

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dijabarkan pada bab sebelumnya, hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup dapat disimpulkan beberapa *point* berikut ini:

- a. Gambaran karakteristik dari 40 responden bahwa sebagian besar usia lansia masuk dalam kategori *elderly* (60-74) tahun dengan persentase sebanyak 70%. Jenis kelamin lansia yaitu perempuan dengan persentase 57,5%. Pendidikan terakhir SD dengan persentase 67,5%. Tidak bekerja dengan persentase 72,5%.
- b. Gambaran tingkat stres dari 40 responden lansia berada pada kategori stres sedang dengan persentase 62,5%.
- c. Gambaran kualitas hidup dari 40 responden lansia mayoritas dalam kategori buruk dengan persentase 52,5%.
- d. Dari beberapa karakteristik yang diteliti didapatkan hasil bahwa jenis kelamin tidak mempunyai hubungan dengan kualitas hidup pada lansia. Sementara hasil gambaran karakteristik lain seperti, usia, pendidikan, dan pekerjaan memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup pada lansia.
- e. Analisis uji statistik memperoleh hasil tingkat stress mempunyai hubungan dengan kualitas hidup pada lansia dengan $Pvalue = 0,000$ ($Pvalue < 0,05$) maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima.

V.2 Saran

Berikut ialah beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai bahan perbaikan yaitu:

a. Bagi Lansia

Lansia hendaknya mampu mengontrol masalah psikologis dengan sumber-sumber yang berasal dari keluarga, teman, maupun kerabat di lingkungan.

b. Bagi Keluarga

Keluarga harus bisa mengayomi dan memberi peran aktif yang akan menumbuhkan motivasi lansia dalam menjalani kehidupan.

c. Bagi Bidang Keilmuan

Hasil penelitian dapat dijadikan pedoman bagi bidang pendidikan untuk memberikan wawasan kepada tenaga didik dan peserta didik dalam hal mengembangkan dan mempelajari ilmu keperawatan jiwa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti lain dapat melanjutkan dan memperluas penelitian, serta menambah strategi untuk mengontrol tingkat stres sehingga terjadinya peningkatan kualitas hidup lansia. Bagi peneliti lain jika ingin melanjutkan atau melakukan penelitian dengan topik yang sama dapat memodifikasi variabel dengan menambah kegiatan lingkungan yang memiliki hubungan dengan tingkat stres dan kualitas hidup pada lansia.