

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini akan diuraikan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian yang untuk menjawab pertanyaan dari rumusan masalah serta saran yang sesuai dengan kesimpulan diambil

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 4 Februari 2019 dan 11 Februari 2019 di UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan di Dusun Purworejo Pungging Mojokerto. Maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat depresi lansia yang tinggal dirumah bersama keluarga dusun Purworejo Pungging Mojokerto sebanyak 9 responden (39,1%) mengalami depresi ringan.
2. Tingkat depresi lansia yang tinggal di UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahit didapatkan bahwa 11 responden (64,7%) mengalami depresi ringan.
3. Ada perbedaan depresi lansia yang tinggal dirumah bersama keluarga dengan yang tinggal di UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahi Mojokerto yang artinya bahwa depresi lansia yang tinggal dirumah bersam keluarga lebih rendah dibandingkan depresi lansia yang tinggal di UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahit, karena rumah adalah tempat terakhir bagi lansia untuk berkumpul dengan keluarga dimasa tuannya sedangkan lansia yang tinggal di UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto kurang memperoleh perhatian dan

dukungan baik dari keluarga ataupun dari petugas panti werdha. Panti merupakan tempat yang baru bagi lansia dan lansia juga sulit untuk beradaptasi. Lansia yang tinggal dipanti lebih depresi karena mereka merasa kesepian, jarang di kunjungi oleh keluarganya, masih belum bisa beradaptasi dengan teman sebayanya dan faktor yang mempengaruhi yaitu faktor psikologi dan psikososial.

## **5.2 Saran**

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah :

### **1. Bagi para lansia**

Pemahaman tentang perubahan yang terjadi serta permasalahan yang akan terjadi pada kehidupan lansia supaya lebih ditingkatkan seperti mengembangkan hobby dan membuat mereka senang sehingga lansia dapat mengurangi depresi yang dialami, sedangkan pada lansia yang di panti werdha dapat diberikan kegiatan yang lebih aktif sehingga lansia di panti werdha dapat beradaptasi dengan baik dan mencegahnya terjadinya depresi. Dan diharapkan lansia bisa menjaga kesehatan fisiknya seperti menjaga pola makan, menjaga pola istirahat tidurnya dan mengontrol kesehatannya dengan cara mengecek ke petugas kesehatan.

### **2. Bagi UPTD Pesanggrahan PMKS Mojopahit**

Petugas kesehatan diharapkan untuk lebih meningkatkan pelayanan terutama dipanti werdha tentang pemberian pendidikan kesehatan. Dan memberikan kegiatan lebih aktif pada lansia tersebut seperti senam, posyandu dan

mengikuti pengajian. Bila ada lansia yang sakit petugas di harapkan lebih tanggap dalam memberikan penanganan dan perawatan lebih lanjut.

### 3. Bagi keluarga

Keluarga hendaknya terus menciptakan keadaan yang akan memberikan kesenangan pada lansia dengan tetap memberikan dukungan seperti perhatian dan meluangkan waktu untuk sekedar berkomunikasi menyampaikan keluhan kesah. Sedangkan jika lansia tinggal dipanti sebaiknya keluarga membuat jadwal kunjungan secara rutin merupakan bentuk dukungan atau perhatian dan sebagai support pada lansia tersebut.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data dasar untuk dilakukan penelitian lebih lanjut tentang aspek psikologis secara kualitatif untuk mengkaji lebih dalam terkait tingkat depresi lansia dan melakukan kegiatan yang dapat menurunkan depresi lansia yang tinggal dipanti warga dan di dusun, seperti pengaruh konseling terhadap tingkat depresi lansia yang tinggal dipanti maupun di rumah.