

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan tingkat kesepian dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Variabel kesepian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin menunjukkan rerata yaitu 48,13.
2. Variabel depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin menunjukkan rerata yaitu 17,58.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen (kesepian) dan variabel dependen (depresi), dengan arah hubungan korelasi positif, dengan tingkat kekuatan korelasi yang kuat ( $p=0,000$ ) dan koefisien korelasi spearman ( $r_s=0,689$ ), yang artinya semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi depresi pada lansia. Besaran sumbangan koefisien determinasi (R-square) pada penelitian ini adalah 0,475 yang berarti variabel independen (kesepian) memberikan kontribusi sebesar 47,5% terhadap depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

## B. Saran

### 1. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat meningkatkan interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya sebagai upaya pencegahan terhadap depresi. Partisipasi aktif dalam program atau kegiatan yang diselenggarakan oleh pihak panti, serta menjalin kebersamaan dengan teman sebaya untuk berinteraksi dan saling bertukar pikiran, dapat membantu menjaga kesehatan mental dan mengurangi perasaan kesepian.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan temuan dalam penelitian ini dapat menambah pemahaman yang lebih mendalam mengenai aspek kesepian dan depresi, sehingga dapat menjadi dasar dalam penerapan asuhan yang tepat dan kompeten. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan mampu membantu lansia dalam menghadapi berbagai permasalahan kesehatan yang dialami, khususnya yang berkaitan dengan kondisi psikologis.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan desain dan jenis penelitian yang berbeda. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk mengeksplorasi lebih mendalam faktor-faktor lain yang berperan dalam terjadinya depresi pada lansia, serta melakukan perbandingan tingkat

keseharian dan depresi antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal bersama keluarga

#### 4. Bagi Panti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan terkait keseharian dan depresi pada lansia, serta berbagai dampak yang dapat ditimbulkan akibat kondisi tersebut. Sebagai langkah intervensi, pihak panti disarankan untuk mengembangkan program yang bertujuan menurunkan tingkat keseharian dan depresi pada lansia, seperti penerapan relaksasi afirmasi positif guna membantu mengubah pola pikir negatif atau pesimistis, serta meningkatkan aktivitas dan interaksi sosial pada lansia.

