

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 55 orang (55%),
2. Sebagian besar yang masuk dalam kategori Kesehatan jiwa tidak sehat 53 orang (53 %)
3. Dari beberapa gejala masalah kesehatan mental yang diukur menggunakan SRQ 20, gejala yang mayoritas dialami oleh siswa adalah tidur tidak nyenyak 74 responden (74%), gejala terbanyak no dua (2) mudah lelah 61 responden (61%), gejala terbanyak no tiga (3) sakit kepala 55 responden (55%), gejala terbanyak no empat (4) merasa cemas, tegang, atau khawatir 54 responden (54%), gejala terbanyak no lima (5) kesulitan untuk mengambil keputusan 53 responden (53%). Dari 20 gejala gangguan kesehatan
4. Kategori masalah kesehatan mental yang diukur menggunakan SRQ 20 adalah sebagai berikut: gejala depresi mayoritas responden menjawab ya yaitu gejala sering menangis sebesar 36 responden (36%), gejala cemas responden mengalami gejala tidur tidak nyenyak sebesar 74 responden menjawab ya (74%), pada gejala somatik gejala yang dialami responden adalah merasa sakit kepala yaitu 55 responden (55%), gejala kognitif yang sering dialami responden adalah responden kesulitan mengambil keputusan yaitu 53 responden (53%), dan untuk gejala penurunan energi responden mengalami mudah lelah sebesar 61 responden (61%)

5. Sebagian besar yang masuk dalam kategori Kesehatan jiwa tidak sehat Perempuan sebanyak 45 orang (65,2 %) yang masuk kategori sehat 24 orang (34.8 %) dan kategori sehat jenis kelamin laki-laki 8 orang (25,8%), yang masuk kategori sehat 23 orang (74,2%).

B. Saran

1. Bagi responden siswa SMA

Diharapkan bagi siswa mengikuti kegiatan yang positif untuk meoptimalkan Kesehatan jiwa pada remaja

2. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat memberikan dukungan siswa untuk meoptimalkan tumbuh kembang dan mencari jati diri, dalam pengelolaan kesehatan jiwa remaja melibatkan peran serta keluarga, sekolah, teman sebaya sehingga remaja mampu memiliki faktor protektif yang baik dan mampu mengatasi masalah yang terjadi dengan adaptif

3. Bagi dinas Kesehatan (Puskesmas)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program preventif dan promotif

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menyelidiki variabel tambahan yang dianggap berhubungan dengan kesehatan jiwa remaja. Selain itu, pernyataan guru responden juga harus digunakan untuk mengukur kesehatan jiwa remaja. Untuk meningkatkan hasil penelitian, jenis rancangan penelitian yang lebih baik harus digunakan.