

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat kesepian dengan tingkat kecemasan pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026 memiliki tingkat kesepian kategori kesepian berat yaitu sebanyak 41 responden (41,4%).
2. Sebagian besar lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026 memiliki tingkat kecemasan kategori cemas sangat berat yaitu sebanyak 50 responden (50,5%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan tingkat kecemasan pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026. Hasil uji Spearman diperoleh nilai koefisien korelasi (r_s)= 0,966 dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami lansia maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan..

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Belimbing Kota Padang

Diharapkan kepada pihak Puskesmas Belimbing Kota Padang dapat meningkatkan program pelayanan kesehatan lansia melalui kegiatan promotif dan preventif yang berfokus pada kesehatan mental lansia. Petugas kesehatan diharapkan lebih aktif memberikan edukasi mengenai

pentingnya interaksi sosial, dukungan keluarga, serta deteksi dini masalah psikologis seperti kesepian dan kecemasan. Selain itu, kegiatan Posyandu Lansia, senam lansia, kelompok dukungan sosial, dan kegiatan penyuluhan kesehatan perlu ditingkatkan guna membantu lansia mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

2. Bagi Lansia dan Keluarga

Diharapkan lansia dapat lebih aktif mengikuti kegiatan sosial, keagamaan, maupun kegiatan kemasyarakatan yang tersedia di lingkungan tempat tinggalnya. Keluarga juga diharapkan dapat memberikan perhatian, dukungan emosional, dan meluangkan waktu untuk berkomunikasi dengan lansia sehingga dapat mengurangi perasaan kesepian dan mencegah munculnya kecemasan yang berlebihan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi ilmiah dan bahan pembelajaran mengenai kesehatan mental lansia, khususnya terkait hubungan tingkat kesepian dengan tingkat kecemasan. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam pengembangan ilmu keperawatan gerontik dan kesehatan masyarakat.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti dalam menerapkan ilmu metodologi penelitian, khususnya mengenai penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional serta analisis hubungan menggunakan Uji Spearman.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan perbandingan bagi penelitian selanjutnya. Peneliti berikutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, wilayah penelitian yang lebih luas, atau menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kesehatan mental lansia seperti dukungan keluarga, kualitas hidup, depresi, aktivitas sosial, status kesehatan, dan kualitas tidur sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

