

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Karakteristik responden pada siswa-siswi kelas XII IPA SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 orang (54,4%) dan 31 orang (45,6%) berjenis kelamin laki-laki. Sebanyak 60 orang responden (88,2%) berusia 17 tahun, dan masing-masing kelompok usia 16 dan 18 tahun sebanyak 4 orang (5,9%).
- b. Siswa-siswi kelas XII IPA SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan memiliki tingkat stres akademik sedang hingga tinggi sebanyak 39 siswa (57,4%), dan 29 siswa lainnya (42,6%) memiliki tingkat stres akademik rendah.
- c. Siswa-siswi kelas XII IPA SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan sebanyak 35 siswa (51,5%) mengalami depresi ringan, 10 siswa (14,7%) mengalami depresi sedang, 3 siswa (4,4%) mengalami depresi sedang hingga berat, 1 siswa mengalami depresi berat dan 19 siswa lainnya (27,9%) tidak mengalami depresi.
- d. Terdapat hubungan antara stres akademik dengan tingkat depresi pada siswa-siswi kelas XII IPA di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan (*p-value*: 0,005).
- e. Terdapat pengaruh dari dimensi keputusan pada stres akademik terhadap tingkat depresi pada siswa-siswi kelas XII IPA di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan (*p-value*: 0,031). Siswa dengan tingkat keputusan yang tinggi akan memiliki kecenderungan 0,292 kali (OR) lebih besar untuk mengalami depresi.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Siswa

- a. Siswa yang berpotensi mengalami stres diharapkan mampu mengembangkan strategi koping stres, seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler supaya dapat menurunkan terjadinya stres akademik.

V.2.2 Bagi Sekolah

- a. Sekolah perlu meningkatkan kegiatan bimbingan konseling, sehingga siswa-siswi yang mengalami kesulitan, terutama yang mengalami stres dan depresi dapat diperhatikan dengan baik.
- b. Sekolah perlu menerapkan usaha kesehatan jiwa sekolah melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), berupa pelayanan masalah psikologis siswa di sekolah.
- c. Sekolah perlu bekerjasama dengan puskesmas apabila terdapat siswa dengan indikasi depresi sedang hingga berat.

V.2.3 Bagi Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta

- a. Menambah kompetensi dalam edukasi mengenai stres akademik dan faktor risiko depresi pada remaja.

V.2.4 Bagi Peneliti Lain

- a. Penelitian lanjutan diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor internal terjadinya stres akademik atau faktor risiko kematian orang terdekat, masalah keluarga, masalah dengan teman sebaya, terhadap depresi pada remaja.
- b. Penelitian lanjutan diharapkan mampu meneliti dalam lingkup yang lebih luas.