

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

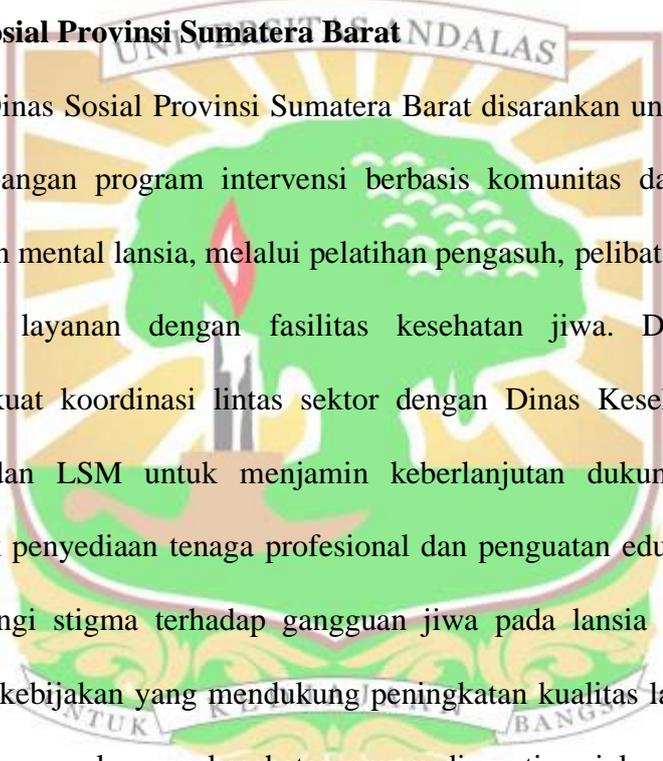
Berdasarkan hasil penelitian hubungan *perceived stress* dan karakteristik individu dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025 dapat disimpulkan:

1. Kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar (2025) berada pada kategori sedang, dengan rata-rata 52,98 dan median 53,12. Domain tertinggi adalah kematian dan ajal ( $mean = 71,43$ ) dan partisipasi sosial ( $mean = 60,96$ ), sementara domain terendah adalah kemampuan sensorik ( $mean = 42,92$ ) dan keintiman ( $mean = 43,63$ ). *Perceived stress* mayoritas normal, dan karakteristik responden didominasi lansia tua, laki-laki, pendidikan rendah, serta sebagian besar berstatus janda/duda.
2. *Perceived stress* memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.
3. Usia tidak memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.
4. Jenis kelamin tidak memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.
5. Tingkat pendidikan tidak memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.

6. Status marital memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.
7. Tidak terdapat interaksi antara karakteristik individu (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status marital) dan *perceived stress* dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.

## 6.2 Saran

### 1. Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat



Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat disarankan untuk memfasilitasi pengembangan program intervensi berbasis komunitas dalam mendukung kesehatan mental lansia, melalui pelatihan pengasuh, pelibatan keluarga, serta integrasi layanan dengan fasilitas kesehatan jiwa. Dinas diharapkan memperkuat koordinasi lintas sektor dengan Dinas Kesehatan, perguruan tinggi, dan LSM untuk menjamin keberlanjutan dukungan psikososial, termasuk penyediaan tenaga profesional dan penguatan edukasi publik guna mengurangi stigma terhadap gangguan jiwa pada lansia serta mendorong lahirnya kebijakan yang mendukung peningkatan kualitas layanan kesehatan jiwa maupun pelayanan kesehatan umum di panti sosial secara holistik dan berkelanjutan

### 2. Bagi Pihak Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar

- a) Meningkatkan dukungan psikososial lansia melalui konseling, terapi kelompok, aktivitas relaksasi, dan forum rutin untuk berbagi sebagai terapi non-formal untuk mengelola stres lansia.
- b) Menjalin kerja sama dengan fasilitas kesehatan, fakultas psikologi, organisasi profesi (HIMPSI, IPK), atau praktisi kesehatan jiwa untuk

- menghadirkan layanan psikologis teknis seperti psikoterapi singkat atau terapi reminiscence.
- c) Membentuk tim intervensi lansia yang melibatkan pengasuh, perawat, dan psikolog, guna mengembangkan rencana layanan individual (RLI) bagi lansia dengan kebutuhan khusus.
  - d) Mengoptimalkan fungsi sensorik lansia melalui pemeriksaan terjadwal serta pendampingan dalam pengurusan alat bantu teknis seperti kacamata atau alat bantu dengar sesuai indikasi.
  - e) Mempertahankan kegiatan keagamaan dan sosial seperti salat berjamaah, ceramah agama, kegiatan seni, dan rekreasi lansia yang telah mendukung kualitas hidup pada domain kematian dan partisipasi sosial.
  - f) Melanjutkan program pemberdayaan harian seperti gotong royong, berkebun, dan kemandirian aktivitas fisik untuk menjaga harga diri dan fungsi lansia.
  - g) Memberikan perhatian khusus melalui pendekatan intervensi berbasis pasangan lansia, seperti konseling relasional atau terapi pasangan, mengingat hasil menunjukkan kualitas hidup lebih rendah pada kelompok lansia yang memiliki pasangan.

### 3. Puskesmas

- h) Menjadwalkan kunjungan rutin tim kesehatan jiwa (dokter, perawat jiwa, atau psikolog jika tersedia) ke panti sosial untuk pemeriksaan dan intervensi.
- i) Menyediakan pelatihan teknis bagi kader kesehatan panti sosial, khususnya dalam mengenali dan menangani gejala stres atau gangguan mental ringan.

- j) Mengintegrasikan data kesehatan lansia dari panti sosial ke dalam sistem informasi Puskesmas, untuk memudahkan monitoring dan tindak lanjut layanan.
- k) Meningkatkan peran promosi kesehatan dengan memasukkan topik kesehatan jiwa lansia dalam kegiatan penyuluhan rutin di Posyandu lansia atau forum masyarakat lainnya.
- l) Mendorong kolaborasi lintas program (promkes, lansia, kesehatan jiwa) dalam menyusun modul penyuluhan bersama yang sesuai dengan kebutuhan lansia panti.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Mengkaji faktor lain yang memengaruhi kualitas hidup lansia kualitas hidup lansia, seperti dukungan sosial, dukungan keluarga, riwayat penyakit kronis, serta dapat mengeksplorasi faktor psikologis lainnya seperti persepsi terhadap usia, harapan hidup, dan rasa kesepian.
- b) Meneliti efektivitas pendekatan pengasuh dalam memberikan dukungan psikososial bagi lansia di lingkungan panti sosial.
- c) Melakukan penelitian intervensi yang secara spesifik menguji efektivitas program manajemen stres dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, terutama mempertimbangkan hubungan signifikan antara *perceived stress* dengan kualitas hidup yang ditemukan dalam penelitian ini.
- d) Menerapkan pendekatan kualitatif dan *mixed methods* untuk pemahaman lebih holistik.