

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, maka semakin rendah tingkat depresi yang mereka alami. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial cenderung berhubungan dengan meningkatnya tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,653 dengan tingkat signifikansi ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,427 menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi efektif sebesar 42,7% terhadap variabel depresi. Adapun sisanya, yaitu sebesar 57,3%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa tingkat akhir

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka pentingnya disarankan mahasiswa tingkat akhir diberikan dukungan sosial yang baik untuk terhindar dari tekanan atau depresi sehingga mahasiswa akhir dapat melaksanakan tugas akhir dengan baik dan lancar serta cepat selesai.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini berhasil mengidentifikasi adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar pemilihan subjek dilakukan dengan lebih beragam, mencakup berbagai latar belakang institusi, wilayah, dan karakteristik demografis lainnya. Hal ini bertujuan untuk memperoleh hasil yang lebih representatif dan meningkatkan kemungkinan generalisasi temuan penelitian. Selain itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat depresi, seperti kondisi biologis, psikologis, serta faktor lingkungan. Peneliti juga diharapkan dapat membangun komunikasi yang terbuka dengan responden dan menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan. Upaya ini bertujuan untuk menciptakan rasa aman dan nyaman bagi responden, sehingga mereka dapat memberikan jawaban secara jujur dan objektif. Dengan demikian, kualitas dan validitas data yang diperoleh dalam penelitian akan lebih optimal.