

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA N 9 Padang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar siswa (73,6%) mengalami depresi ringan-berat.
2. Sebagian besar siswa (68%) memiliki ide bunuh diri pada tahap mengakhiri hidup rendah-tinggi.
3. Terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja ( $p$ -value 0,000).

#### B. Saran

1. Bagi Instansi Sekolah

Diharapkan bagi pihak sekolah dan bekerja sama dengan orang tua untuk lebih memperhatikan dan membantu remaja dalam mengontrol emosi dan membantu dalam setiap permasalahan yang dihadapi. Selain itu, perlu adanya perhatian khusus dari pihak sekolah dengan cara memberikan bimbingan konseling dan motivasi kepada setiap siswa agar dapat membina hubungan baik dengan orang lain dan bijak dalam menghadapi setiap permasalahan

2. Bagi Responden

Diharapkan bagi responden untuk selalu menjaga kesehatan jiwa terutama dari depresi sehingga nantinya tidak ada muncul ide bunuh diri bahkan sampai

terjadi bunuh diri. Selain itu, diharapkan kepada remaja untuk memahami diri sendiri dan mampu untuk mengontrol emosi serta bijak dalam menghadapi setiap masalah. 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. Bagi responden yang mengalami ide bunuh diri pada tahap rendah dan tinggi diharapkan responden meningkatkan kembali bimbingan konseling secara individu maupun kelompok dengan guru bimbingan konseling untuk mengidentifikasi lebih lanjut mengenai ide bunuh diri yang dirasakan.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mampu menggali lebih dalam lagi apa saja faktor lain yang dapat menyebabkan timbulnya ide bunuh diri seperti faktor ekonomi, jenis kelamin, keturunan, dan penyakit yang diderita, sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan dala kesehatan jiwa.

