

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Median kadar kortisol serum pada penelitian ini adalah 25,3 mcg/dL
2. Median nilai HRV (SDNN) pada penelitian ini adalah 49,1 ms
3. Median skor BDI-II pada penelitian ini adalah 22
4. Terdapat korelasi positif antara kadar kortisol serum dengan skor BDI-II pada pasien depresi dengan koefisien korelasi sebesar 0.656
5. Terdapat korelasi negatif nilai HRV dengan skor BDI-II pada pasien depresi dengan koefisien korelasi 0,467

7.2 Saran

1. Bidang Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumbangan data dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai korelasi antara kadar kortisol serum dan nilai *Heart Rate Variability* dengan skor BDI-II pada pasien depresi. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, mencakup seluruh spektrum keparahan depresi termasuk depresi berat, serta mempertimbangkan variabel perancu seperti kecemasan komorbid dan durasi episode depresi untuk menghasilkan data yang lebih komprehensif.

2. Bidang Klinis

Tenaga kesehatan diharapkan dapat mempertimbangkan pemeriksaan kadar kortisol serum dan HRV sebagai indikator tambahan dalam menilai kondisi pasien depresi, sehingga dapat membantu dalam penegakan diagnosis dan pemantauan terapi secara lebih komprehensif.

3. Bidang Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kewaspadaan masyarakat, khususnya pasien depresi dan keluarganya, terhadap risiko kardiovaskular yang dapat timbul akibat penurunan HRV dan peningkatan kortisol serum sebagai dampak dari kondisi depresi yang tidak tertangani. Oleh karena itu, masyarakat dianjurkan untuk melakukan deteksi dini depresi dan segera mencari pertolongan medis, guna mencegah komplikasi kardiovaskular jangka panjang yang dapat menurunkan kualitas hidup.

