

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai hubungan penyesuaian diri dengan kesehatan mental peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung sangat tertinggi. Dilihat dari rangkum dari hasil angket yang telah dilakukan, dapat dijelaskan bahwa dari 68 responden ada 12 orang (17.65%) peserta didik berada pada tingkat penyesuaian diri yang sangat baik, 44 orang (60.70%) peserta didik berada pada kategori baik, dan 12 orang (17.65%) peserta didik berada pada kategori cukup. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung tergolong kepada tingkat baik.
2. Kesehatan mental peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung sangat tinggi, dilihat dari rangkuman dari hasil angket yang telah dilakukan, dapat dijelaskan bahwa dari 68 responden ada 22 orang (32.35%) peserta didik memiliki kesehatan mental sangat baik. 35 orang (51,47%) peserta didik berada pada kategori yang baik, dan 10 orang (14,70%) peserta didik berada pada kategori yang cukup. Dan 1 orang (1.47%) peserta didik berada pada kategori yang kurang baik. Berdasarkan penelitian ini,

kesehatan mental peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung, tergolong kepada tingkat baik.

### 3. Hubungan penyesuaian diri peserta didik SMAN 2 Lubuk Alung

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa, hubungan penyesuaian diri dengan kesehatan mental semakin tinggi tingkat penyesuaian diri maka semakin tinggi tingkat kesehatan mental peserta didik, Sebaliknya, semakin rendah penyesuaian diri maka semakin rendah kesehatan mental peserta didik.

Untuk melihat nilai koefisien 70, maka untuk signifikan 1% = 0,302 dan 5% = 0,232. Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak, sebaliknya apabila  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima. Dari hasil pengolahan diatas tampak bahwa  $r_{hitung} = 0,314$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  untuk signifikan 1% = 0,302 dan untuk signifikan 5% = 0,232, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penyesuaian diri dengan kesehatan mental peserta didik.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian tentang hubungan penyesuaian diri dengan kesehatan mental peserta didik di SMAN 2 Lubuk Alung maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada peserta didik agar bisa menyesuaikan diri baik itu dengan teman sebaya, baik itu dalam proses pembelajaran maupun di lingkungan di mana saja, memiliki hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan nilai dan norma-norma, di lingkungan sekolah.

2. Bagi guru pembimbing, hendaknya dapat memberikam motivasi dan semangat kepada peserta didik agar terlaksana penyesuaian diri yang baik sehingga memiliki kesehatan mental peserta didik yang baik .
3. Penelitian ini masih sangat terbatas dan disarankan bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik dengan bahasan yang sama, disarankan untuk menggunakan variabel-variabel lain serta dapat lebih memperdalam dan memperluaskan batasan masalah yang akan diteliti. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan subjek yang berbeda untuk penelitiannya. Dengan demikian, akan memberikan informasi dan menambahkan pengetahuan dan pengembangan keilmuan terutama pada bidang bimbingan dan konseling, serta menanamkan nilai-nilai keislaman.