

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan kemandirian dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) dengan gejala depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang adalah hampir seluruh responden berumur 60-74 tahun, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, sebagian besar responden berstatus masih menikah, sebagian besar responden tingkat pendidikannya adalah SD, hampir seluruh responden tidak memiliki pekerjaan, dan hampir setengahnya responden memiliki riwayat penyakit hipertensi.
2. Kecenderungan kemandirian dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang adalah mandiri.
3. Kecenderungan gejala depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang adalah ringan.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen (kemandirian dalam melakukan ADL) dengan variabel dependen (gejala depresi), dengan korelasi hubungan yang kuat dan arah korelasi negatif/berlawanan. Artinya semakin tinggi nilai dari kemandirian dalam

melakukan ADL lansia mengakibatkan nilai gejala depresi semakin rendah. Sebaliknya, semakin tinggi nilai dari gejala depresi menyebabkan nilai dari kemandirian semakin rendah. Besaran pengaruh variabel kemandirian dalam melakukan ADL terhadap variabel gejala depresi sebesar 43,1%.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, ada beberapa hal yang dapat disarankan demi keperluan pengembangan hasil penelitian tentang hubungan kemandirian dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) dengan gejala depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang sebagai berikut:

### 1. Bagi Lansia

Diharapkan kepada lansia untuk rutin mengikuti program posyandu lansia agar menjadi lansia yang sehat, mandiri, aktif, dan produktif sehingga terhindar dari gejala depresi.

### 2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas melakukan peningkatan pelayanan kesehatan pada lansia terutama kesehatan mental lansia dengan mengkaji kemandirian lansia dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) dan mengikutsertakan keluarga dalam setiap program puskesmas yang dilakukan. Selain itu, perawat diharapkan dapat memberikan informasi tentang proses penuaan yang normal sehingga membantu lansia dan

keluarga beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada masa tua.

### 3. Bagi Ilmu Keperawatan

Dalam pendidikan keperawatan khususnya keperawatan gerontik sebagai referensi tentang kemandirian lansia dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) yang dapat berguna bagi lansia agar tidak jatuh ke dalam keadaan gejala depresi dan akan berguna bagi mahasiswa khususnya Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data awal maupun acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai gejala depresi maupun kemandirian dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) dengan jangkauan yang lebih luas misalnya dengan menghubungkan dengan faktor penyebab lainnya.

