

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman tahun 2019” maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Lebih dari separuh (58,6%) lansia mengalami kecemasan sedang.
2. Lebih dari separuh (67,8%) lansia mengalami gangguan tidur.
3. Terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan tidur pada lansia di panti sosial tresna werdha sabai nan aluih sicincin kabupaten Padang Pariaman tahun 2019. ($p=0,001$)

B. Saran

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan bagi instansi pendidikan dalam hal ini jurusan keperawatan agar bisa menjadikan hasil ini sebagai salah satu referensi dalam bahan ajar keperawatan gerontik tentang Asuhan Keperawatan Terkait masalah gangguan tidur.

2. Bagi Peneliti Keperawatan

Diharakan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan hasil ini sebagai salah satu referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor yang berhubungan dengan gangguan tidur pada lansia di panti sosial Kabupaten Padang Pariaman dengan menggunakan faktor lainnya seperti dukungan sosial.

3. Bagi Pihak Yayasan Panti Sosial Tresna Werdha

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan bagi pengelola yayasan panti asuhan tresna werda untuk mengadakan screening pada lansia untuk menilai tingkat kecemasan dan gangguan tidur pada lansia secara rutin.

