

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Sebagian besar mahasiswa baru tidak terindikasi gangguan mental (57,4%). dan hampir setengahnya terindikasi gangguan mental emosional (42,6%), hampir seluruh mahasiswa baru mengalami gejala cemas (81,1%) dan sebagian besar mengalami gejala depresi (70,5%). dan gejala somatik (69,7%).
2. Nilai rerata literasi kesehatan mental mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Andalas cenderung berada pada kategori cukup baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) antara literasi kesehatan mental dengan gangguan mental emosional pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Setiap peningkatan satu unit skor literasi kesehatan mental akan menurunkan risiko mengalami gangguan mental emosional sebesar 0,881 kali.

#### B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penting bagi Institusi pendidikan untuk mempertimbangkan strategi yang efektif untuk mengatasi gangguan mental emosional pada mahasiswa baru dengan memberikan pelatihan *Mental Health First Aid* (MHFA) bertujuan meningkatkan literasi kesehatan mental dan menyediakan dukungan kesehatan mental yang adekuat bagi mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

## 2. Bagi Mahasiswa

Agar mahasiswa baru dapat lebih memperhatikan kondisi kesehatan mental ketika beradaptasi dalam lingkungan perguruan tinggi dan juga meningkatkan kesehatan mentalnya, selalu aktif mencari informasi untuk meningkatkan literasi kesehatan mental. Upayakan untuk segera mencari bantuan profesional ketika mengalami masalah kesehatan mental.

## 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap 66,6% variasi gangguan mental emosional yang tidak dijelaskan oleh literasi kesehatan mental dalam penelitian ini. Selanjutnya melakukan studi perbandingan antara mahasiswa dari berbagai fakultas untuk melihat perbedaan tingkat literasi kesehatan mental dan gangguan mental emosional

