

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada penelitian mengenai gambaran kesehatan mental remaja yang tinggal pada daerah rawan bencana gempa bumi dan tsunami di pulau Pagai Utara Selatan dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar remaja berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar remaja berumur antara 15-17 tahun (80,7%).
2. Sebagian besar remaja yang tinggal pada daerah rawan bencana gempa bumi dan tsunami memiliki kesehatan mental yang normal (57,2%)
3. Distribusi frekuensi dari kesehatan mental yang terindikasi hampir setengah remaja mengalami gejala depresi (30,1%), hampir setengah remaja mengalami gejala cemas (44,2%), sebagian besar remaja mengalami gejala somatik (68,4%) dan sebagian besar remaja mengalami gejala penurunan energi (51,3%).

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dalam upaya mengatasi gejala kesehatan mental pada remaja sekolah dapat membentuk program psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang realita masalah kesehatan mental yang berpotensi dialami remaja yang berkaitan dengan penanganan kesehatan mental. Kegiatan ini dapat dilakukan pada awal masa pembelajaran yang berkolaborasi dengan pihak tenaga kesehatan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan upaya promosi kesehatan dengan melakukan sosialisasi terkait kesehatan mental remaja dan membangun program skrining kesehatan mental bagi remaja serta menjalin kerja sama dengan pihak sekolah dalam menyediakan terapi untuk menangani gejala kesehatan mental. Langkah ini bertujuan agar masalah psikologi pada remaja dapat ditangani secara cepat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan pengembangan penelitian bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti variabel lain yang berkaitan dengan kesehatan mental pada remaja dengan uji analisis secara kualitatif dengan wawancara agar dapat melihat lebih dalam gejala kesehatan mental yang terjadi.

