

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan *Self Efficacy* dengan Kejadian Depresi pada Lansia Yang Memiliki Penyakit Kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2025”, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan dari karakteristik lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang, diketahui bahwa hampir seluruh lansia berada pada rentang usia 60-74 tahun, yaitu sebanyak 88,6%. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan (62,9%). Pada karakteristik tingkat pendidikan terakhir, sebagian besar lansia (56,3%) memiliki tingkat pendidikan yang rendah. Dari segi status pernikahan, didapatkan hasil hampir seluruh lansia (73,8%) berstatus menikah. Sementara itu, berdasarkan riwayat penyakit yang diderita, didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki riwayat penyakit hipertensi (57,2%) dan hampir seluruh responden (72,5%) telah menderita penyakit kurang dari 5 tahun.
2. Sebagian besar lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki *self efficacy* yang rendah (55,0%), namun hampir setengahnya (45,0%) memiliki *self efficacy* yang tinggi.
3. Sebagian besar lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas teridentifikasi depresi (54,6%), sementara hampir setengahnya tidak teridentifikasi depresi (45,4%).

4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis di puskesmas andalas kota padang dengan nilai ($p=0,001$). Artinya, semakin rendah tingkat *self efficacy* lansia, maka semakin tinggi risiko mengalami depresi.

B. Saran

1. Bagi lansia dan keluarga

Diharapkan lansia dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya (*self efficacy*) melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial, spiritual, dan fisik seperti senam lansia, pengajian, atau komunitas lainnya. Diharapkan keluarga dapat mendukung dan mendampingi kegiatan sosial, spiritual maupun fisik yang diikuti lansia.

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat mengembangkan dan melanjutkan kegiatan posyandu lansia dengan menambahkan program yang mendorong lansia berbagi pengalaman serta melibatkan keluarga, guna meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam menghadapi berbagai situasi secara mandiri.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti selanjutnya, diharapkan peneliti dapat meneliti lebih lanjut terkait variabel *self efficacy* dengan menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, spiritualitas, atau strategi koping, serta mempertimbangkan desain penelitian kualitatif agar dapat

mengeksplorasi pengalaman subjektif lansia secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian juga bisa dilakukan di lokasi berbeda dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk memperluas generalisasi hasil.

