

BAB 7

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

1. Depresi yang terbanyak pada lanjut usia Puskesmas Padang Pasir adalah depresi ringan
2. Insomnia yang terbanyak pada lanjut usia Puskesmas Padang Pasir adalah insomnia ringan
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara depresi dengan insomnia pada lanjut usia

7.2 Saran

1. Dilakukan pembekalan pengetahuan kepada lanjut usia di Puskesmas Padang Pasir, khususnya terkait depresi dan insomnia
2. Perlunya pemeriksaan dini depresi dan insomnia pada lanjut usia di Puskesmas Padang Pasir
3. Diperlukan penelitian yang lebih lanjut mengenai faktor risiko depresi maupun insomnia
4. Perlunya peningkatan kesadaran lanjut usia, keluarga dan lingkungan sekitarnya agar terhindar dari resiko depresi maupun insomnia