

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dari penelitian yang dilakukan pada remaja di SMAN 1 Kota Jambi, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik pada subjek penelitian didominasi oleh siswa usia 16 tahun yaitu sebanyak 240 siswa (67,8%) dan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 209 siswa (59%).
2. Tingkat gejala depresi subjek penelitian berdasarkan hasil penelitian sebagian besar pada kategori tidak memiliki gejala depresi 192 siswa (54,2%).
3. Berdasarkan ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri paling banyak didapatkan pada subjek penelitian yang tidak memiliki ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/*Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) yaitu 304 siswa (85,9%).
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat gejala depresi dengan ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/*non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja SMAN 1 Kota Jambi. Semakin berat gejala depresi akan memiliki risiko yang besar untuk memiliki ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/*Non-Suicidal Self-Injury*.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara tingkat gejala depresi dengan ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/*non-suicidal self-injury* pada remaja SMAN 1 Kota Jambi peneliti memberikan saran di antaranya:

5.2.1. Bagi SMAN 1 Kota Jambi

Bagi SMAN 1 Kota Jambi diharapkan dapat meningkatkan pendekatan kepada siswa melalui bimbingan konseling untuk menekan angka gangguan psikologis pada siswa sehingga gejala depresi pada remaja dan dampak negatif dari depresi dapat dihindari.

5.2.2. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan dapat menyadari mengenai kesehatan mental pada remaja. Bagi subjek penelitian yang mengalami depresi berat sampai mengganggu aktivitas diharapkan untuk meminta bantuan profesional kesehatan mental seperti psikolog dan psikiater.

5.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat:

1. Melakukan riset lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang menjadi penyebab terjadinya gejala depresi dan ide pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/*non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja dengan menggunakan jenis desain penelitian yang berbeda.
2. Melakukan teknik wawancara dalam pengisian kuesioner.
3. Melakukan penelitian pada lebih dari satu tempat.