

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari analisa data secara statistik didapatkan tiga pernyataan yaitu :

1. Pada kelompok kontrol dinyatakan H_0 ditolak, H_1 diterima dengan nilai $p = .002$ sehingga dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang bermakna penurunan rata-rata skor depresi antara lansia pada kelompok kontrol.
2. Pada kelompok intervensi dinyatakan H_1 ditolak, H_0 diterima dengan nilai $p = .914$ sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna penurunan rata-rata skor depresi lansia pada kelompok intervensi.
3. Pada perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi nilai $p = .033$ sehingga dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang bermakna penurunan rata-rata skor depresi lansia pada kelompok kontrol dibandingkan kelompok yang diberikan intervensi.

Berdasarkan dari pernyataan-pernyataan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan bermain kurang efektif terhadap penurunan skor depresi pada lansia di daerah paska bencana khususnya di Huntap Dusun Kaliadem, Desa Kepuharjo, Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

B. Saran

Berdasar hasil penelitian dan pembahasan maka ada beberapa saran yang perlu disampaikan, yaitu :

1. Bagi Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi bermain terhadap penurunan skor depresi namun hasilnya tidak signifikan sehingga penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sebagai acuan dalam mengembangkan penelitian yang serupa selanjutnya.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Perlunya melakukan penelitian lebih jauh lagi terkait efektivitas kegiatan bermain terhadap penurunan skor depresi lansia paska bencana atau mencari upaya-upaya lain yang lebih signifikan terhadap penurunan skor kecemasan lansia paska bencana.

3. Hunian tetap

Dapat menjadikan program kegiatan bermain (*play activity*) sebagai salah satu upaya untuk menurunkan skor depresi.

4. Bagi responden

Bagi responden diharapkan untuk selalu melakukan kegiatan yang hampir sama dengan kegiatan bermain sehingga mampu menurunkan skor depresi itu sendiri.

5. Bagi keluarga

Keluarga diharapkan mampu memberi dukungan psikologis kepada responden karena keluarga merupakan orang yang paling dekat dengan responden.

6. Bagi peneliti lain

Diharapkan mampu untuk meneruskan dan mengembangkan penelitian ini, tidak hanya pada lansia pasca bencana tetapi juga lansia yang lainnya supaya angka harapan hidup lansia meningkat dikarenakan kegiatan ini tidak memerlukan biaya yang besar dan sangat mudah dilakukan di mana saja dan kapan saja.