

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah menelaah hasil analisis dan memaparkan hasil pembahasan hubungan dukungan sosial dan tingkat stress dengan kejadian *burnout* pada *family caregiver* lansia oleh peneliti, maka peneliti dapat menarik kesimpulan:

- a. Pada karakteristik *family caregiver*, didapatkan rata-rata berusia 39.24 tahun dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan, sebagian besar berpendidikan terakhir SMA, telah menikah, dan tidak berpenghasilan. Mayoritas *family caregiver* memiliki hubungan sebagai anak dari lansia dan telah menjadi *caregiver* lansia selama lebih dari 5 tahun.
- b. Pada karakteristik lansia, didapatkan rata-rata lansia berusia 68.59 tahun. Mayoritas lansia menderita penyakit sendi, tidak ada pengobatan rutin yang sedang dijalani, lansia memilih rumah sakit sebagai pelayanan kesehatan yang dikunjungi untuk mendapatkan pengobatan, serta sebagian besar lansia dalam kesehariannya dibantu sebagian oleh *family caregiver*.
- c. Sebagian besar responden *family caregiver* memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 129 orang, tingkat stress rendah sebanyak 119 orang, serta burnout rendah sebanyak 164 orang. Berdasarkan hasil analisis *chi-square* hubungan dukungan sosial dengan *burnout* pada *family caregiver* lansia didapatkan nilai p-value 0.000 ($p < 0.05$). Begitupun pada hasil analisis *chi-square* hubungan tingkat stress dengan *burnout* pada *family caregiver* lansia didapatkan nilai p-value 0.000 ($p < 0.05$) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yakni terdapat hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stress dengan kejadian *burnout* pada *family caregiver* lansia.

V.2 Saran

Setelah didapatkan hasil penelitian, terdapat beberapa hal yang perlu menjadi perhatian sehingga peneliti memberikan beberapa saran guna memperbaiki kekurangan yang ada dalam penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat diperbaiki dan dilakukan, adapun saran sebagai berikut:

a. Bagi *Family Caregiver*

Family caregiver disarankan untuk memperhatikan dukungan sosial yang diterimanya guna membantu mengurangi beban yang dirasakan sehingga *burnout* dapat dihindari. Diharapkan bagi *family caregiver* untuk menerapkan coping adaptif dalam menghadapi stress seperti relaksasi, olahraga, beristirahat cukup, manajemen waktu, mencari dukungan sosial maupun spiritual sehingga terhindar dari *burnout* dan lansia mendapatkan perawatan yang optimal.

b. Bagi Perawat Puskesmas

Diharapkan penyedia layanan puskesmas dapat menyediakan kegiatan edukasi maupun program konseling terkait stress atau *burnout* pada *family caregiver* lansia. Kegiatan dapat melibatkan anggota keluarga lansia lainnya agar keluarga mampu memberikan perawatan yang terbaik dan lansia mendapatkan perawatan yang optimal tidak hanya dari fasilitas kesehatan tetapi juga dari keluarganya.

c. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan tambahan serta referensi dalam bahan ajar atau pengembangan modul asuhan keperawatan jiwa maupun keperawatan keluarga dan komunitas.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai informasi dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, serta dapat memperluas penelitian dengan menambahkan variabel lain terkait faktor yang berpengaruh pada kejadian *burnout family caregiver* seperti beban *caregiver*, peran ganda, pengetahuan, status perekonomian, kepribadian, maupun coping.