

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2022

1. mayoritas responden memiliki dukungan sosial tinggi
2. mayoritas responden mengalami kesepian rendah
3. terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesepian pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2022 ( $p=0,000$ )

#### B. Saran

1. Bagi lansia

Lansia diharapkan untuk dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang diadakan posyandu lansia seperti senam lansia dan pemeriksaan kesehatan serta selalu menjalin hubungan dengan kelompok lansia untuk mendapatkan dukungan dari kelompok dan masyarakat sekitar.

2. Bagi keluarga

Bagi anggota keluarga seperti pasangan, anak dan anggota keluarga diharapkan untuk lebih memperhatikan lansia dalam menjalankan aktivitas

sehari-hari seperti dukungan terhadap lansia, merawat lansia, melibatkan lansia dalam mengambil keputusan dan memberikan dukungan emosional terhadap lansia.

### 3. Bagi puskesmas

Diharapkan Perawat komunitas untuk dapat memberikan dukungan kepada lansia melakukan senam lansia dan terapi aktivitas kelompok yang tergabung dalam program posyandu lansia agar dapat meningkatkan keaktifan dikelompok sosial dan dapat menjalin hubungan antar sesama lansia sehingga lansia bisa menurunkan resiko kesepian yang dirasakan.

### 4. Bagi peneliti berikutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang kesepian yang dirasakan lansia dengan metode wawancara terpimpin dalam kondisi yang tidak di ruangan terbuka agar lansia lebih nyaman dan percaya untuk mengungkapkan kondisi sebenarnya yang dirasakan dan dalam pengumpulan data diharapkan lansia yang tidak sedang dalam kunjungan berobat atau kunjungan poli lansia agar tidak terputusnya responde menjawab semua pertanyaannya yang diajukan peneliti.

