

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian pada 281 responden mengenai hubungan Kecanduan Smartphone dengan Kesehatan Mental Remaja Di SMA N 7 Padang, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Lebih dari separoh responden (56,9%) remaja kecanduan smartphone
2. Lebih dari separoh responden (58,7%) remaja dengan kesehatan mental bermasalah
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara kecanduan smartphone dengan kesehatan mental remaja di SMA N 7 Padang.

B. Saran

1. Bagi pelayanan kesehatan
 - a. Diharapkan memberikan program kelanjutan pemberian edukasi tentang informasi dampak kecanduan *smartphone* dan mengurangi masalah kesehatan mental
 - b. Memberikan pelatihan kepada guru-guru untuk memberikan bimbingan dan konseling kepada siswa yang bermasalah.
 - c. Merujuk remaja kepada pelayanan kesehatan yang lebih tinggi jika ada siswa yang memerlukan pengobatan dalam kecanduan *smartphone* dan masalah kesehatan mental.



2. Bagi Sekolah

- a. Diharapkan sekolah lebih mengawasi penggunaan *smartphone* yang banyak ditemukan pada usia remaja tengah (umur 15-16 tahun).
- b. Guru dapat mengikuti pelatihan-pelatihan yang diberikan pelayanan kesehatan tentang bimbingan dan konseling pada remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* dan remaja yang mengalami kesehatan mental yang kurang baik.
- c. Pihak sekolah diharapkan memberikan informasi kepada orangtua atau wali murid dalam rapat orangtua dengan sekolah atau pertemuan orangtua/ wali murid untuk meningkatkan pengawasan pada remaja dalam penggunaan *smartphone* di rumah.
- d. Pihak sekolah mensosialisasikan kepada lingkungan sekitar sekolah untuk membantu mengawasi siswa dalam penggunaan *smartphone*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini tentang hubungan kecanduan *smartphone* dengan kesehatan mental remaja. Peneliti tidak membahas faktor lain yang berkaitan dengan mengapa remaja yang candu memiliki kesehatan mental yang baik dan faktor lain penyebab masalah kesehatan mental remaja selain *smartphone*. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menambahkan kekurangan pada penelitian ini.

