

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia (19-23) yang termasuk kedalam usia remaja akhir. Komunikasi interpersonal mahasiswa berada dalam kategori sedang. Sedangkan untuk mayoritas kesehatan mental mahasiswa adalah sangat tinggi dan sedang. Uji hipotesis menggunakan spearman rank menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $\text{sig} < 0,05$ ). Koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,571 berada pada rentang arah korelasi positif (0,40-0,599) termasuk dalam kategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel komunikasi interpersonal dalam keluarga dengan kesehatan mental mahasiswa rantau program studi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal dalam keluarga, semakin tinggi pula kesehatan mental mahasiswa rantau.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa rantau, yang mengalami gejala gangguan kesehatan mental, diharapkan untuk berkonsultasi dengan ahli dibidangnya, agar mahasiswa tetap menjaga kesehatan mentalnya meskipun terdapat berbagai permasalahan internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi stabilitas kesehatan mentalnya
2. Bagi keluarga, diharapkan untuk selalu menjaga komunikasi interpersonal terutama dengan anak yang merantau karena komunikasi interpersonal dalam keluarga memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa rantau, melalui komunikasi kita dapat mendukung dan

menyemangati anggota keluarga serta menghilangkan tekanan dan stres yang dihadapi saat merantau.

3. Bagi prodi keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani, disarankan agar lebih memperhatikan kesehatan mental mahasiswa dengan menyediakan layanan yang berkaitan dengan kesehatan mental agar mahasiswa bisa memanfaatkan sebagai sarana untuk berbagi dan memecahkan masalah yang dihadapi diperantauan atau lingkungan kampus.
4. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk terus mempelajari masalah kesehatan mental. Selain komunikasi interpersonal keluarga, masih banyak variabel lain yang berpotensi mempengaruhi kesehatan mental yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA