

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Pada Remaja Awal di SMP Negeri 1 Kadugede Tahun 2025”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran Dukungan Sosial Keluarga Pada Remaja Awal Di Smpn 1 Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2025, Sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang mendukung yaitu 52,6%.
2. Gambaran Kesehatan Jiwa Pada Remaja Awal Di Smpn 1 Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2025, sebagian besar kesehatan jiwa remaja awal termasuk *Psychological Distress* yaitu 51,3%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Pada Remaja Awal Di SMPN 1 Kadugede Tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value} = 0,011$ dan $r = 0.291$.

6.2 Saran

1. Bagi Responden

Agar siswa mampu mengelola emosi dan stress dengan menggunakan Teknik relaksasi, aktifitas positif (olahraga ringan, hobi).

2. Bagi SMPN 1 Kadegede

Agar remaja dapat meningkatkan konsentrasi dan prestasi belajar dengan kesehatan jiwa yang baik lebih focus saat belajar, sehingga hasil akademiknya lebih optimal.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Agar menjadi bahan referensi dan acuan bagi dosen/pendidik untuk memberikan intervensi terkait kesehatan jiwa remaja.