

## BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

1. Sebanyak lima artikel yang di telaah sistematis, terdapat dua artikel yang membahas hubungan jenis kelamin dengan kejadian depresi pada remaja yang menyimpulkan kejadian depresi dapat dilihat dari sudut pandang jenis kelamin; tiga artikel yang membahas hubungan kondisi psikososial dengan kejadian depresi pada remaja yang menyimpulkan ada hubungan kondisi psikososial dengan kejadian depresi pada remaja; dan tiga artikel yang membahas hubungan dukungan sosial dengan kejadian depresi pada remaja yang menyimpulkan ada hubungan dukungan sosial dengan kejadian depresi pada remaja.
2. Perempuan memiliki resiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan laki-laki. Fluktuasi terhadap hormon memungkinkan menjadi pemicu depresi.
3. Remaja dengan kondisi psikososial yang terganggu maka cenderung untuk mengalami depresi. Sehingga ketika kondisi psikososial seseorang semakin baik maka akan terjadi penurunan kemungkinan kejadian depresi pada remaja.
4. Rendahnya kejadian depresi terjadi pada remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang baik dan sebaliknya.

### 6.2 Saran

1. Diharapkan kepada remaja untuk meningkatkan akses ke pelayanan kesehatan mental seperti kunjungan ke psikiater atau psikolog untuk mengedukasi remaja, khususnya remaja perempuan untuk dapat memahami tanda dan gejala depresi yang dialami.
2. Tenaga kesehatan, tenaga kependidikan dan orang tua diharapkan mengedukasi remaja dalam pengetahuan dan cara memperkuat strategi *coping* yang berfokus pada masalah bagi remaja dalam menghadapi stres.

3. Diharapkan remaja mengembangkan keterampilan sosial untuk meningkatkan hubungan interpersonal sebagai unsur utama untuk meningkatkan kesehatan mental.
4. Skripsi ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya agar dapat memperluas kriteria inklusi berupa instrument penelitiannya, variabel penelitian dan *database* sumber artikel sehingga dapat dilakukan analisis pada tahap meta-analisis.

