

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2015 berdasarkan umur yaitu untuk lansia yang berumur 60-74 tahun sebanyak 27 lansia, sebanyak 25 lansia, sedangkan untuk lansia yang berumur lebih dari 90 tahun tidak ada. Berdasarkan jenis kelamin yaitu jenis kelamin laki- laki sebanyak 33 lansia, sedangkan untuk responden perempuan sebanyak 19 lansia. Karakteristik berdasarkan pendidikan lansia yaitu untuk yang tidak sekolah sebanyak 13 lansia, Sekolah Dasar (SD) sebanyak 21 lansia, Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 14 lansia, Sekolah Menengah Akhir sebanyak 4 lansia, tidak ada lansia yang pendidikan Perguruan Tinggi. Karakteristik berdasarkan berdasarkan sttus perkawinan lansia didapatkan hasil untuk lansia yang kawin sebanyak 10 lansia, lansia yang berstatus tidak kawin sebanyak 11 lansia dan untuk lansia yang status perkawinannya janda/duda sebanyak 31 lansia.
2. Sindroma depresi yang diderita pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2016 lebih dari separuh yaitu

35 lansia (67,3%) lansia mengalami depresi dan 17 lansia (32,7%) lansia tidak mengalami depresi

- Kejadian insomnia pada penelitian yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2016 diketahui mendapatkan hasil sebagian besar adalah ada kejadian insomnia yaitu skor KSBPJ *Insomnia Rating Scale* 11-24 sejumlah 28 lansia (80%).
- Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2015, yaitu hasil uji *Chi-Square* didapatkan data bahwa nilai signifikan ( $p$ ) yang besarnya 0,000, yang dibandingkan dengan  $\alpha=5\%$ , maka  $p<0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan antara tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2015.

## B. Saran

### 1. Pelayanan Keperawatan Pada Lansia

Diharapkan pada pegawai PSTW bekerja sama dengan institusi kesehatan yang ada, untuk dapat memberikan penyuluhan tentang bagaimana cara mencegah terjadinya depresi dan insomnia pada lansia dengan cara memberikan terapi musik dan melakukan senam otot agar lansia dapat rileks saat mau tidur.

## 2. Peningkatan Keilmuan Keperawatan Lansia

Bagi bidang akademik diharapkan menambah atau memperbanyak buku-buku referensi tentang insomnia pada lansia. Penelitian ini dapat dijadikan penelitian terkait atau sebagai data dasar untuk peneliti selanjutnya.

## 3. Bagi institusi Perguruan Tinggi

Diharapkan dapat memberikan tambahan referensi bagi institusi pendidikan keperawatan dalam mengembangkan ilmu keperawatan gerontik khususnya dalam hubungan dengan depresi dan kejadian insomnia pada lanjut usia.

