BAB 6 PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian faktor - faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja di SMAS Adabiah Kota PadangTahun 2021 diperoleh hasil:

1. Lebih dari sebagian responden (52.9%) memiliki kesehatan mental kurang baik.
2. Lebih dari sebagianresponden (51,4%) memiliki religiusitastinggi.
3. Lebihdari sebagian responden (63.0%) mengalami kecanduan terhadap smartphone.
4. Hampir sebagian responden (53.4%) memiliki interaksi teman sebaya yang tinggi.
5. Lebih dari sebagian responden (55.8%) menyatakan pola asuh orang tua dengan tipe demokratis.
6. Ada hubungan yang bermakna antara religiusitas dengan kesehatan mental siswa di SMAS Adabiah Kota Padang Tahun 2021 dengan nilai *p-value* sebesar 0.024 dan nilai OR 1.954.
7. Ada hubungan yang bermakna antara kecanduan *smartphone* dengan kesehatan mental siswa di SMAS Adabiah Kota Padang Tahun 2021, dengan nilai *p-value* sebesar 0.038 dan nilai OR 1.687.
8. Tidak ada hubungan yang bermakna antara interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental siswa di SMAS Adabiah Kota Padang Tahun 2021, dengan *p-value* sebesar 0.084 dan nilai OR 1.901.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

9. Ada hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental siswa di SMAS Adabiah Kota Padang Tahun dengan nilai p-*valu e*sebesar 0.001.
10. Variabel yang paling berpengaruh terhadap kesehatan mental siswa adalah kecanduan *smartphone* (*p*=0.008 dan OR =2.302).

1.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Pihak sekolah
   a) Diharapkan untuk dapat bekerjasama dengan tenaga kesehatan daripuskesmas terdekat untuk memberikan konseling secara berkala kepada siswa tentang kesehatan mental sehingga siswa bisa menilai kondisi kesehatan mental mereka.
   b) Diharapkan untuk dapat mengaktifkan kembali program PIK-R sebisa mungkin agar program tersebut dapat berjalan kembali seperti semestinya.
   c) Diharapkan untuk dapat mengadakan kegiatan rohani seperti kajian rutin islami dengan mendatangkan seorang Ustadz untuk menjadi narasumber dalam kajian tersebut untuk meningkatkan religiusitas siswa agar terciptanya kesehatan mental yang baik.
   d) Diharapkan untuk dapat menjalin komunikasi rutin dengan orang tua siswa terkait perkembangan siswa sehingga bisa mencari solusi terhadap masalah kesehatan mental siswa.

e) Diharapkan untuk dapat membatasi pengguanaan *smartphone* pada siswa dikelas terutama saat jam pelajaran sedang berlangsung dan melibatkan siswa dalam berbagai kegiatan fisik sehingga bisa mengalihkan perhatian siswa dalam penggunaan *smartphone.*

2. Remaja

a) Diharapkan untuk dapat lebih memperbanyak sosialiasi dengan teman atau orang-orang terdekat, menghapus beberapa aplikasi yang dapat membuat kecanduan,memberikan batasan waktu dalam menggunakan *smartphone*, dan mengganti *smartphone* dengan buku atau Al-Qur'an.

b) Diharapkan untuk dapat mengetahui dampak buruk yang diakibatkan dari kecanduan *smartphone. S*ehingga nantinya remaja dapat terhindar dari perilaku kecanduan *smartphone* yang dapat menyebabkan buruknya kesehatan mental pada remaja.

3. Orang tua

a) Diharapkan untuk dapat mengikuti seminar parenting atau kelas parenting, agar orang tua dapat mengetahui apa saja kiat-kiat yang dapat dilakukan sehingga anak dapat terbebas dari masalah kesehatan mental.

b) Diharapkanuntuk melakukan komunikasi aktif dengan anak untuk mengkaji masalah yang mereka hadapi sehingga bisa menumbuhkan kesehatan mental remaja menjadi lebih baik.

4. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk menggali lebih dalam terkait kesehatan mental remaja dengan menambah variabel lain yang belum diteliti seperti kondisi ekonomi, pekerjaan orang tua dan lingkungan tempat tinggal.