

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Setelah peneliti menjabarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan kualitas hidup pada lansia di RW.04 dan RW.05 Kelurahan Bojong Gede Kabupaten Bogor, maka peneliti akan memberi kesimpulan.

- a. Gambaran karakteristik berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar lansia yang dijumpai merupakan lansia berjenis kelamin perempuan.
- b. Gambaran karakteristik berdasarkan usia, mayoritas merupakan lansia yang berumur 60-74 tahun.
- c. Gambaran karakteristik berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar lansia merupakan lansia berpendidikan rendah.
- d. Pada karakteristik berdasarkan status perkawinan, lansia dengan status cerai hidup merupakan status perkawinan yang ditemukan.
- e. Gambaran karakteristik berdasarkan tingkat stres, ditemukan mayoritas lansia mengalami tingkat stres sedang.
- f. Pada karakteristik tingkat kecemasan, ditemukan sebagian besar lansia dengan tingkat kecemasan sedang.
- g. Gambaran karakteristik kualitas hidup pada lansia ditemukan mayoritas lansia memiliki kualitas hidup buruk.
- h. Terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kualitas hidup pada lansia di RW.04 dan RW.05 Kelurahan Bojong Gede.
- i. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pada lansia di RW.04 dan RW.05 Kelurahan Bojong Gede.

V.2 Saran

Peneliti menganjurkan saran bersumber dari hasil penelitian yang sudah dilakukan guna untuk memperbaiki keterbatasan pada penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat dilakukan lebih baik, antara lain:

a. Pada lansia

Bahan informasi dan rujukan bagi lansia dalam mengatasi tingkat stress dan kecemasan sehingga lansia dapat menjalin hubungan dengan tetangga atau orang disekitarnya serta senantiasa mencari kesibukan atau aktifitas yang dapat menghibur yang akan meningkatkan kualitas hidup pada lansia.

b. Pada UPT pelayanan kesehatan

UPT pelayanan kesehatan di lingkungan RW.04 dan RW.05 dapat lebih memperhatikan kondisi lansia baik dalam segi fisik maupun psikologis dengan membuat posbindu atau posyandu lansia, meningkatkan program-program kesehatan untuk lansia serta menyelenggarakan kegiatan rutin untuk kelompok lansia sehingga dapat mendukung lansia dalam segi interaksi sosial yang dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

c. Pada keluarga lansia

Keluarga lansia dapat lebih memperhatikan kondisi lansia di rumahnya baik dalam segi fisik maupun psikologis dengan lebih sering mengunjungi lansia, membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan hidup serta rutin menemani lansia dalam pemeriksaan rutin ke pelayanan kesehatan terdekat. Dukungan sosial dari keluarga dapat memberi kekuatan kepada lansia dalam menjalani hari tuanya.

d. Pada peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya harus lebih mempersiapkan diri dalam melakukan proses pengambilan data, peneliti menyarankan untuk memperbanyak jumlah sampel penelitian serta memperluas ruang lingkup factor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seperti dukungan keluarga, status pekerjaan, tingkat penghasilan, interaksi sosial, dan lain-lain guna untuk menambah ragam dalam penelitian yang akan dilakukan.

e. Pada institusi keperawatan

Keperawatan gerontik maupun komunitas dapat meningkatkan perannya dalam upaya mempertahankan atau meningkatkan kualitas hidup pada lansia dan menggali wawasan mengenai tingkat stress, kecemasan dan kualitas hidup pada lansia.