

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Gambaran umur atau usia responden adalah lansia dengan usia minimal 60 tahun dan usia maksimal 98 tahun dengan rata-rata usia 70 tahun.
2. Gambaran responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 20 responden (43,2%) dan responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 26 responden (56,5%).
3. Gambaran pendidikan responden sebagian besar berpendidikan Sekolah Dasar (SD) dengan jumlah sebanyak 34 responden (73,9%).
4. Gambaran pekerjaan responden sebagian besar responden tidak bekerja dengan jumlah sebanyak 25 responden (54,3%).
5. Gambaran tingkat kecemasan yang dialami responden sebagian besar adalah responden dengan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 16 responden (34,8%).

B. Saran

1. Bagi Lansia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian responden mengalami kecemasan ringan, dengan begitu kemungkinan untuk menurunkan kecemasan yang dialami lansia lebih mudah. Jika terjadi kecemasan lansia dapat membantu meringankan kecemasan dengan cara rileksasi, atau melakukan aktivitas yang disenangi.

2. Bagi Posyandu Lansia

Saat ini kasus Covid-19 masih tinggi posyandu lansia perlu melakukan adanya aktivitas untuk membantu meringankan kecemasan yang dialami oleh sebagian lansia. Dapat dilakukan dengan cara melakukan senam lansia atau kegiatan lain, dan tetap menerapkan protocol kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan dan memberikan informasi yang lebih banyak lagi dengan metode atau variable yang berbeda yang berkaitan dengan tingkat kecemasan pada lansia.