

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kesepian dengan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang” maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang sebagian besar responden berumur 60-74 tahun (58,9%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (52,6%), hampir setengah dari responden berpendidikan terakhir SMP (35,8%), dan sebagian besar responden menikah (66,3%).
2. Hampir setengah lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang mengalami kesepian rendah (44,7%)
3. Hampir setengah lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang memiliki kualitas hidup cukup buruk (43,7%)
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang ($p=0,002$)

B. Saran

1. Bagi Instansi Kesehatan

Diharapkan pihak puskesmas dapat meningkatkan dukungan sosial kepada lansia sehingga lansia tidak merasa kesepian dan kualitas hidup pada lansia menjadi lebih baik. Selain itu, puskesmas dapat berkoordinasi dengan keluarga dan tokoh masyarakat dalam merancang program untuk meningkatkan motivasi lansia dalam mengikuti kegiatan sosial spritual di tempat ibadah agar lansia tidak mengalami kesepian. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan untuk menciptakan suatu intervensi baru atau terapi dalam membantu lansia menghadapi masalah kesepian dan kualitas hidup.

2. Bagi Profesi Kesehatan

Pastikan lansia mendapatkan pemeriksaan kesehatan rutin untuk mendeteksi dan mengatasi masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka. Diharapkan adanya pendekatan yang holistik dan berkelanjutan dalam mencegah kesepian pada lansia agar dapat memberikan dampak positif yang signifikan pada kualitas hidup mereka.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan tingkat kesepian dan kualitas hidup pada lansia agar hasil penelitiannya dapat lebih baik dan

lebih lengkap lagi. Peneliti selanjutnya diharapkan juga lebih mempersiapkan diri dalam proses pengambilan dan pengumpulan data serta segala sesuatunya sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih baik. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk bahan masukan dan mengembangkan penelitian selanjutnya menggunakan desain penelitian yang berbeda dan membahas faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kualitas hidup pada lansia.

