

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau kedokteran Universitas Andalas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat gejala depresi pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas berada pada kategori rendah hingga sedang, dengan nilai median skor gejala depresi sebesar 7,00. Meskipun demikian, ditemukan variasi skor yang cukup lebar, yang menunjukkan adanya sebagian mahasiswa yang mengalami gejala depresi dengan tingkat yang lebih tinggi.
2. Hasil pengukuran ide bunuh diri menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau tidak pernah mengalami ide bunuh diri pada hampir seluruh item yang diukur. Namun demikian, tetap ditemukan sebagian kecil mahasiswa yang melaporkan ide bunuh diri dengan frekuensi jarang hingga selalu. Hal ini tercermin dari nilai median skor total R-SIS sebesar 10,00, yang menunjukkan bahwa meskipun ide bunuh diri secara umum berada pada tingkat rendah, terdapat kelompok mahasiswa yang menunjukkan kerentanan psikologis yang bermakna secara klinis.
3. Hasil analisis hubungan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara gejala depresi dengan ide bunuh diri pada

mahasiswa rantau, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ dan koefisien korelasi $r = 0,666$. Korelasi positif yang kuat ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat gejala depresi yang dialami mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecenderungan munculnya ide bunuh diri.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya menjaga kesehatan mental melalui penerapan strategi koping adaptif, seperti mengatur waktu belajar dan istirahat secara seimbang, menjaga pola tidur yang adekuat, melakukan aktivitas relaksasi atau olahraga ringan secara rutin, serta membangun dukungan sosial dengan teman sebaya. Selain itu, mahasiswa diharapkan lebih proaktif dalam mengenali tanda awal gejala depresi dan ide bunuh diri, serta terdorong untuk mencari bantuan profesional melalui layanan konseling kampus atau tenaga kesehatan mental apabila mengalami tekanan psikologis yang berkelanjutan.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya terkait intervensi gejala depresi guna mencegah kemunculan ide bunuh diri. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengembangkan studi dengan cakupan yang lebih luas atau menggunakan metode yang berbeda untuk memperkuat dan memperluas hasil dari penelitian ini.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Khususnya Fakultas Kedokteran, disarankan untuk dapat mengembangkan sistem layanan kesehatan mental mahasiswa yang terintegrasi melalui pelaksanaan skrining rutin dan edukasi kesehatan mental, dengan melibatkan kolaborasi antara institusi pendidikan dan tenaga kesehatan dengan spesialisasi jiwa, seperti dokter spesialis kedokteran jiwa, perawat jiwa, dan psikolog, guna mendukung deteksi dini, intervensi preventif, serta penanganan berkelanjutan bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa rantau.

4. Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan dapat berkontribusi secara aktif dalam peningkatan kesehatan mental mahasiswa, khususnya mahasiswa rantau, melalui penerapan praktik keperawatan yang bersifat promotif, preventif, dan suportif. Perawat dapat berperan dalam pelaksanaan skrining rutin gejala depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa dengan menggunakan instrumen terstandar, seperti kuesioner kesehatan mental, yang diintegrasikan dalam pelayanan kesehatan kampus.

