

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini menghasilkan beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Secara keseluruhan remaja laki-laki di SMA Negeri Jakarta mayoritas berada dalam kategori depresi ringan sebanyak 83 siswa. Siswa yang mengalami depresi klinis sebanyak 43 siswa, kemudian 22 siswa berada dalam kategori depresi sedang, lalu terdapat 3 siswa yang mengalami depresi parah.
2. Berdasarkan pembagian wilayah, terdapat indikasi adanya gangguan depresi pada remaja laki-laki di SMA Negeri Jakarta sebagai berikut: Jakarta Timur sebanyak 26 siswa mengalami depresi ringan, 14 siswa mengalami depresi klinis dan 6 siswa mengalami depresi sedang. Jakarta Selatan diketahui terdapat 15 siswa mengalami depresi ringan, 6 siswa mengalami depresi klinis, 3 siswa mengalami depresi sedang, bahkan 1 siswa mengalami depresi parah. Selanjutnya Jakarta Pusat terdapat 13 siswa mengalami depresi ringan, 5 siswa mengalami depresi klinis, 3 siswa mengalami depresi sedang, bahkan terdapat 2 orang siswa yang mengalami depresi parah. Kemudian Jakarta Barat ditemukan 22 siswa mengalami depresi ringan, 11 siswa

mengalami depresi klinis dan 8 siswa mengalami depresi sedang. Jakarta Utara ditemukan sebanyak 7 siswa mengalami depresi ringan, 7 siswa mengalami depresi klinis dan 2 siswa mengalami depresi sedang.

3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan aspek yang terdapat dalam gangguan depresi, terdapat sebanyak 22,23% siswa mengalami depresi dalam aspek kognitif, kemudian aspek gangguan fisik ada sebanyak 16,5% siswa yang mengalami depresi, aspek emosi terdapat 14,48% siswa yang mengalami depresi, sedangkan aspek motivasional sebanyak 14,3
4. Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan, siswa yang berada pada kelas X terdapat sebanyak 43 siswa yang mengalami depresi ringan dan 40 siswa yang berada pada kelas XI. Kemudian sebanyak 20 siswa kelas X berada pada depresi klinis dan 23 siswa di kelas XI. Ditemukan siswa yang mengalami depresi sedang sebanyak 10 siswa kelas X dan 12 siswa kelas XI. Bahkan terdapat 2 siswa kelas X yang mengalami depresi parah dan ditemukan 1 siswa kelas XI.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran depresi pada remaja laki-laki se-DKI Jakarta secara keseluruhan terdapat 151 siswa yang

mengalami depresi, baik itu depresi ringan, depresi klinis, depresi sedang bahkan depresi parah. Dapat dilihat bahwa terdapat hampir setengah siswa remaja laki-laki mengalami depresi dari jumlah total 313 siswa yang menjadi responden peneliti. Hasil ini hendaknya menjadi perhatian bagi kita semua, baik itu kepala sekolah, tenaga pengajar, guru bimbingan dan konseling sekolah bahkan perhatian orang tua. Remaja yang mengalami depresi pada awalnya akan menjauh dari lingkungan keluarga dan teman sebaya, mereka cenderung suka menyendiri. Guru bimbingan dan konseling maupun orang tua diharapkan lebih peka terhadap setiap peserta didik terutama remaja laki-laki. Dampak bagi remaja laki-laki yang mengalami depresi memiliki kesulitan untuk tidur, turunnya berat badan, lebih parah lagi dikhawatirkan mereka akan mengkonsumsi narkoba dan zat adiktif lainnya dan berujung pada tindakan bunuh diri.

### **C. Saran**

Beberapa saran yang dapat dipertimbangkan berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Bagi siswa/Remaja Laki-laki**

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan para siswa dapat menggunakan bantuan layanan BK di sekolah dengan melakukan bimbingan maupun konseling bersama Guru BK

agar dapat mengenali gejala-gejala depresi sebagai upaya preventif serta dapat dengan secara responsif dalam menanggulangi depresi sebagai upaya kuratif.

## 2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru BK dalam memberikan layanan preventif dan konseling dalam mengenali gejala-gejala depresi yang ada pada siswa khususnya remaja laki-laki. Salah satunya adalah dengan memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai depresi, baik melalui layanan klasikal maupun layanan individual.

## 3. Bagi Mahasiswa/Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya mengenai gambaran depresi pada remaja laki-laki, dengan melihat faktor-faktor penyebab depresi yang belum dibahas dalam penelitian ini.