

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Perbedaan Koping Terhadap Stres Lansia Yang Tinggal Di Pedukuhan Kajen Bersama Keluarga Dengan Yang Tinggal di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur”, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa proporsi lansia yang memiliki koping adaptif terhadap stres lebih tinggi pada lansia yang tinggal di Pedukuhan Kajen bersama keluarga (82%) dibandingkan pada lansia yang tinggal di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur (51,6%). Sebaliknya proporsi untuk mekanisme koping yang maladaptif lebih tinggi pada lansia yang tinggal PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur (48,4%) dibandingkan pada lansia yang tinggal di Pedukuhan Kajen bersama keluarga (18%). Hasil pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan terdapat perbedaan proporsi koping adaptif dan maladaptif terhadap stres lansia yang tinggal di Pedukuhan Kajen bersama keluarga dengan yang tinggal di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Bagi Instansi Pendidikan

Instansi pendidikan khususnya yang mendidik para perawat, hendaknya calon perawat dibekali dengan ilmu dan kemampuan yang berguna untuk meningkatkan motivasi lansia dalam menjalani

kehidupannya, sehingga lansia dapat hidup secara harmonis dengan keluarga dan masyarakat.

2. Bagi Lansia

Lansia yang tinggal di panti sosial hendaknya mengisi kekosongan waktu yang ada dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh pengelola panti maupun berinteraksi dengan orang sekitar, karena hal tersebut dirasakan penting untuk mengurangi rasa bosan lansia. Sedangkan lansia yang tinggal bersama keluarga senantiasa menjaga hubungan yang harmonis dengan keluarga maupun lingkungan sekitar.

3. Bagi Petugas PSTW

Petugas PSTW senantiasa mengadakan kegiatan-kegiatan rutin bagi lansia sehingga lansia bisa memanfaatkan kekosongan waktu yang ada dengan kegiatan bermanfaat dan tetap aktif walau usia lanjut. Serta memberikan motivasi dan dukungan bagi lansia yang kurang aktif mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan. Selain itu hendaknya memperhatikan faktor lingkungan dimana mengupayakan lingkungan panti yang nyaman.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian mengenai mekanisme coping pada lansia hendaknya untuk meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi coping lansia terhadap stres secara lebih mendalam agar diketahui faktor yang paling berpengaruh. Sehingga pelayanan keperawatan untuk ke depannya bisa terus ditingkatkan.