

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian yang dilakukan pada remaja SMA Negeri 1 Sungai Penuh dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik pada responden penelitian didominasi oleh siswa perempuan sebanyak 65 orang (66,3%) dan usia terbanyak adalah 16 tahun yaitu sebanyak 37 orang (37,8%).
2. Tingkat gejala depresi pada responden berdasarkan hasil penelitian sebagian besar tidak mengalami gejala depresi (39,8%).
3. Berdasarkan ide bunuh diri pada responden paling banyak didapati responden tidak memiliki ide bunuh diri yaitu sebanyak 78 orang (79,6%).
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat gejala depresi dengan ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas. Semakin tinggi tingkat gejala depresi yang dialami maka semakin tinggi pula risiko untuk memikirkan ide bunuh diri.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat gejala depresi dengan ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas, peneliti menyarankan beberapa hal:

##### **5.2.1 Bagi SMA Negeri 1 Sungai Penuh**

Bagi SMA Negeri 1 Sungai Penuh diharapkan agar dapat memaksimalkan fungsi bimbingan konseling untuk dapat lebih memperhatikan aspek psikologis siswa dan mengenali gejala-gejala

depresi, serta membantu memberi pengarahan dan bimbingan kepada siswa untuk dapat mengatasi gejala-gejala depresi sehingga dampak negatif dari depresi dapat dihindari.

### **5.2.2 Bagi Subjek Penelitian**

Diharapkan untuk terus menambah pengetahuan dan menyadari pentingnya kesehatan mental pada remaja. Untuk responden yang mengalami gejala depresi sedang dan berat diharapkan untuk dapat memperhatikan apabila gejala depresi yang dialami mengganggu aktivitas sehari-hari hendaknya meminta bantuan profesional kesehatan mental, seperti psikolog dan psikiater.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat :

1. Melakukan penelitian lebih lanjut untuk menilai lebih jauh mengenai faktor-faktor yang dapat menjadi pemicu munculnya gejala depresi serta terjadinya ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas.
2. Diharapkan para peneliti dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hubungan tingkat gejala depresi dan ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas
3. Diharapkan para peneliti dapat melakukan penelitian lebih lanjut yang memberikan gambaran mengenai tingkat gejala depresi dan ide bunuh diri terhadap karakteristik demografi remaja Sekolah Menengah Atas.