

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari penelitian ini, dapat diambil beberapa kesimpulan mengenai hubungan antara dukungan sosial dan tingkat depresi pada orang lanjut usia di komunitas, yaitu sebagai berikut :

1. Prevalensi depresi pada lansia di komunitas pada penelitian ini adalah 31,15%.
2. Sebagian besar lansia di komunitas pada penelitian ini memperoleh dukungan sosial kurang/ rendah.
3. Sebagian besar lansia di komunitas pada penelitian ini tidak mengalami depresi.
4. Dukungan sosial yang baik dapat mengurangi angka terjadinya depresi pada lansia.

B. Saran

1. Bagi Lansia dan Masyarakat

Mengingat terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat depresi pada lansia, maka sangat penting bagi orang-orang lansia untuk memperoleh dukungan sosial dari keluarga terdekatnya maupun di komunitasnya untuk mencegah terjadinya

depresi ketika memasuki usia lanjut. Sedangkan untuk masyarakat, diharapkan dapat membangun suatu *support system* di komunitasnya secara swadaya sehingga bisa memberikan dukungan sosial yang baik kepada para lansia di lingkungannya yang mungkin belum/ tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari keluarganya untuk mencegah terjadinya depresi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya dan Pengembangan Ilmu Kedokteran

Untuk peneliti selanjutnya mungkin perlu melakukan penelitian lebih lanjut tentang topik ini dengan desain penelitian yang lebih baik dan sampel penelitian yang lebih besar. Selain itu perbandingan hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di daerah perkotaan dan pedesaan serta faktor-faktor yang berhubungan dengan depresi pada lansia juga perlu diteliti lebih lanjut. Hal tersebut bisa terus menambah dan memperkaya bukti ilmiah terkait topik tersebut.