

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada hasil pembahasan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa gambaran depresi pada janda yang ditinggal suami dan anak meliputi empat aspek kriteria: 1) Aspek Emosi. Ditandai oleh rasa menekan seperti sedih, kosong, malu, rasa bersalah, rasa tidak berharga yang dialami oleh subyek, 2) Aspek Kognitif yang meliputi harapan-harapan yang negatif, mengkritik diri sendiri, tidak dapat mengambil keputusan, mempunyai gambaran diri yang salah, kehilangan motivasi dan keinginan bunuh diri, 3) Aspek Vegetatif dan Fisik, karena hilangnya selera makan, tidak dapat tidur dan cepat lelah, 4) Aspek afektif meliputi hal-hal yang menggambarkan perasaan atau emosi subyek yang hambar (tidak jelas), dan subjek merasa ada kekecewaan pada dirinya karena sudah gagal dalam membangun hubungan dengan keluarga. Sedangkan gambaran kondisi subyek saat ini meliputi: sulit konsentrasi, rasa bimbang terlalu tinggi, adanya penolakan pada dirinya, mudah gelisah, menyendiri, kondisi emosional tidak stabil (negatif), dan keinginan bunuh diri.

B. Saran

Setelah menemukan beberapa hasil penelitian tentang gambaran karakteristik depresi pada janda yang ditinggal suami dan anak, sub bab selanjutnya yaitu saran. Adapun saran sebagai bahan referensi kedepan bagi Sunarseh (S), dan peneliti.

1. Saran untuk Sunarseh (S)

- a. Adanya komunikasi dari pihak keluarga untuk mencari jalan keluar yang dialami (S).
- b. Keluarga harus memberi dukungan kepada (S) supaya bangkit dari keterpurukan yang menyebabkan (S) depresi.
- c. Fitri (F) harus selalu mendampingi (S) supaya dalam kehidupannya tidak merasa kesepian, dan adanya suatu dorongan untuk bangkit dalam permasalahan ini.

2. Saran untuk peneliti selanjutnya

Penelitian ini, hanya membahas tentang gambaran karakteristik depresi pada janda yang ditinggal suami dan anak. Sedangkan yang terkait dengan strategi mengatasi depresi, dan pengaruh depresi pada janda yang ditinggal suami dan anak ini, dapat menjadi saran untuk penelitian selanjutnya.