

## BAB 7

### PENUTUP

#### 3.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *assertiveness training* terhadap depresi pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri Kabupaten Kepahiang Provinsi Bengkulu dan setelah dilakukan serangkaian analisis serta pembahasan, maka dapat dirumuskan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 3.1.1 Sebagian besar remaja depresi dengan jenis kelamin perempuan, hampir sebagian besar remaja anak ke 2, sebagian besar jumlah saudara adalah 1-3 bersaudara, hampir seluruh pendidikan ayah dan ibu adalah rendah dan hampir seluruh status perkawinan orangtua adalah hidup bersama serta sebagian besar remaja depresi dengan dukungan *peer* yang baik.
- 3.1.2 Rata-rata depresi sebelum diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol adalah 13,81 dengan standar deviasi 3,96.
- 3.1.3 Rata-rata depresi setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol adalah 10,70 dengan standar deviasi 4,41.
- 3.1.4 Rata-rata selisih perubahan depresi sebelum dan setelah terapi *assertiveness training* pada kelompok intervensi adalah 6,13 dengan standar deviasi 2,05, sedangkan kelompok kontrol adalah 0,10 dengan standar deviasi 0,37.
- 3.1.5 Ada perbedaan yang signifikan depresi sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kelompok yang mendapatkan terapi *assertiveness training*.

## 3.2 Saran

### 3.2.1 Aplikatif Keperawatan

Pihak sekolah hendaknya menambahkan program tentang kesehatan jiwa pada kegiatan atau ekstrakurikuler siswa di PIKR (Program Pusat Informasi dan Konsultasi Remaja) seperti pembentukan kelompok *peer group* untuk melakukan upaya promosi kesehatan jiwa dan terapi *assertiveness training* serta mengadakan pendidikan kesehatan tentang manajemen stres bagi remaja dan membuat Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan menambahkan program kesehatan jiwa. Dan bagi pelayanan kesehatan terutama pihak Puskesmas dalam Program Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) hendaknya menambahkan program kesehatan jiwa seperti jasa konsultasi dan program menjaring (*screening*) remaja sehingga cepat diketahui remaja yang mengalami masalah psikologis terutama masalah gangguan alam perasaan (depresi). Dengan adanya bentuk pelayanan tersebut diharapkan dapat menurunkan depresi dan angka kejadian bunuh diri pada remaja.

### 3.2.2 Pengembangan Keilmuan

Pihak pendidikan hendaknya menjadikan terapi ini sebagai salah satu kompetensi yang harus dikuasai dalam praktek keperawatan komunitas berbasis sekolah. Melakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai program lanjutan yang menindaklanjuti penelitian terkait *assertiveness training* dengan depresi pada remaja, sehingga perkembangannya dapat dievaluasi secara kontinu dan menjadikan hasil penelitian sebagai *evidence based* dalam mengembangkan program promotif dan preventif depresi dimasyarakat khususnya bagi remaja.

### 3.2.3 Penelitian Selanjutnya

1. Perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh terapi *assertiveness training* terhadap depresi di usia remaja awal, dalam hal ini di sekolah menengah

pertama atau usia remaja akhir yaitu di perguruan tinggi bahkan masyarakat usia dewasa atau lansia.

2. Perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh *assertiveness training* terhadap kasus kejiwaan dan gangguan psikologis yang lain seperti resiko perilaku kekerasan, stres, manipulatif, ansietas, dan sebagainya.
3. Perlu dilakukan penelitian tentang analisis faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada remaja, sehingga dapat diketahui faktor apa yang paling berpengaruh dalam terjadinya depresi sehingga dapat dicegah dengan solusi yang tepat.

