

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden menurut usia terbanyak adalah usia lanjut/elderly (60-74 tahun) dengan persentase 96,7% pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol 83,3%. Sedangkan menurut jenis kelamin mayoritas perempuan dengan persentase 66,7% pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol 56,7%. Tingkat pendidikan terbanyak adalah SD dengan persentase 46,7% pada kelompok intervensi dan 66,7% pada kelompok kontrol. Mayoritas responden bekerja sebagai IRT dengan persentase 40% pada kelompok intervensi dan 43,3% pada kelompok kontrol. Selain itu, status pernikahan terbanyak pada kedua kelompok adalah menikah dan memiliki persentase yang sama yaitu 86,7%. Sedangkan dilihat dari status tempat tinggal pada kelompok intervensi mayoritas tinggal bersama anak/kerabat dengan persentase 96,7% dan pada kelompok kontrol seluruh responden tinggal bersama anak/kerabat.
2. Tingkat depresi pada lansia di Gamping sebelum diberikan terapi *aromatic footbath hydrotherapy* memiliki nilai rata-rata sebesar 4,57 dengan standar deviasi 2,128.
3. Tingkat depresi pada lansia di Gamping setelah diberikan terapi *aromatic footbath hydrotherapy* mengalami penurunan nilai rata-rata menjadi 2,87 dengan standar deviasi 1,279
4. Ada pengaruh terapi *aromatic footbath hydrotherapy* dengan tingkat depresi pada lansia di Gamping dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi lansia

Disarankan agar lansia memanfaatkan terapi *aromatic footbath hydrotherapy* dalam aktivitas sehari-hari untuk mengatasi stres dan depresi secara mandiri.

2. Bagi perawat

Disarankan agar perawat menggunakan *aromatic footbath hydrotherapy* sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam merawat klien, terutama lansia yang mengalami depresi.

3. Bagi peneliti lain

Disarankan penelitian selanjutnya dapat menggunakan instrumen penelitian lain sebagai alat ukur yang tepat untuk depresi pada lansia.

4. Bagi Posbindu Lansia

Disarankan agar menjadi program terapi baru sebagai skrining dan upaya kader untuk menurunkan masalah psikologis pada lansia yang dapat dilakukan secara mandiri.