

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Adaptasi Lingkungan Baru dengan Tingkat Stres Pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali dan UPTD Griya Werdha Surabaya dapat dikemukakan simpulan dan saran sebagai berikut:

5.1 Kesimpulan

1. Adaptasi lingkungan baru lansia yang tinggal di panti Tresna Werdha Hargo Dedali dan UPTD Griya Werdha Surabaya sebagian besar tidak mampu beradaptasi (57%)
2. Tingkat stres lansia yang tinggal di panti Tresna Werdha Hargo Dedali dan UPTD Griya Werdha Surabaya sebagian besar mengalami stres berat (60%)
3. Terdapat hubungan signifikan antara adaptasi lingkungan baru dengan tingkat stres pada lansia di panti Tresna Werdha Hargo Dedali dan UPTD Griya Werdha Surabaya $p=0,0001 < \alpha=0,05$

5.2 Saran

1. Bagi lansia

Agar dapat meningkatkan semangat hidup yang tinggi dan pemahaman tentang pengetahuan stres sehingga diharapkan dapat menurunkan tingkat stres

2. Bagi keluarga

Agar dapat digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman keluarga dalam memberikan dukungan informatif, instrumental, penghargaan dan emosional kepada lansia agar tidak terjadi stres

3. Bagi panti

Agar dapat memberikan masukan pada institusi kesehatan atau panti bagaimana cara menanggulangi dan mengatasi stres pada lansia.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama diharapkan untuk menyempurnakan penelitian ini dengan mengembangkan tingkat stres pada lansia dengan memperbanyak jumlah sampel, menghubungkan tingkat stres dengan faktor lain seperti lingkungan sosial, kondisi ekonomi, dan lain lain.

