

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara insomnia dengan kualitas hidup pada domain 1 (kesehatan fisik), domain 2 (kesehatan psikologis), domain 3 (hubungan sosial), domain 4 (lingkungan) pada lansia di PSTW Budi Luhur Unit Kasongan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

B. Saran

1. Keluarga, masyarakat, dan pemerintah harus memperhatikan kesehatan lansia, baik kesehatan fisik maupun psikis, seperti meningkatkan pelayanan kesehatan bagi lansia (misal posyandu lansia).
2. Diperlukan penelitian lanjutan dengan metode penelitian yang berbeda dengan metode penelitian pada penelitian ini.
3. Diperlukan penelitian lanjutan dengan jumlah populasi penelitian yang lebih besar dan kriteria inklusi yang lebih luas sehingga hasil perhitungan dapat lebih mendetail.
4. Diperlukan penelitian serupa dengan instrumen penelitian yang berbeda sehingga dapat membandingkan perbedaan hasil perhitungan dengan pengukuran skor kualitas hidup menggunakan *WHO Quality of Life-Bref Questioner*.

5. Dapat melakukan penilaian kualitas hidup dihubungkan dengan faktor tentang kondisi hubungan dan keharmonisan, serta kondisi lingkungan dimana lansia tinggal.
6. Dapat dilakukan lagi penelitian serupa dengan memasukkan faktor pekerjaan dan riwayat sekolah serta kondisi kesehatan fisik yang dimiliki agar terlihat pengaruhnya terhadap skor kualitas hidup lansia.