

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa lansia binaan Panti Werda Beringin di Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo sebagian besar mengalami depresi, dengan kategori tingkat depresi ringan sebanyak 12 responden (27.9%), depresi sedang sebanyak 8 responden (18.6%), depresi berat sebanyak 6 responden (14.0%). Sedangkan lansia yang tidak mengalami depresi sebanyak 17 responden (39.5%).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi lansia

Penelitian ini dapat menjadi pelajaran penting untuk meningkatkan dan menjaga status kesehatan dalam mengatasi depresi. Peneliti sangat menyarankan bagi lansia untuk dapat untuk dapat melakukan pencegahan terhadap depresi dengan melakukan olahraga untuk mengubah pola hidup sehat, terutama bagi lansia yang mengalami depresi peneliti sangat menyarankan agar dapat melakukan penanganan dengan melakukan perubahan pola hidup, menganjurkan terapi psikologi dengan melakukan terapi interpersonal, konseling kelompok dan dukungan sosial, terapi humor, terapi kognitif (CBT), serta melakukan pengobatan dengan berkonsultasi dengan dokter kejiwaan/psikiater.

2. Bagi panti werda beringin limboto

Penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pemberian informasi tentang tingkat depresi pada lansia dan menjadi pedoman dalam membantu lansia menghadapi masalah mental. Peneliti sangat menyarankan bagi pihak panti werda beringin limboto untuk dapat melakukan penanganan maupun pencegahan depresi pada lansia yaitu dengan melakukan perubahan pola hidup sehat dengan cara berolahraga dan terutama menganjurkan lansia untuk melakukan terapi aktivitas kelompok yang diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu alternatif upaya dalam menurunkan dan mencegah tingkat depresi pada lansia.

3. Bagi institusi

Kiranya penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber bahan ajar rujukan terutama mengenai masalah kejiwaan tingkat depresi lansia khususnya mengenai cara pencegahan dan penanganan terkait gangguan depresi.

4. Bagi instansi profesi keperawatan

Kiranya penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi khususnya terkait dalam bidang gerontik dan keperawatan jiwa tentang masalah depresi pada lansia. Dalam penelitian ini juga menunjukkan sebagian besar lansia mengalami depresi, maka saran peneliti kiranya hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk memberikan asuhan keperawatan dalam menangani gangguan depresi pada lansia.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini, peneliti menganggap masih banyak pertimbangan yang perlu untuk dilakukan, terutama ada beberapa gangguan mental lainnya yang menurut peneliti penting untuk diteliti, seperti tingkat stres, tingkat kecemasan, dan masalah gangguan mental lainnya yang belum peneliti masukkan dalam variabel penelitian. Kemudian juga di hasil penelitian diperoleh sebagian besar responden mengalami depresi baik depresi ringan, sedang, dan berat. Peneliti sangat menyarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian terkait faktor-faktor resiko yang berhubungan dengan depresi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. 2018. Permasalahan yang Dialami Lansia dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. 2(2):95.
- Ayuni, DQ. 2018. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Marunggi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 7(2):135.
- Badan Pusat Statistik. 2020. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial. Jakarta.
- Bandiyah, S. 2015. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*, Jakarta: Nuha Medika.
- Candra, R.A. Atika., E. Rahayu., dan M. Sumarwati. 2016. Hubungan Antara Harga Diri dengan Pencapaian Successful Aging Pada Lansia Wanita di Desa Karang Tengah. *Jurnal Kemas Indonesia*. 8(2):16-26.
- Darmawan, MD. 2016. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia yang Tinggal di Panti Griya Sehat Bahagia Palur Karangayar. *Naskah Publikasi*. Program Studi Strata 1 Universitas Muhammadiyah. Surakarta.
- _____. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Dewi, SR. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Dirgayunita, A. 2016. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganannya. *Journal Annafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*. 1(1):1-12.
- Doli, D. 2016. *Metode Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Paper Plane.
- Efendi. 2013. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fauziyah, N., K. Simamora., S. Ningrum, dan Salamiah. 2020. Faktor-Faktor Penunjang Kebahagiaan pada Lanjut Usia. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. 1(1):26-27.
- Firmansyah, S, dan N. Tadjudin. 2020. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Budi Pertiwi Bandung. *Tarumanagara Medical Journal*. 3(1): 206.
- Handayani, R, dan E. Oktaviani. 2018. Hubungan Spiritualitas dengan Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin. *Jurnal Endurance*. 3(1):104.

- Hegner. 2011. *Asuhan Keperawatan: Suatu Pendekatan Proses Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Herawati, N., dan Deharnita. 2019. Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 7(2):187.
- Ilham. 2013. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Depresi Lansia Di Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kab Sukoharjo. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kaunang, VD., A. Buanasari, dan V. Kallo. 2019. Gambaran Tingkat Stres pada Lansia. *e-journal Keperawatan (e-Kp)*. 7(2):19.
- Kemkes RI. 2015. *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa*. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Kemkes RI. 2019. *Indonesia Masuki Periode Aging Population*. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Kholifah, SN. 2016. *Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.
- Lubis, NL. 2016. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Manoppo, M.L., H. Wungouw., dan V.D. Kallo. 2017. Hubungan Status Bekerja dengan Tingkat Depresi Lanjut Usia di Jemaat GMIM Kyrios Kawiley Kecamatan Kauditan Minahasa Utara. *e-Journal Keperawatan*. 5(1):3
- Marsasina, A. dan A. Fitrikasari. 2016. Gambaran dan Hubungan Tingkat Depresi Dengan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pada Pasien Rawat Jalan Puskesmas Halmahera Semarang. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 5(4): 448.
- Monika. 2015. Perbedaan Tingkat Depresi Antara Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Dharma Bhakti dan yang Bersama Keluarga. *Naskah Publikasi*. Fakultas Kedokteran. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Muhith, A. dan S. Siyoto. 2016. *Konsep Dasar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Mutiara, A., Amelia. R, dan Nurdiana, D. 2019. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguak Kabupaten 50 Kota Payakumbuh. *Health & Medical Journal*. 1(2):13.
- Narullita, D. 2017. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri Rendah Lansia di Kabupaten Bungo. *Jurnal Endurance*. 2(3): 355.

- Narullita, D., dan E. Yuniati. 2020. Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Kab. Bungo. *Scientia Journal*. 9(2):125.
- Notoadmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- _____. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Novayanti, PE., M. Adi, dan R. Widyastuti. 2020. Tingkat Depresi Lansia yang Tinggal di Panti Sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 8(2):118-119.
- Novria, Wike. 2019. Hubungan Harga Diri dengan Depresi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Andalas. Padang.
- Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian dan Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pae, Kristina. 2017. Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha dan yang Tinggal di Rumah Bersama Keluarga. *Jurnal Ners Lentera*. 5(1):23-25.
- PH. Livana., Y. Susanti., L. Darwati., dan R. Anggraeni. 2018. Gambaran Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*. 4(4):83.
- Prabhaswari, L., dan N. Putu Ariastuti. 2015. Gambaran Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Petang 1 Kabupaten Badung Bali. *Jurnal Sains Medis*. 7(1):49-51.
- Prasasya, N.P. 2016. Hubungan Antara Faktor Demografi Dengan Depresi pada Penderita Hipertensi di Kabupaten Gunungkidul DIY. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Dokter. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Pratiwi, Ayu. 2020. Hubungan Interaksi Sosial dengan Depresi pada Lansia di RW 10 Pondok Sejahtera Kuta Baru Tangerang. *Jurnal Surya*. 12(2):61.
- Prinadiyanty, DN. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Depresi pada Lansia di Puskesmas Padang Bulan. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan. Universitas Sumatera Utara.
- Puspita, N.P., W. Westa., dan N. Ratep. 2014. Prevalensi dan Faktor Resiko Depresi Pada Lansia di Desa Selulung Kecamatan Kintamani Kabupaten

- Bangli. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Dokter. Universitas Udayana. Bali.
- Rahman, Syahnur. 2016. *Faktor-faktor yang Mendasari Stres pada Lansia*. 2-6.
- Rohmah, Siti. 2018. Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Islam Universitas Intan Lampung.
- Rohmawati, Wahyu Nur. 2017. Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Kesepian dan Depresi Pada Lansia. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. Yogyakarta.
- Samper, T., O.R. Pinontoan., dan M.E. Katuuk. 2017. Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. *e-Journal Keperawatan (e-KP)*. 5(1):2.
- Santoso, E. dan P. Tjhin. 2018. Perbandingan Tingkat Stres pada Lansia di Panti Werdha dan di Keluarga. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*. 1(1):27-28.
- Sari, K. 2012. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Budi Mulia. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Keperawatan.
- Setiawan, H., dan N. Amalia. 2019. Hubungan Antara Lingkungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. *Borneo Student Research*, 290.
- Shafa, GN., E. Nurhayati, dan RA. Indriyanti. 2016. Hubungan Antara Usia dan Jenis Kelamin dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Jompo Kabupaten Karawang Jawa Barat. *Jurnal Prosiding Pendidikan Dokter*. 2(2):626.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: CV. Alfabeta.
- _____. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Uraningsari, F., dan M. Djalali. 2016. Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan pada Lanjut Usia. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 5(1):15-16.
- Widani, NN. 2017. Identifikasi Kondisi Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. *Karya Tulis Ilmiah*. Jurusan Keperawatan. Politeknik Kesehatan Kendari.

- Widianingrum, S. 2016. Gambaran Umum Karakteristik Lansia dengan Depresi di Panti Wilayah Kota Semarang. *Skripsi*. Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro. Semarang.
- World Health Organization (WHO). 2017. *Depression and Other Common Mental Disorders*. Global Health Estimates. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1>. 16 Maret 2021. (14:47).
- World Health Organization (WHO). 2019. *Decade Of Healthy Ageing 2020-2030*. https://www.who.int/docs/default-source/documents/decade-of-health-ageing/decade-ageing-proposal-en.pdf?Status=Temp&sfvrsn=b0a7b5b1_12. 16 Maret 2021. (14:25).
- World Population Ageing. 2017. *Population ageing and sustainable development*. Department Of Economic and Social Affairs. New York.
- Wulandari, D., dan Estiningtyas. 2020. Gambaran Kejadian Depresi Lansia di Panti Werdha Dharma Bhakti Surakarta. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*. 10(1):15-16.
- Wulandari, S. 2018. Hubungan Kepuasan Hidup dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia. *Skripsi*. Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Media. Jombang.