

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kecanduan media sosial dengan kesehatan mental di SMA Negeri 1 Kecamatan Situjuah Limo Nagari tahun 2021, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar remaja berada kategori *alert* atau waspada kecanduan media sosial.
2. Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar remaja terindikasi masalah kesehatan mental.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara kecanduan media sosial dengan kesehatan mental remaja di SMA Negeri 1 Kecamatan Situjuah Limo Nagari.

B. Saran

1. Bagi SMA Negeri 1 Kecamatan Situjuah Limo Nagari

Diharapkan kepada pihak sekolah untuk memberikan edukasi kepada siswanya mengenai dampak penggunaan media sosial secara berlebihan terhadap kesehatan mental remaja. Pihak sekolah juga dapat membuat pertemuan dengan orang tua siswa, agar orang tua dapat memberikan pengawasan kepada remaja pada saat di rumah agar tidak menggunakan media sosial secara berlebihan.

2. Bagi Profesi Keperawatan Bidang Kesehatan dan Jiwa

Diharapkan kepada profesi perawat terkhusus perawat bidang kesehatan dan jiwa dapat bekerjasama dengan pihak sekolah untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan mental yang disebabkan oleh kecanduan media sosial kepada remaja, melalui program Unit Kesehatan Sekolah (UKS), agar masalah kesehatan mental ini dapat berkurang. Disamping itu, perawat juga dapat melakukan deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja, agar jika ditemukan masalah kesehatan mental dapat dirujuk untuk mendapatkan pengobatan dan perawatan lebih lanjut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Didalam penelitian ini hanya membahas media sosial sebagai faktor penyebab masalah kesehatan mental. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat membahas faktor lain yang berhubungan dengan kesehatan mental selain media sosial.

