

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar remaja memiliki skala kesulitan normal, yaitu sebanyak 201 remaja (84,1%).
2. Sebagian besar remaja berada pada kategori normal untuk skala kekuatan, yaitu sebanyak 220 remaja (92,1%).
3. Sebagian besar remaja tidak berisiko bunuh diri, yaitu sebanyak 205 remaja (85,8%), sedangkan yang berisiko bunuh diri sebanyak 34 remaja (14,2%).
4. Terdapat hubungan antara skala kesulitan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto ($p < 0,001$).
5. Terdapat hubungan antara skala kekuatan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto ($p = 0,007$)

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan SMPN 2 Kota Sawahlunto dapat meningkatkan upaya deteksi dini dan pemantauan kesehatan mental remaja melalui kegiatan

skrining secara berkala serta penguatan peran guru BK. Sekolah juga diharapkan dapat memberikan edukasi mengenai kesehatan mental, pengelolaan emosi, kemampuan menghadapi stres, keterampilan sosial-emosional, dan membangun lingkungan sekolah yang aman serta suportif bagi remaja.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya Puskesmas dan petugas kesehatan yang menangani kesehatan remaja, dapat meningkatkan kegiatan promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan mental, deteksi dini, pemantauan, serta tindak lanjut terhadap remaja yang membutuhkan perhatian. Hasil skrining hendaknya menjadi dasar untuk menentukan kebutuhan penilaian dan dukungan lebih lanjut, bukan sebagai diagnosis. Penguatan koordinasi antara sekolah, tenaga kesehatan, dan layanan kesehatan ramah remaja juga diperlukan agar remaja memperoleh dukungan yang sesuai.

3. Bagi Masyarakat dan Orang Tua

Diharapkan orang tua dan masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang mendukung, terbuka, dan tidak memberikan stigma terhadap remaja yang mengalami masalah emosional maupun psikologis. Orang tua diharapkan meningkatkan komunikasi dengan remaja, memberikan kesempatan untuk menyampaikan perasaan dan permasalahan yang dihadapi, serta memberikan dukungan tanpa menghakimi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai gangguan mental emosional dan risiko bunuh diri pada remaja dengan jumlah sampel yang lebih besar dan karakteristik remaja yang lebih beragam. Penelitian selanjutnya juga dapat mempertimbangkan faktor lain yang berpotensi berkaitan, seperti dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, bullying, tekanan akademik, kondisi lingkungan sosial, dan penggunaan media sosial. Selain itu, penelitian dengan desain longitudinal atau pendekatan kualitatif dapat dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan risiko bunuh diri pada remaja.

