

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesehatan mental lansia berada pada beberapa kategori. Sebanyak 71% atau 20 lansia kesehatan mentalnya berada dalam kategori sedang, sebanyak 29% atau delapan lansia kesehatan mentalnya berada dalam kategori rendah, dan tidak ada sama sekali lansia yang berada dalam kategori tinggi. Jika ditinjau dari karakteristik lansia itu sendiri, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ditinjau dari segi usia. Dengan total 26 lansia yang berusia di antara 60-74 tahun, 19 lansia di antaranya berada di kategori kesehatan mental sedang, dan tujuh di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah. Sedangkan dua lansia yang berusia di antara 75-90 tahun, satu lansia berada di kategori kesehatan mental rendah dan satu lansia lainnya berada di kategori kesehatan mental sedang.
2. Ditinjau dari segi jenis kelamin. Dengan total 17 lansia wanita, lima di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah dan 12 di antaranya berada di kategori kesehatan mental sedang. Sedangkan pada 11 lansia pria, tiga di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah dan 8 lansia pria lainnya berada di kategori kesehatan mental sedang.
3. Ditinjau dari status sosial. Dengan total 12 lansia yang cerai mati/hidup (janda atau duda), dua di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah dan 10 sisanya berada di kategori kesehatan mental sedang. Total 16 lansia yang masih menikah, enam di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah, sedangkan 10 lainnya berada di kategori kesehatan mental sedang.
4. Ditinjau dari tempat tinggalnya. Sebanyak 13 lansia yang tinggal bersama dengan anak, 10 di antaranya berada di kategori kesehatan mental sedang, sedangkan 3 lainnya berada di kategori kesehatan mental rendah. Sebanyak 10 lansia yang tinggal bersama pasangan saja (berdua saja), empat di antaranya berada di kategori kesehatan mental rendah dan enam di antaranya berada di

kategori kesehatan mental sedang. Sedangkan lima lansia yang tinggal sendirian, empat lansia berada di kategori kesehatan mental sedang dan hanya 1 lansia yang berada di kategori kesehatan mental rendah.

## **5.2.Saran**

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk dapat diperbaiki lagi, yakni:

### **1. Bagi lansia**

Para lansia diharapkan untuk dapat meningkatkan kesehatan mental dengan terus melakukan aktivitas-aktivitas yang telah dilakukannya baik di dalam keluarga atau pun dengan lingkungan sekitar.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini dapat dikembangkan dengan memperluas populasi atau menjadikan penelitian kualitatif sehingga akan memperdalam kajian akan kesehatan mental para lansia di Madiun.

### **3. Pemerintah Kota Madiun**

Program posyandu lansia dapat dilaksanakan merata di setiap kelurahan. Berdasarkan data yang diperoleh, tidak semua kelurahan memiliki posyandu lansia. Posyandu lansia akan sangat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan mental para lansia.

## **5.3. Rencana Tindak Lanjut**

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti merencanakan beberapa tindak lanjut. Adapun rencana tindak lanjut tersebut adalah:

- 1. Peningkatan kegiatan Posyandu Lansia di kelurahan-kelurahan di Madiun.**  
Berdasarkan informasi dari para responden lansia, beberapa posyandu lansia di kelurahan di Madiun sudah lama tidak aktif sehingga kegiatan untuk para lansia masih minim.
- 2. Penelitian lanjutan untuk studi literasi terkait faktor-faktor yang mempengaruhi**

kesehatan mental lansia.

Penelitian lanjutan berupa studi pembuatan modul psikoedukasi kesehatan mental lansia. Penelitian ini bertujuan sebagai panduan bagi para lansia dan para pendamping lansia dalam meningkatkan kesehatan mental lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andesty, D., & Syahrul, F. (2019). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Unit Pelayanan Terpadu (Uptd) Griya Werdha Kota Surabaya Tahun 2017. *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(2), 171. <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i2.2018.171-182>
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Avci, D., Selcuk, K. T., & Dogan, S. (2017). Suicide Risk in the Hospitalized Elderly in Turkey and Affecting Factors. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(1), 55–61. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.08.002>
- Bassett, S.S., Folstein M.F. (1993). *Memory complaint, memory performance, and psychiatric diagnosis: a community study*. *J Geriatr Psychiatry Neurol*, 6:105– 111
- Celik, S. S., Celik, Y., Hikmet, N., & Khan, M. M. (2018). Factors Affecting Life Satisfaction of Older Adults in Turkey. *International Journal of Aging and Human Development*, 87(4), 392–414. <https://doi.org/10.1177/0091415017740677>
- Eliopoulos, C. (2003). *Gerontological nursing sixth edition*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins
- Hartanti, A.A.S. (2019). *Hubungan Status Emosional Dengan Kesehatan Fisik Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember*. Universitas Muhammadiyah Jember
- Idaini, S., S & Kristanto, A.Y., (2009). Analisis Gejala Gangguan Mental Emosional Penduduk Indoneisa. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 59, pp.473-79
- Indrayani & Ronoatmodjo, S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 2018: 69-78 DOI: 10.22435/kespro.v9i1.892.69-78
- Kartono, K. (2003). *Kesehatan Mental heygiene (Kesehtan Mental)*. Bandung
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Lestari, A., & Hartati, N. (2017). Hubungan Self Efficacy Dengan Subjective Well Being Pada Lansia Yang Tinggal Di Rumahnya Sendiri. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* Vol. 7, Issue 1. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/6603>

- Marmer, W. P. (2011). *Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being ) Lansia - Studi Kualitatif Pada Lansia di Persekutuan Lansia Gereja Kristen Indonesia Bromo Malang*. Skripsi. Universitas Airlangga Surabaya.
- Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati, Jubaedi, A., Batubara, I. (2011). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika
- NIH. (2006) *The Search For Alzheimers's Disease Preventive Strategis*. America.
- Notosoedirjo & Latipun. (2005). *Kesehatan Mental, Konsep dan Penerapan*. UMM Presc, Malang
- O, Y. M., & El Fakiri, F. (2015). Gender differences in risk factors for single and recurrent falls among the community-dwelling elderly. *SAGE Open*, 5(3), 215824401560204. <https://doi.org/10.1177/2158244015602045>
- Pieper, J. & Uden, M. V.,(2006) *Religion in Coping and Mental Health Care*. New York: University Press.
- Raharjo, S.T. & Budiarti, M. (2016). *Kesehatan Mental*. Bandung: Unpad Press.
- Rama, B. (2016) Makna Hidup Dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia Di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinde. *Journal Psikologi*, Vol. 4, No. 4.
- Risdianto. (2009). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Desa Kembang Kuning Cepogo Boyolali*. Skripsi Fakultas Muhammadiyah Surakarta.
- Rumawas, M. E. (2021). Pengukuran Kualitas Hidup Sebagai indikator status Kesehatan Komprehensif Pada individu Lanjut Usia. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, 1(1), 71. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v1i1.12088>
- Salim, O. C. (2007). Validitas dan reliabilitas World Health Organization Kualitas hidup-BREF untuk mengukur kualitas hidup lanjut usia. *Universa Medicina*, Vo. 26, No. 1.
- Sahin, E., Topkaya, N., Gencoglu, C., & Ersanlı, E. (2018). Prevalence and Correlates of Hopelessness among Turkish Elderly People Living with Family or in Nursing Homes. *Societies*, 8(2), 39. <https://doi.org/10.3390/soc8020039>
- Sampelan, I., Kundre, R., & Lolong, J. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari Di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 108296.
- Santrock, J. (2006). *Perkembangan Masa Hidup Life Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Sias. (2006). *Kesehatan Mental dan Terapi Psikologis*. Jakarta: Ruhama
- Simanjuntak, L. & Sulistyaningsih, W. (2019). Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Lansia Ditinjau Dari Bentuk Dukungan Teman Sebaya. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 13. 59-73. [10.32734/psikologia.v13i2.2268](https://doi.org/10.32734/psikologia.v13i2.2268).

- Tarbiyati, A. K., Soewandi, dan Sumarni. (2004). *Hubungan Antara Insomnia Dan Depresi Lanjut Usia Di Kecamatan Margangsan Yogyakarta*. TidakDipublikasikan. Tesis. Yogyakarta: FK UGM
- Utami, N. D. (2010). *Gambaran Psychological Well Being pada Individu Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Werdha*. Di ambil dari: <ftp.gunadarma.ac.id>
- Videbeck, S. L., (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- WHO. (1997). *WHOOOL Measuring Quality of Life*  
[https://www.who.int/mental\\_health/media/68.pdf](https://www.who.int/mental_health/media/68.pdf)
- WHO. (n.d.). *Ageing and Life Course*. Diakses 20 Agustus 2018, dari <http://www.who.int/ageing/en/>
- Yuliana. (2020). Menjaga Kesehatan Mental Lansia Selama Pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional Biologi Di Era Pandemi COVID-19*, 6(1), 8. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb/>