

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian tentang gambaran kecemasan sosial, depresi dan stigma gangguan mental pada remaja di SMAN 4 Padang dengan jumlah sampel 287 responden dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata responden mengalami gejala kecemasan sosial cenderung tinggi
2. Lebih dari separuh responden mengalami kemungkinan depresi
3. Rata-rata responden memiliki stigma terhadap gangguan mental cenderung tinggi.

B. SARAN

1. Bagi remaja

Diharapkan kepada remaja jangan malu untuk curhat dan berbagi cerita tentang apa yang kita rasakan kepada lembaga bimbingan konseling. Dan hilangkan anggapan bahwa seseorang dengan gangguan mental itu harus dijauhi dengan cara banyak mencari informasi dari berbagai media tentang gangguan mental.

2. Bagi sekolah

Diharapkan dari pihak sekolah mampu membuat kebijakan terkait dengan konseling tentang jiwa remaja, dengan menyimpan dan merahasiakan sehingga remaja menjadi nyaman untuk curhat kepada guru.

3. Bagi keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan sehubungan dengan kecemasan sosial, depresi dan stigma gangguan mental pada remaja. Selain itu upaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan melalui promosi kesehatan terkait stigma gangguan mental pada remaja

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat meneruskan penelitian ini dengan melihat dampak negatif lain dari kecemasan sosial, depresi dan stigma gangguan mental, dan mengkaji variabel lainya yang dapat mempengaruhi kecemasan sosial, depresi dan stigma gangguan mental.

