

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dilakukan analisis dan dibentuk pembahasan, kesimpulan yang dapat penulis sampaikan adalah:

1. Gambaran tingkat spiritualitas di sekolah lansia RPTRA Pinang Pola rata-rata memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi.
2. Gambaran tingkat depresi yang terjadi di sekolah lansia RPTRA Pinang Pola rata-rata berada pada fase tidak mengalami depresi yang mana *believe system* berperan penting dalam mencegah terjadinya depresi.
3. Tidak terdapat hubungan antara spiritualitas dengan depresi pada lansia di sekolah lansia RPTRA Pinang Pola

#### **5.2 Saran**

Setelah dilakukan analisis dan dibentuk pembahasan, saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Saran bagi Responden

Bagi responden diharapkan untuk selalu meningkatkan kegiatan kerohanian dan selalu tanamkan diri sendiri bahwa hidup tidak sendirian melainkan ada Tuhan yang selalu berada di sisi kami. Hal tersebut selain untuk mencegah terjadinya depresi juga dapat meningkatkan keakraban kita kepada Tuhan.

2. Saran bagi Masyarakat

Bagi masyarakat yang tinggal bersama lansia dapat meningkatkan kegiatan kerohanian sehingga spiritualitas dalam diri baik lansia maupun keluarga dapat terpenuhi dengan baik.

### 3. Saran bagi Sekolah Lansia RPTRA Pinang Pola

Bagi Sekolah Lansia RPTRA Pinang Pola dapat meningkatkan fasilitas kegiatan kerohanian agar lansia tetap merasakan dampak yang signifikan atas kegiatan yang difasilitasi oleh sekolah serta untuk mencegah tumbuhnya depresi pada lansia.

### 4. Saran bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mencari tahu lebih dalam terkait hubungan antara otak, spiritual, serta depresi yang terjadi pada lansia. Penelitian selanjutnya juga dapat melakukan heterogenisasi terhadap subjek penelitian karena mayoritas responden yang didapat pada penelitian ini adalah perempuan.