

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan nilai rerata skor Mental Health Inventory-38 (MHI-38), kondisi kesehatan mental mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas secara umum berada pada kategori sedang. Berdasarkan subdimensi mahasiswa memiliki rata-rata skor *Psychological Well-Being* yang baik. Namun pada dimensi dan subdimensinya *Psychological Distress* didapatkan rata-rata skor yang lebih rendah, yang mengindikasikan adanya distres psikologis yang cukup signifikan.
2. Berdasarkan jenis kelamin, didapatkan rata-rata skor yang lebih tinggi pada kelompok responden laki-laki dibandingkan responden Perempuan, yang menunjukkan adanya perbedaan persepsi atau mekanisme koping terhadap tekanan pendidikan profesi berdasarkan gender.
3. Mahasiswa yang telah menempuh lebih dari 8 stase memiliki rerata skor kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang menempuh kurang dari 8 stase, yang mengindikasikan adanya proses adaptasi psikologis selama menjalani pendidikan.
4. Berdasarkan karakteristik tempat tinggal, mahasiswa yang tinggal bersama orang lain, baik bersama orang tua, keluarga, maupun teman, cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih sehat dibandingkan mereka yang tinggal bersama orang tua atau tempat tinggal lainnya, yang kemungkinan berkaitan dengan tingkat kemandirian (*Autonomy*) yang lebih tinggi.
5. Berdasarkan urutan lahir, Mahasiswa yang merupakan anak bungsu cenderung memiliki skor kesehatan mental yang lebih tinggi, dibandingkan urutan lahir lainnya
6. Berdasarkan daerah asal, yang berasal dari luar Sumatera Barat menunjukkan tingkat kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang berasal dari Sumatera Barat
7. Mahasiswa yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan gangguan kesehatan mental cenderung memiliki rata-rata kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan kelompok responden yang terdapat riwayat keluarga ataupun tidak tahu tentang riwayat keluarga memiliki gangguan kesehatan mental.

8. Mahasiswa yang tidak pernah didiagnosis gangguan kesehatan mental memiliki skor rata-rata kesehatan mental yang lebih tinggi. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki riwayat diagnosis gangguan kesehatan mental menunjukkan skor rata-rata yang lebih rendah.
9. Mahasiswa yang tidak sedang mengidap penyakit berat memiliki rata-rata kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang sedang mengidap penyakit berat, yang membuktikan bahwa kesehatan fisik memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa program studi profesi dokter.

6.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat dan menjadi evaluasi, yaitu:

1. Kepada pihak institusi diharapkan adanya skrining kesehatan mental berkala dan mengoptimalkan sistem konseling bagi mahasiswa profesi dokter. Hal ini didasarkan pada adanya variasi skor kesehatan mental yang lebar (berdasarkan Standar Deviasi) serta ditemukannya mahasiswa dengan skor kesehatan mental pada batas minimum (skor 76), sehingga diperlukan upaya promotif dan deteksi dini untuk menjangkau mahasiswa yang membutuhkan bantuan psikologis khusus meskipun secara rata-rata kelompok berada pada tingkat sedang.
2. Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter disarankan untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan mental diri sendiri, menerapkan strategi koping adaptif, serta memanfaatkan dukungan sosial dan layanan kesehatan mental yang tersedia.
3. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan analisis yang lebih mendalam dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kesehatan mental, seperti jenis dan tingkat kesulitan stase, durasi jam kegiatan pembelajaran dengan istirahat, serta desain penelitian yang berbeda untuk melihat perubahan kondisi kesehatan mental dari waktu ke waktu.