

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Kosgoro 1 Padang tahun 2019, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari hasil penelitian diketahui rata-rata penggunaan media sosial remaja berada pada kategori bermasalah (51,71)
2. Dari hasil penelitian diketahui rata-rata siswa mengalami kesehatan mental yang bermasalah (13,14)
3. Ada hubungan yang bermakna antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental ( $r=0,460$ ), berhubungan secara positif dan kekuatan sedang, artinya semakin tinggi penggunaan media sosial semakin bermasalah kesehatan mental yang dialami remaja.

#### B. Saran

1. Bagi pihak SMK Kosgoro 1 Padang

Diharapkan pihak sekolah untuk dapat memberikan sosialisasi tentang dampak penggunaan media sosial secara berlebihan agar remaja dapat mengurangi durasi dalam batas normal yaitu  $\leq 3$  jam dan menggunakan media sosial secara bijak sehingga dapat mengurangi masalah kesehatan mental pada remaja.

## 2. Bagi Fakultas Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan referensi untuk mengembangkan pengetahuan dibidang keperawatan jiwa dalam menghadapi masalah kesehatan mental yang bisa disebabkan oleh penggunaan media sosial.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal atau perbandingan bagi penelitian selanjutnya terkait penggunaan media sosial dengan kesehatan mental.

