

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul Hubungan Stigma Remaja Terhadap Derpsi dengan Sikap Mencari Bantuan Kesehatan Mental di SMKN 4 Padang Tahun 2021, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata stigma depresi pada remaja cenderung tinggi
2. Rata-rata sikap remaja dalam mencari bantuan kesehatan mental cenderung positif
3. Terdapat hubungan yang lemah dan bersifat negatif antara stigma depresi dengan sikap mencari bantuan, artinya semakin tinggi stigma depresi maka semakin negatif sikap remaja dalam mencari bantuan kesehatan mental.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Siswa SMKN 4 Padang

Diharapkan kepada siswa untuk menghilangkan anggapan bahwa depresi merupakan suatu tanda kelemahan diri dengan cara meningkatkan pengetahuan melalui pendidikan atau kontak pribadi dengan orang depresi, serta diharapkan kepada siswa untuk dapat meningkatkan keterbukaan mencari bantuan kesehatan mental dengan pendidikan literasi kesehatan mental, terutama tentang perawatan dan pengobatan.

## 2. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan kepada profesi perawat agar dapat memberikan pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan mengenai stigma depresi pada remaja serta dampak yang ditimbulkannya.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat meneruskan penelitian ini dengan melihat dampak-dampak negatif lain dari stigma depresi serta faktor-faktor lain yang mempengaruhi sikap mencari bantuan kesehatan mental pada remaja.

