

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan tingkat resiliensi dengan kesehatan mental remaja pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan yang sudah dilaksanakan, maka disimpulkan:

1. Karakteristik pada siswa dan siswi kelas XI sebagian besar berumur >16 tahun (58.8%). Berdasarkan gender pada responden sebagian besar laki-laki (89.1%).
2. Resiliensi siswa/i kelas XI SMK N1 Seyegan sebagian besar pada 3 kategori resiliensi yang sama yaitu rendah (22.7%) sedang (22.7%) dan tinggi (22.7%).
3. Kesehatan mental siswa/i kelas XI SMK N1 Seyegan sebagian besar pada kategori kesehatan mental tinggi (52.9%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dan kesehatan mental di kalangan siswa/i XI SMK N1 Seyegan, p-value 0.000. Nilai koefisien adalah 0.227, bahwa hubungan tersebut bersifat positif, meskipun tergolong lemah. Artinya, semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki siswa, semakin baik pula kesehatan mental mereka, dan sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi siswa penelitian ini disarankan untuk dapat menjadi sumber informasi menyeluruh terkait tingkat resiliensi dengan kesehatan mental remaja.
2. Bagi sekolah atau institusi Pendidikan penelitian ini disarankan untuk mejadi acuan terkait resiliensi dan kesehatan mental para siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan dan dapat menjadi masukan untuk peningkatan resiliensi dengan kesehatan mental remaja para peserta didik.
3. Bagi peneliti selanjutnya peneliti menyarankan agar dapat meneliti resiliensi *hardiness* lebih dalam lagi karena ditemukan skor paling rendah pada *hardiness*.