

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan didominasi usia 19 tahun. Sebagian besar responden bertempat tinggal indeks / kontrak, memiliki uang saku besar, mahasiswa FEB, dan angkatan 2019.
2. Perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman sebagian besar pada kategori baik yaitu 85 responden (52,8%)
3. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
4. Terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
5. Tidak terdapat hubungan antara kepercayaan dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
6. Tidak terdapat hubungan antara akses informasi dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
7. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
8. Terdapat hubungan antara dukungan teman dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
9. Tidak terdapat hubungan antara persepsi kerentanan dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
10. Terdapat hubungan antara persepsi hambatan dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman

11. Terdapat hubungan antara persepsi manfaat dengan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman
12. Sikap, dukungan keluarga, dukungan teman, persepsi manfaat, dan persepsi hambatan berpengaruh terhadap perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa
 - a. Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya kesehatan mental.
 - b. Para mahasiswa diharapkan dapat lebih meningkatkan hubungan positif antar teman untuk meningkatkan perilaku pencegahan gangguan kesehatan mental
2. Bagi Universitas Jenderal Soedirman
 - a. Pihak universitas diharapkan meningkatkan penyebaran informasi mengenai fasilitas Bimbingan Konseling (BK Unsoed)
 - b. Pihak universitas diharapkan bisa meningkatkan penyebaran informasi mengenai layanan konseling psikologi Unsoed
 - c. Pihak universitas diharapkan lebih mengintensifkan kampanye tentang kesehatan mental
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Dalam penelitian selanjutnya, diharapkan adanya tambahan variabel lain yang mungkin berpengaruh pada topik penelitian ini.
 - b. Dalam penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengambil sampel yang lebih banyak, hal ini bertujuan untuk keakuratan data yang lebih baik dalam penelitiannya.