

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Inkontinensia Urine Dengan Depresi Pada Usia Lanjut Di puskesmas Andalas Padang”, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian Besar (77%) lansia mengalami inkontinensia urien.
2. Lebih dari separuh (54,1%) lansia terindikasi depresi.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara inkontinensia urine dengan depresi pada lansia. (p value= 0,009) dan OR 5,571.

B. Saran

1. Bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas / Kader

Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi puskesmas. Perlu adanya melakukan aktifitas untuk para lansia seperti senam lansia rutin sesuai dengan kesepakatan bersama, khususnya pada program lansia untuk menurunkan kejadian Inkontinensia urin pada lansia dengan melakukan kegiatan lansia seperti senam kegel dan penyampaian motivasi-motivasi untuk perlunya hidup sehat dari petugas kesehatan.

2. Bagi Lansia

Lansia hendaknya menyadari bahwa semakin tua mereka, maka tingkat kemampuan fisiknya juga semakin menurun termasuk mengendalikan perkemihan. Lansia tidak perlu malu ketika mengalami inkontinensia urine karena hal tersebut sudah alamiah dan tetap melakukan aktifitas fisik, kegiatan keagamaan dan istirahat secara teratur. Dengan menyadari dan melakukan hal tersebut, maka tingkat stresor lansia karena adanya inkontinensia urine menjadi lebih ringan dan dapat mencegah terjadinya Depresi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menjadi acuan untuk dikembangkan pada penelitian yang lebih luas, misalnya dengan menambah faktor-faktor lain menyebabkan depresi pada lansia.

