

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dan kesepian dengan kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis di Desa Parungpanjang, Kabupaten Bogor Tahun 2025, yang melibatkan 114 responden lansia, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Lansia diharapkan dapat mengelola kecemasan dan mengurangi perasaan kesepian karena kedua faktor tersebut berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita penyakit kronis di Desa Parungpanjang, Kabupaten Bogor. Upaya yang dapat dilakukan antara lain dengan meningkatkan partisipasi dalam kegiatan sosial di lingkungan RW, seperti pengajian dan arisan, yang dapat mempererat interaksi sosial dan mengurangi rasa kesepian. Selain itu, kepatuhan menjalani pengobatan secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan penting untuk membantu mengendalikan kondisi penyakit dan mengurangi kecemasan, sehingga lansia mampu beradaptasi dengan kondisi kesehatannya dan mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik.
- b. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia dengan penyakit kronis di Desa Parungpanjang memiliki tingkat kecemasan pada kategori sedang.
- c. Sebagian besar lansia di Desa Parungpanjang mengalami tingkat kesepian pada kategori sedang.
- d. Kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis di Desa Parungpanjang sebagian besar berada pada kategori sedang.
- e. Terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi negatif antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan yang

dialami lansia, maka semakin rendah kualitas hidupnya.

- f. Terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi negatif antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan lansia, maka semakin rendah kualitas hidupnya.

V.2 Saran

a. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat memahami pentingnya upaya mengelola kecemasan dan mengurangi perasaan kesepian, karena kedua faktor tersebut berperan dalam memengaruhi kualitas hidup lansia penderita penyakit kronis di Desa Parungpanjang, Kabupaten Bogor. Pengelolaan kecemasan dan kesepian dapat dilakukan melalui peningkatan aktivitas sosial, mempererat interaksi dengan keluarga, sesama lansia, serta tenaga kesehatan, sehingga lansia mampu beradaptasi dengan kondisi kesehatannya dan mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik.

b. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan yang optimal kepada lansia dengan meluangkan waktu untuk berkomunikasi, memberikan perhatian emosional, serta mendengarkan keluhan kesah lansia. Keluarga juga disarankan untuk melibatkan lansia dalam kegiatan keluarga, sosial, dan keagamaan agar lansia tetap merasa dihargai dan memiliki peran. Lingkungan keluarga yang hangat dan suportif diharapkan dapat membantu mengurangi kecemasan dan kesepian, sehingga kualitas hidup lansia penderita penyakit kronis dapat meningkat.

c. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran mengenai tingkat kecemasan dan kesepian yang dialami oleh lansia penderita penyakit kronis di Desa Parungpanjang, Kabupaten Bogor, serta menjadi bahan pertimbangan bagi perawat dalam memberikan intervensi keperawatan jiwa yang tepat. Perawat diharapkan mampu melakukan

pengkajian psikososial secara komprehensif, memberikan edukasi kesehatan, serta mendorong keterlibatan lansia dalam kegiatan sosial dan kesehatan guna meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup lansia.

d. Bagi Pendidikan Keperawatan

Institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pembelajaran dan referensi dalam bidang keperawatan jiwa, khususnya terkait masalah kecemasan dan kesepian pada lansia penderita penyakit kronis. Penelitian ini dapat mendukung peningkatan pemahaman mahasiswa keperawatan dalam pengkajian dan intervensi masalah psikososial pada lansia, sehingga mampu memberikan asuhan keperawatan yang lebih holistik dan berorientasi pada peningkatan kualitas hidup

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan populasi yang lebih luas dan lokasi penelitian yang berbeda, sehingga hasil penelitian menjadi lebih representatif dan dapat digeneralisasikan. Selain itu, peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mengkaji variabel lain atau mengembangkan intervensi keperawatan jiwa yang berfokus pada penurunan kecemasan dan kesepian guna meningkatkan kualitas hidup lansia secara optimal.