

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan pada hasil temuan dan pembahasan dari penelitian yang telah dilaksanakan yakni Pengaruh Komunikasi Interpersonal Pengurus terhadap Literasi Kesehatan Mental (Studi korelasi pada anggota Komunitas Rumah Kita) sebanyak 133 responden, dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

- a. Pada variabel keterbukaan (*openness*) pada komunikasi interpersonal pengurus mempunyai pengaruh dengan nilai positif terhadap literasi kesehatan mental pada anggota Komunitas Rumah Kita. Di mana bahwa semakin tinggi pengaruh keterbukaan (*openness*) maka akan semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental. Maka, dapat disimpulkan bahwa hipotesis satu dapat diterima.
- b. Pada variabel empati (*empathy*) pada komunikasi interpersonal pengurus mempunyai pengaruh dengan nilai positif terhadap literasi kesehatan mental pada anggota Komunitas Rumah Kita. Di mana bahwa semakin tinggi pengaruh empati (*empathy*) maka akan semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental. Sehingga, bisa disimpulkan bahwa hipotesis dua dapat diterima.
- c. Pada variabel sikap mendukung (*supportiveness*) pengurus mempunyai pengaruh dengan nilai positif terhadap literasi kesehatan mental pada anggota Komunitas Rumah Kita. Di mana bahwa semakin tinggi pengaruh sikap mendukung (*supportiveness*) maka akan semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental, melalui hal itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis tiga dapat diterima.
- d. Pada variabel kesetaraan (*equality*) pengurus mempunyai pengaruh dengan nilai positif terhadap literasi kesehatan mental pada anggota Komunitas Rumah Kita. Di mana bahwa semakin tinggi pengaruh kesetaraan (*equality*) maka akan semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental. Berdasarkan hal tersebut, bisa disimpulkan bahwa hipotesis empat dapat diterima.

## 5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, bisa diketahui bahwa komunikasi interpersonal pengurus memiliki pengaruh terhadap literasi kesehatan mental pada anggota Komunitas Rumah Kita. Maka, dari hasil penelitian bisa diaplikasikan pada organisasi kesehatan mental lainnya baik secara teoritis maupun praktis.

### 5.2.1 Implikasi teoritis

- a. Penelitian ini memperkuat penelitian yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal yang dilakukan dengan baik oleh pengurus sebagai komunikator penting guna dalam menambah pengetahuan, kepercayaan, sikap pada anggotanya (Rohadiat, 2021; Lamirin, 2020; Meliana, 2022). Lebih jelas, penelitian ini berkontribusi guna menambah pengetahuan tentang pengaruh komunikasi interpersonal pengurus terhadap literasi kesehatan mental anggota Komunitas Rumah Kita.
- b. Penelitian ini memperkuat penelitian yang menyebutkan bahwa komunikasi yang efektif dalam suatu komunitas kesehatan mental dapat meningkatkan literasi kesehatan mental seseorang (Grace, 2020). Khususnya pada penelitian yakni pengaruh komunikasi interpersonal yang efektif dengan aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, dan kesetaraan.
- c. Penelitian ini juga sudah membuktikan dan memperkuat teori penetrasi sosial, di mana teori ini menyebutkan bahwa seseorang bisa mendapatkan berbagai macam informasi (keluasan) dan paham secara dalam tentang informasi dari individu lain (kedalaman). Oleh karena itu, komunikasi interpersonal yang dilaksanakan secara berkala bisa memunculkan keterbukaan antara individu satu dengan yang lainnya. Pembukaan diri yang membuat hubungan antara pengurus dengan anggota berkembang ke tahapan yang lebih intim. Sehingga, tujuan komunikasi interpersonal pengurus dalam meningkatkan literasi kesehatan mental anggota dapat terpenuhi.

### 5.2.2 Implikasi Praktis

- a. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan pada aspek keterbukaan (*openness*) (X1) terhadap literasi kesehatan mental (Y). Hal ini menunjukkan bahwa aspek keterbukaan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, kepercayaan, dan perilaku menghadapi masalah gangguan kesehatan mental. Pengaruh ini membuat pengurus lebih terbuka dan memberikan respon jujur sehingga proses tukar-menukar informasi berjalan dengan baik dan bertambahnya pengetahuan mengenai kesehatan mental.
- b. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan pada aspek empati (*empathy*) (X2) terhadap literasi kesehatan mental (Y). Pengaruh sub variabel ini lebih besar dibandingkan dengan tiga sub variabel lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa aspek empati berperan sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan, kepercayaan, dan perilaku menghadapi masalah gangguan kesehatan mental. Pengaruh ini membuat pengurus lebih menunjukkan rasa empatinya agar dapat merasakan sesuatu yang tengah dirasakan serta saling memahami kondisi satu sama lain, sehingga dapat meningkatkan literasi kesehatan mental anggota.
- c. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan pada aspek sikap mendukung (*supportiveness*) (X3) terhadap literasi kesehatan mental (Y). Hal ini menunjukkan bahwa aspek sikap mendukung berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, kepercayaan, dan perilaku menghadapi masalah gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, diperlukan perhatian pada pengurus harus mampu menciptakan suasana mendukung serta motivasi bahwa masalah kesehatan mental dapat diatasi, sehingga membantu anggota dalam menentukan sikap yang efektif ketika menghadapi masalah gangguan kesehatan mental.
- d. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan pada aspek kesetaraan (*equality*) (X4) terhadap literasi kesehatan mental (Y). Hal ini menunjukkan bahwa kesetaraan menjadi salah satu aspek penting

dalam meningkatkan pengetahuan, kepercayaan, dan perilaku menghadapi masalah gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, pengurus harus bisa memposisikan dirinya tanpa membeda-bedakan pengurus serta anggota maupun anggota lainnya, sehingga anggota dapat mempunyai kesempatan yang sama dalam menyampaikan kondisi serta pendapatnya mengenai kesehatan mental.

### 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh rekomendasi dari peneliti untuk pengurus Komunitas Rumah Kita, akademisi, dan pemerintah agar informasi yang terdapat pada penelitian ini bisa bermanfaat pada penelitian selanjutnya. Rekomendasi dijelaskan sebagai berikut:

a. Untuk Pengurus dan Anggota Komunitas Rumah Kita

Adanya penelitian ini diharapkan pengurus untuk memperhatikan aspek yang diperlukan dalam melaksanakan komunikasi interpersonal seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, dan kesetaraan dengan anggota. Sehingga dengan komunikasi interpersonal yang efektif dapat membantu anggota dalam meningkatkan literasi kesehatan mental.

b. Untuk Akademisi

Dalam penelitian ini masih terdapat kekurangan dan kekosongan yang bisa diperbaiki pada penelitian selanjutnya. Sehingga, diharapkan penelitian tersebut dapat memperbaiki serta mengisi kekosongan tersebut dengan mencari bahan referensi yang lebih banyak agar dapat memberikan pandangan baru dan memperoleh hasil penelitian yang lebih baik dari sebelumnya. Meskipun begitu, diharapkan penelitian ini baik data maupun hasil dapat berguna bagi akademisi dan adanya kelanjutan tentang penelitian ini secara lebih mendalam.

c. Untuk Pemerintah

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pemerintah untuk dapat lebih aktif dalam memperhatikan masalah gangguan kesehatan mental dengan dilakukannya sosialisasi atau berkolaborasi dengan organisasi kesehatan mental seperti Komunitas Rumah Kita sehingga masyarakat lebih

menyadari pentingnya pengetahuan, kepercayaan, dan sikap (literasi kesehatan mental).