

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan di atas maka kesimpulan penelitian ini adalah :

1. Secara umum kondisi mental siswa remaja yang berada di tingkat SMK dalam kondisi kesehatan mental yang baik. Hal ini tercermin dari karakteristik dalam upaya menghargai diri dan orang lain dengan baik, memiliki selera humor yang sewajarnya, mampu mendayagunakan potensi akal untuk sesuatu yang bersifat kreatif dan realistik, kecenderungan membuka diri dalam hal – hal yang positif, bersikap tenang dan sewajarnya dalam menghadapi permasalahan yang ada, memiliki rasa, perhatian dan empati kepada lingkungan sekitar, memiliki kesadaran diri yang baik untuk membantu orang lain, mampu menjalin persahabatan dengan baik dengan siapa pun, memiliki keyakinan yang kuat kepada Allah dengan menjalankan kewajiban beribadah kepadanya dengan penuh keikhlasan, tanggung jawab dan jujur dalam menjalankan tugas apa pun.
2. Akan tetapi, dalam kondisi tertentu dan dalam jumlah yang mungkin tidak banyak teridentifikasi adanya kondisi kesehatan mental remaja yang tidak sehat di kalangan siswa tingkat SMK. Hal ini terungkap dari adanya lintasan pikiran yang berlebihan dari remaja ketika dalam kondisi tertekan atau sedang memiliki permasalahan ada keinginan untuk menghilangkan nyawa orang lain atau pun diri sendiri. Selain itu, kondisi kesehatan mental remaja yang kurang sehat ditunjukkan dengan perilaku menutup diri (introvert) yang berlebih dan kecenderungan kurang bersosialisasi dengan pertimbangan kriteria tertentu. Dari sisi aspek moral religius kondisi kesehatan mental remaja yang kurang sehat itu ditunjukkan dengan seringnya meninggalkan sebagian kewajiban ibadah kepada Allah SWT dengan tidak merasa bersalah atau tanpa penyesalan.
3. Implikasi dari identifikasi kesehatan mental remaja yang dilaksanakan oleh sekolah dapat dijadikan rujukan dalam perencanaan pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling. Dalam konteks ini sekolah melalui guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat merancang berbagai rencana pelaksanaan

bimbingan layanan BK terhadap pengembangan kesehatan mental remaja yang salah satu strateginya melalui kerangka bimbingan kelompok.

## **B. Rekomendasi**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoretis dan praktis. Manfaat teoretis dari penelitian ini untuk mengetahui urgensi identifikasi kesehatan mental remaja pra layanan bimbingan dan konseling. Ada pun manfaat praktis dari penelitian ini untuk :

### **1. Guru Bimbingan dan Konseling**

Sebagai salah satu rekomendasi bagian dari layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Tujuan utamanya membantu meningkatkan kesehatan mental remaja melalui program layanan yang dikembangkan oleh sekolah masing – masing.

### **2. Peneliti Selanjutnya**

Sebagai salah satu referensi yang berkaitan dengan Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja. Penelitian ini hanya baru tahap identifikasi terhadap kesehatan mental remaja dengan instrumen yang sangat sederhana. Selain itu ruang lingkup penelitian yang terbatas sehingga tidak dapat mewakili keseluruhan. Maka dari itu perlu pengembangan dan pengkajian lebih mendalam supaya hasil yang didapatkan lebih kredibel dan dapat digunakan secara luas.

### **3. Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia**

Sebagai input data yang berfokus dalam penelitian Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja. Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia sebagai lembaga pendidikan yang besar yang selalu memberikan kontribusi kepada masyarakat luas dan memberikan akses untuk berbagi informasi dengan seluruh elemen masyarakat. Semua hasil penelitian yang ada semoga menjadi kontribusi positif untuk perkembangan pendidikan di Indonesia.