertif terhadap Kesehatan mental pasangana suami istri di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Bungsu, dapat disimpulkan:

1. Karakteristik Pasangan dalam penelitian ini adalah hampir seluruh suami bekerja, hampir seluruh memiliki pendapatan dibawah UMR dan sebagian besar berda pada rentah usia pernikahan 3-5 tahun
2. Rerata kesehatan mental pasangan suami istri sebelum dan sesudah diberikan terapi asertif pada kelompok intervensi menunjukkan perbedaan yang signifikan
3. Adanya perbedaan kesehatan mental pasangan suami istri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value} < 0.005$
4. Terdapat pengaruh yang bermakna terhadap kesehatan mental pasangan suami istri setelah diberikan terapi asertif dibandingkan dengan kelompok kontrol

B. Saran

1. Bagi Dinas Kesehatan
 - a) Kebijakan Program

Dinas Kesehatan disarankan untuk membuat program promotif, preventif dan rehabilitatif di puskesmas dengan menyediakan sumberdaya manusia (perawat spesialis jiwa) untuk melakukan terapi

spesialis (terapi asertif) khususnya di wilayah kerja Puskesmas Gunung Bungsu.

b) Peningkatan Sumber Daya Manusia (Perawat):

Memberikan rekomendasi/ izin kepada perawat di Dinas Kesehatan dan Perawat di Puskesmas untuk melanjutkan Pendidikan ke jenjang spesialis agar dapat mengaplikasikan terapi spesialis di lingkup dinas Kesehatan dan Puskesmas sehingga pelayanan mudah di jangkau oleh masyarakat.

c) Membuat Poli Jiwa di Puskesmas dengan menenpatkan atau menyediakan spesialis jiwa yang di datangkan dari rumah sakit atau dari universitas yang terdekat dari kabupaten Kampar.

d) Sosialisasi dan Edukasi:

Mengoptimalkan kegiatan program Kesehatan jiwa dengan meningkatkan sosialisasi dan edukasi tentang pentingnya komunikasi efektif untuk meningkatkan kesehatan mental melalui berbagai media dan kegiatan komunitas, sehingga lebih banyak pasangan suami istri yang menyadari manfaatnya.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan

Meningkatkan kegiatan sosialisasi tentang terapi asertif serta merekomendasi pasangan suami istri untuk mendapatkan terapi asertif kepada perawat jiwa yang sudah kompeten dalam bidang terapi asertif yang terdekat dari puskesmas.

3. Bagi Kantor Urusan Agama (KUA)

Bimbingan pranikah sebaiknya mencakup sesi edukasi atau sosialisasi tentang kesehatan mental yang disampaikan oleh tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi dalam bidang ini. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memberikan pasangan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian integral dari kesejahteraan pernikahan.

4. Bagi Masyarakat

- a) Partisipasi dalam Program Terapi: Masyarakat, terutama pasangan suami istri, disarankan untuk aktif berpartisipasi dalam program terapi asertif yang disediakan oleh puskesmas atau lembaga kesehatan lainnya untuk meningkatkan kesehatan mental mereka.
- b) Peningkatan Kesadaran: Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya komunikasi yang efektif dan asertif dalam hubungan pernikahan untuk mengurangi stres dan konflik serta meningkatkan kesejahteraan emosional
- c) Pencarian Bantuan Profesional: Masyarakat sebaiknya tidak ragu untuk mencari bantuan profesional jika menghadapi masalah kesehatan mental dalam hubungan pernikahan. Terapi asertif dapat menjadi salah satu solusi yang efektif.