

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Setelah hasil dipaparkan dalam penelitian serta pembahasan terkait hubungan beban pengasuh dan tingkat stress dengan kualitas hidup family caregiver pada lansia yang memiliki penyakit kronis yang peneliti lakukan, maka akan ditarik kesimpulan berikut ini.

- a. Pada karakteristik lansia, hasil yang didapatkan bahwa rata-rata usia lansia yakni 70,05 tahun, mayoritas berjenis kelamin laki-laki, penyakit kronis terbanyak yang diderita hipertensi, sebagian besar lama menderita penyakit <5 tahun, pelayanan kesehatan yang banyak dikunjungi puskesmas.
- b. Pada karakteristik *family caregiver*, diperoleh hasil yang mana rata-rata responden berusia 38,04 tahun, hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan, mayoritas berpendidikan terakhir SMP, sebagian besar berpenghasilan < Rp. 2.900.000 dan mayoritas status menikah serta hubungan dengan lansia sebagian besar sebagai anak.
- c. Sebagian besar dari responden *family caregiver* lansia memiliki beban pengasuh sedang dan tingkat stress yang sedang serta kualitas hidup sedang.
- d. Hasil dari analisis hubungan beban pengasuh dan tingkat stress dengan kualitas hidup *family caregiver* dapat diberi kesimpulan yakni terdapat hubungan antara beban pengasuh dan tingkat stress dengan kualitas hidup *family caregiver* pada lansia yang memiliki penyakit kronis di Kelurahan Cijoro Lebak, Banten.

#### **V.2 Saran**

Berdasarkan dari penelitian yang peneliti lakukan, peneliti menyampaikan beberapa saran dengan tujuan agar kekurangan dalam penelitian ini dapat diperbaiki agar lebih baik lagi untuk penelitian berikutnya.

a. Bagi Lansia

Disarankan agar lansia lebih menjaga kesehatan dengan rutin memeriksakan kesehatannya dan mengikuti saran dari *family caregiver* sehingga menurunkan tingkat ketergantungan yang mana dapat mendatangkan banyak manfaat dari seorang *family caregiver* yang sadar akan pentingnya kualitas hidup dan beban atau pun stress mampu menurun.

b. Bagi *Family Caregiver*

*Family caregiver* disarankan untuk lebih meningkatkan coping adaptif agar mengurangi beban dan tingkat stress yang dirasakan saat memberikan pengasuhan serta memperluas wawasannya mengenai faktor dari beban pengasuh dan tingkat stress sehingga kualitas hidup dapat lebih ditingkatkan. Dapat pula mengikuti pelatihan tambahan terkait manajemen stress.

c. Bagi Petugas Kesehatan

Disarankan untuk petugas kesehatan memberikan penyuluhan kesehatan terkait cara meningkatkan kualitas hidup dan memberikan informasi tentang faktor yang mempengaruhi kualitas hidup *family caregiver* pada lansia.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti lain bisa menjadikan penelitian ini sebagai pedoman untuk bahan referensi, agar semakin berkembang dan kualitas hidup *family caregiver* semakin meningkat. Kemudian bisa juga meneliti variabel lain seperti burnout yang dikaitkan dengan kualitas hidup.