

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Didapatkan 37,5% responden yang termasuk dalam kategori kesejahteraan mental rendah di SMPN 39 Kota Padang Tahun 2025.
2. Didapatkan 35,7% responden yang termasuk dalam kategori dukungan keluarga kurang di SMPN 39 Kota Padang Tahun 2025.
3. Terdapat hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMPN 39 kota Padang dengan *p-value* 0,023 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang juga mempengaruhi kesehatan mental remaja, seperti lingkungan sekolah, pergaulan teman sebaya, dan penggunaan media sosial. Selain itu, metode penelitian kualitatif atau campuran (*mixed method*) juga dapat digunakan untuk menggali lebih dalam pengalaman subjektif remaja terkait dukungan keluarga dan kondisi kesehatan mental mereka.

2. Bagi Universitas Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bahan pembelajaran dalam mata kuliah *community mental health nursing* dan sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa

keperawatan dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental pada remaja.

3. Bagi SMPN 39 Kota Padang

Pihak sekolah diharapkan untuk terus memperkuat peran layanan bimbingan dan konseling dalam upaya mendukung kesehatan mental siswa. Pengembangan program yang lebih terstruktur dan berkelanjutan dengan fokus pada peningkatan keterlibatan orang tua menjadi langkah strategis yang dapat dilakukan. Hal ini dapat diwujudkan melalui edukasi dan penyuluhan kesehatan mental, ekstrakurikuler dibidang olahraga dan seni. Selain itu, pendekatan kolaboratif yang melibatkan guru mata pelajaran dan wali kelas juga penting guna menciptakan lingkungan sekolah yang lebih peka terhadap kondisi psikologis siswa. Di sisi lain, siswa juga diharapkan aktif menjaga kesehatan mentalnya dengan cara lebih terbuka terhadap orang tua, guru, maupun konselor sekolah, serta berani mencari bantuan saat menghadapi masalah. Dengan demikian, dukungan yang diberikan oleh keluarga dan sekolah dapat bersinergi secara optimal dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mental peserta didik.