

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian analisis faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di PSTW Budi Mulia 3, dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Hasil penelitian mengindikasikan bahwa terdapat 21 lansia (27,3%) yang mengalami tingkat kesepian ringan, 23 lansia (29,9%) yang mengalami tingkat kesepian sedang, dan 33 lansia (42,9%) yang mengalami tingkat kesepian berat. Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian berat paling dominan di antara lansia di PSTW Budi Mulia 3.
- 2) Hasil dari penelitian responden berdasarkan kategori kemandirian lansia di PSTW Budi Mulia 3 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia perlu bantuan sesekali sebanyak 30 orang (39%), bantuan sepanjang waktu 23 orang (29,9%) dan dikerjakan oleh orang lain sebanyak 24 orang (31,2%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa lansia dengan kategori perlu bantuan sesekali sebanyak 30 orang (39%) menjadi terbanyak pada lansia di PSTW Budi Mulia.
- 3) Hasil penelitian didapatkan bahwa kategori kualitas hidup sedang kategori Kualitas hidup lansia di PSTW Budi Mulia 3 menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki kualitas hidup sedang sebanyak 65 orang (84,4%), kualitas hidup rendah sebanyak 11 orang (15,6%), serta tidak ada kualitas hidup tinggi, sempurna dan kematian. Artinya lansia yang

memiliki kualitas hidup sedang yang paling besar populasinya yaitu sebanyak 65 orang (84,4 %).

- 4) Pada hasil temuan data penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup dengan hasil P – value sebesar 0,007 (P –value < dari  $\alpha = 0,05$ ).
- 5) Pada hasil temuan data penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kemandirian dengan kualitas hidup dengan hasil P – value sebesar 0,009 (P –value < dari  $\alpha = 0,05$ ).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Responden**

Peneliti berharap agar responden dapat berpartisipasi secara aktif dalam berbagai kegiatan di panti, dengan tujuan untuk meningkatkan interaksi baik dengan lansia lainnya maupun dengan staf. Hal ini diharapkan dapat mengurangi perasaan kesepian yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka.

### **5.2.2 Bagi PSTW Budi Mulia 3**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi PSTW Budi Mulia 3 untuk melakukan edukasi dan motivasi kepada para lansia tentang pentingnya aktivitas fisik, sosial, kondisi lingkungan untuk lansia, seperti kegiatan terapi spiritual freedom technique ( SEFT).

### 5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya agar mencari variabel variable yang belum diteliti oleh penelitian seperti pengaruh motivasi, dukungan sosial dan lingkungan.

### 5.2.4 Bagi Universitas Nasional

Sebagai tempat mahasiswa menuntut ilmu, memegang peranan penting dalam perkembangan penyesuaian dan peningkatan prestasi mahasiswa, penelitian ini bisa menjadi referensi tambahan mata kuliah gerontik serta universitas bisa menjadikan PSTW sebagai salah satu lokasi praktikum dalam proses belajar mengajar.

