

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Karakteristik lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta yaitu berjenis kelamin responden perempuan 30 orang (63,8%), berusia 60-74 tahun 26 orang (55,36%), berpendidikan SD 30 orang (63,8%), dan berstatus Janda/duda 31 orang (66%).
2. Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta yang mengalami tingkat depresi ringan 34 orang (72,3%).
3. Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta yang mengalami tingkat depresi sedang 12 orang (25,5%)
4. Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta yang mengalami tingkat depresi berat 1 orang (2,1%).

B. Saran

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan penelitian tentang gambaran tingkat depresi lansia di BPSTW Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta, beberapa saran yang diajukan sebagai bahan pertimbangan adalah :

1. Bagi Lansia

Lansia hendaknya dapat menyesuaikan dengan perubahan fisik dan kesehatan yang terjadi sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya depresi.

2. Bagi Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha

Bagi lansia yang tinggal di panti diharapkan senantiasa berpikiran positif dan beradaptasi dengan segala perubahan yang terjadi. Lansia juga diharapkan mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh pihak panti sesuai dengan kemampuan masing-masing. Kegiatan yang seharusnya rutin diikuti lansia adalah senam pagi dan keagamaan, supaya dapat mencegah terjadinya depresi. Lalu bagi panti sebaiknya mengadakan kegiatan konseling sehingga lansia bisa mengungkapkan apa yang sedang dirasakan dan apa yang sedang dipikirkan. Dengan kegiatan tersebut diharapkan lansia yang sedang mengalami depresi tidak menanggung sendiri dan dapat menerima bantuan dari orang lain.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang akan datang hendaknya dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dan mengembangkannya, sehingga hasil dari penelitian dapat lebih spesifik. Selain itu peneliti yang akan datang diharapkan mampu menguasai kuesioner dalam bahasa jawa dikarenakan tidak semua lansia mengerti bahasa Indonesia.