

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di posyandu lansia dusun Karangjati Sleman Yogyakarta dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil analisis dengan menggunakan uji *chi square* antara dukungan keluarga dan insomnia pada lansia didapatkan hasil yang signifikan *p-value* sebesar 0.001 ($p\text{-value} < 0.05$) yang artinya bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan insomnia pada lansia di posyandu lansia dusun Karangjati Sleman Yogyakarta. Arah hubungan yang positif dapat dinilai dari Coefficient Contingency sebesar + 0,535 atau 53,5%, sehingga dapat dikatakan bahwa peranan dukungan keluarga dalam mempengaruhi terjadinya insomnia pada lansia di posyandu lansia dusun Karangjati, Sleman, Yogyakarta, sedangkan sisanya sebesar 46, 5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.
2. Sebagian besar Dukungan keluarga pada lansia di posyandu laansia dusun Karangjati Sleman adalah tinggi sebanyak 22 responden (62.9%).
3. Sebagian besar lansia mengalami insomnia di posyandu lansia dusun Karangjati Sleman sebanyak 19 responden (54.3%).

B. Saran

Berdasarkan penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi keluarga diharapkan memberikan perluasan pemahaman mengenai perubahan-perubahan yang terjadi pada lanjut usia.
2. Bagi tenaga kesehatan diharapkan untuk memberikan perhatian lebih terhadap kejadian insomnia pada lansia baik dalam hal promotif, preventif, kuratif maupun rehabilitatif.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini seperti menghadirkan keluarga dalam ikut serta saat proses penelitian kepada lansia.