

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil pembahasan di atas adalah bahwa siswa dari keluarga *broken home* di SMK Al Mahrusiyah Kota Kediri menghadapi tantangan besar dalam *mental health* mereka. Siswa menunjukkan berbagai dampak psikologis yang signifikan seperti kesedihan, kesepian, kecemasan, dan sulitnya mengendalikan suasana hati. Dampak ini sesuai dengan teori-teori psikologi seperti teori *Bowlby* tentang pengaruh perceraian atau *broken home*, yang menekankan bahwa ketidakstabilan emosional dan ketidakpastian sosial dapat menghambat perkembangan psikologis remaja.

Kondisi *mental health* pada siswa *broken home* di SMK Al Mahrusiyah menunjukkan bahwa secara psikis siswa sering merasakan kesedihan dan kesepian yang berkepanjangan, cemas dan minder ketika membahas keluarga dengan teman-teman, sulit mengendalikan suasana hati akibat luka emosional dari masalah keluarga, masih berjuang untuk mengatasi perasaan negatif dan mempengaruhi fokus saat belajar. Siswa menghadapi tantangan emosional yang besar akibat situasi keluarga yang tidak harmonis. Dampaknya sering merasa cemas, terutama saat suasana hati sedang buruk, introvert dalam menanggapi situasi sulit, merasa sakit hati dan kesulitan menerima perubahan dalam keluarganya, berhasil belajar untuk merenung sendiri dan menemukan cara untuk mengatasi masalahnya, dengan

harapan dan fokus pada masa depan yang lebih baik. dan kesulitan dalam mengelola hubungan sosial serta fokus belajar. Meskipun demikian, siswa menunjukkan upaya untuk beradaptasi dan mencari cara untuk membangun *mental health* yang lebih baik. Penting bagi pendidik, konselor, dan orang tua untuk memberikan dukungan dan lingkungan yang mendukung agar mereka dapat mengatasi tantangan ini dengan lebih baik dan berkembang secara emosional dan psikologis.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMK Al Mahrusiyah Kota Kediri, peneliti dapat memberikan saran-saran untuk berbagai pihak yang dapat diambil dari penelitian mengenai kondisi *mental health* siswa *broken home* di SMK Al Mahrusiyah Kota Kediri:

1. Bagi Siswa

- a. Cari dukungan emosional dari teman dekat, kakak kelas, atau konselor sekolah.
- b. Bicarakan perasaan dengan orang tua atau wali secara terbuka.
- c. Temukan cara meredakan stres dan jaga keseimbangan hidup.
- d. Perluas jaringan sosial dan jangan menutup diri terhadap dukungan.
- e. Jika perlu, konsultasikan dengan profesional untuk bantuan tambahan.

2. Bagi Orang Tua

- a. Berikan dukungan emosional yang konsisten dan tidak menghakimi.

- b. Luangkan waktu untuk berbicara secara teratur dengan anak-anak.
- c. Ciptakan lingkungan di rumah yang aman dan mendukung.
- d. Bersikap sabar dalam menghadapi proses penyembuhan anak-anak.
- e. Kolaborasi dengan sekolah untuk mendukung kesehatan mental anak.

3. Bagi Teman

- a. Edukasi dan kesadaran tentang dampak psikologis dari broken home.
- b. Berikan dukungan emosional dan platform untuk berbicara secara terbuka.
- c. Dukung partisipasi dalam kegiatan sosial dan ekstrakurikuler.

4. Bagi Sekolah

- a. Sediakan layanan konseling yang terstruktur dan terpisah.
- b. Kembangkan program pendukung sosial untuk siswa.
- c. Edukasi staf dan siswa tentang dampak broken home.
- d. Kolaborasi yang baik dengan orang tua untuk kesejahteraan siswa.
- e. Pastikan lingkungan belajar inklusif dan evaluasi reguler.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlunya melakukan studi yang lebih luas tentang dampak perceraian orang tua terhadap *mental health* siswa dari berbagai latar belakang, pengembangan program intervensi atau pendekatan konseling yang holistik, pemanfaatan metode penelitian yang beragam untuk melihat dampak jangka panjang, pengakuan akan variasi individu dalam merespon situasi perceraian, Tujuan utamanya adalah untuk memberikan kontribusi yang lebih signifikan dalam pemahaman dan penanganan *mental health* siswa yang mengalami *broken home*.