

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan keaktifan lansia mengikuti posyandu lansia dengan tingkat depresi yang ditunjukkan dengan hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *p value* 0,000 ($p < 0,05$).
2. Sebagian besar responden di Dusun Polaman aktif mengikuti kunjungan posyandu lansia sebanyak 65 orang dengan persentase 87,8%.
3. Sebagian besar responden yang aktif mengikuti posyandu lansia tidak mengalami depresi.
4. Ada hubungan keaktifan lansia mengikuti posyandu lansia dengan tingkat depresi dengan keeratan hubungan kuat dengan interval koefisien 0,60-0,799.

B. Saran

1. Bagi Lansia

Lansia perlu meningkatkan aktifitas fisik dan interaksi sosial dengan salah satu cara yaitu mengikuti kegiatan posyandu lansia yang akan meningkatkan kebugaran dan dapat terjalinnya komunikasi antar lansia serta dapat menjadi strategi koping yang baik dalam menanggulangi depresi.

2. Bagi Kader Posyandu

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi kader dan petugas kesehatan serta diharapkan kader posyandu dan petugas kesehatan dapat meningkatkan kualitas posyandu dengan memfasilitasi dan mendukung semua kegiatan yang ada di posyandu lansia sehingga posyandu dapat berjalan sebagaimana yang diharapkan.

3. Bagi Institusi Kesehatan puskesmas

Bagi puskesmas sedayu diharapkan senantiasa dapat meningkatkan kegiatan-kegiatan rutin bagi lansia sehingga lansia bisa memanfaatkan kekosongan waktu yang ada dengan kegiatan bermanfaat dan tetap aktif walau usia lanjut, serta memberikan motivasi dan dukungan bagi lansia yang kurang aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu adanya penelitian lanjutan yang serupa dengan variabel penelitian yang lebih lengkap seperti meneliti secara mendalam tentang faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat depresi pada lansia.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANU
YOGYAKARTA