

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 21 tahun, berjenis kelamin perempuan, sebagian besar responden berada pada semester 6, bertempat tinggal dikos-kosan dan memiliki uang saku bulanan Rp. 1.000.000- Rp. 1.500.000.
2. Responden dalam penelitian ini sebagian besar tidak mengalami depresi
3. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau mayoritas responden berada pada rentang normal berada pada usia 20-24 tahun.
4. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden yang tidak mengalami depresi adalah perempuan.
5. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau berdasarkan angkatan mayoritas responden tidak mengalami depresi yang berada pada angkatan 2014.
6. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau berdasarkan alamat asal mayoritas responden berasal dari pulau Jawa dan memiliki tingkat depresi yang normal.
7. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau berdasarkan tempat tinggal mayoritas responden bertempat tinggal dikos-kosan dengan tingkat depresi normal.

8. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa rantau berdasarkan uang saku mayoritas responden memiliki uang saku sebesar Rp. 1.000.000 – Rp. 1.500.000 dan tidak mengalami depresi.

## **B. Saran**

1. Bagi responden yang memiliki tingkat normal disarankan untuk meningkatkan mekanisme coping agar terhindar dari tingkat depresi yang lebih parah. Bagi responden yang memiliki tingkat depresi ringan, sedang dan berat disarankan untuk mencari mekanisme coping yang sesuai agar tingkat depresi tidak semakin meningkat.
2. Bagi institusi pendidikan disarankan untuk mensosialisasikan terkait tanda gejala depresi kepada mahasiswa dan cara mencegah ataupun menangani ketika sudah terjadi depresi. Selain itu dengan tingkat depresi yang lebih dari 50% disarankan untuk membentuk lembaga atau badan yang menaungi terkait konseling atau masalah kesehatan jiwa untuk mahasiswa.
3. Bagi institusi kesehatan diharapkan dapat memberikan dan meningkatkan pelayanan dibidang kesehatan jiwa kepada mahasiswa.