

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Gangguan Mental Emosional Remaja di SMK N 2 Kota Padang, dengan jumlah sampel sebanyak 291 orang, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden memiliki pola komunikasi keluarga disfungsional.
2. Sebagian besar siswa di SMK N 2 Kota Padang mengalami gangguan mental emosional.
3. Ada hubungan antara pola komunikasi keluarga dengan gangguan mental emosional remaja di SMK N 2 Kota Padang.

B. Saran

Berdasarkan Kesimpulan hasil penelitian, terdapat beberapa saran untuk pengembangan hasil penelitian, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian ini, orang tua diharapkan dapat berperan dalam menerapkan pola komunikasi yang efektif guna mendukung kesehatan mental anak remaja. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan kepekaan terhadap kebutuhan emosional anak remaja serta menciptakan lingkungan komunikasi yang terbuka dan suportif

dalam keluarga. Orang tua juga dapat meningkatkan komunikasi dua arah dengan anak, sehingga anak remaja merasa lebih nyaman dalam mengungkapkan perasaan dan permasalahan yang dihadapi. Selain itu, dalam konteks konseling keluarga, cara komunikasi dan penyampaian pesan emosional juga dapat ditingkatkan agar remaja lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan mereka, pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi sekolah untuk mengevaluasi dan menangani permasalahan yang dihadapi oleh remaja. Oleh karena itu, sekolah perlu mengadakan program pertemuan rutin antara orang tua dan anak remaja yang difasilitasi oleh guru bimbingan dan konseling (BK) serta pihak sekolah. Program ini bertujuan untuk meningkatkan komunikasi yang terbuka dan suportif dalam keluarga serta memberikan dukungan psikologis yang optimal bagi siswa. Selain itu, penting bagi sekolah mengenali tanda-tanda depresi pada remaja, terutama bagi mereka yang terindikasi memiliki keinginan untuk mengakhiri hidup, serta memberikan intervensi yang tepat untuk mencegah resiko bunuh diri pada remaja.

3. Bagi Keperawatan

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam bidang keperawatan, khususnya pada keperawatan jiwa dan komunitas. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa perawat, terutama yang bekerja dalam pelayanan kesehatan mental, memiliki peran dalam memberikan edukasi kepada keluarga mengenai pentingnya komunikasi yang baik dalam mendukung kesehatan mental remaja. Selain itu, pada remaja juga dapat diberikan edukasi mengenai strategi menghindari gangguan mental emosional pada remaja salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memfasilitasi remaja untuk mengungkapkan perasaan yang sedang dialami.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya, khususnya yang berfokus pada hubungan antara pola komunikasi keluarga dan gangguan mental emosional remaja. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin berpotensi mempengaruhi gangguan mental emosional remaja.

