

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 50 responden di MTs Negeri 9 Tabalong, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Tingkat kesehatan mental peserta didik kelas VIII MTs Negeri 9 Tabalong dalam perhitungan rata-rata 59,9 yang berarti dalam kategori tinggi yang berarti kesehatan mental peserta didik dalam keadaan baik dengan aspek yang dominan adalah adanya perasaan positif pada diri peserta didik.
2. Tingkat komunikasi interpersonal peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 9 Tabalong dengan perhitungan rata-rata sebesar 118,22 termasuk dalam kategori tinggi yang berarti komunikasi interpersonal peserta didik dalam keadaan baik dengan aspek yang dominan adalah memiliki sikap menghargai orang lain.
3. Tidak terdapat pengaruh Kesehatan mental terhadap komunikasi interpersonal, dari hasil perhitungan diperoleh koefisien determinasi / R square adalah sebesar -0,020 yang berarti tidak ada pengaruh sama sama sekali. Dari hasil persamaan regresi linear sederhana disimpulkan bahwa kesehatan mental (X) terhadap komunikasi interpersonal (Y) diperoleh F hitung sebesar 0,030 dengan tingkat signifikansi $0,863 > 0,05$ maka sesuai dasar pengambilan keputusan dinyatakan tidak memiliki pengaruh antara variabel independen/bebas terhadap variabel dependen/terikat. Dari pemaparan hasil uji t di atas maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak menyatakan jika kondisi kesehatan mental

tidak berpengaruh signifikan terhadap komunikasi interpersonal peserta didik di MTs Negeri 9 Tabalong.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat diajukan beberapa saran:

1. Bagi peserta didik diharapkan peserta didik dapat selalu meningkatkan komunikasi interpersonalnya baik di rumah ataupun di lingkungan sekolah.
2. Bagi orang tua hendaknya orang tua lebih memperhatikan perkembangan anak mereka, karena berada pada masa remaja transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yakni masa di mana mereka sedang mencari jati dirinya untuk membentuk pribadi yang diharapkan. Maka dari itu, orang tua memiliki peran penting terhadap perkembangan emosional mereka, sehingga dapat menjaga kesehatan mental mereka.
3. Bagi guru BK hendaknya lebih memperhatikan lagi peserta didiknya, agar tidak adanya gangguan terhadap mental mereka yang dapat merusak kegiatan lainnya.
4. Bagi para peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini bisa menjadi referensi bagi penelitiannya di kemudian hari dan dapat bermanfaat serta selalu dapat dikembangkan. Akan lebih baik lagi jika peneliti selanjutnya melakukan studi yang lebih mendalam dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan melibatkan variabel-variabel lain yang berpotensi memengaruhi Kesehatan mental seperti lingkungan, pola asuh, dll. Selain itu, penelitian dapat dilakukan dengan menggunakan metode-metode yang lebih kompleks untuk

mengidentifikasi pengaruh antara kesehatan mental terhadap komunikasi interpersonal dengan lebih akurat.