

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian evaluasi pelaksanaan spiritual untuk menurunkan ansietas pada lansia yang dilakukan di UPTD Griya Werdha Surabaya dikemukakan kesimpulan dan saran sebagai berikut :

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Pelaksanaan spiritual yang lebih banyak dilakukan di UPTD Griya Werdha Surabaya antara lain shalat sebesar 50%, berdoa 100%, sedangkan aktivitasnya spiritual lainnya seperti puasa, mengaji, dan diba'an hanya dilakukan sesekali dan hanya beberapa lansia yang melakukannya.
2. Kedua responden tersebut sama-sama melaksanakan spiritual sesuai dengan agama Islam, meskipun pada responden pertama hanya melakukan shalat wajib saja (5 waktu), sedangkan responden kedua melaksanakan shalat wajib (5 waktu) dan shalat sunnah. Pelaksanaan aktivitas oleh Tn.K dan Ny.M lebih sering melaksanakan spiritual seperti shalat, berdoa dan berdzikir, Ny.S kadang-kadang membaca al-Qur'an, dan berpuasa sunnah, sedangkan Tn.K tidak pernah membaca al-Qur'an dan hanya puasa Ramadhan.
3. Tingkat kecemasan pada Ny.S dan Tn.K setelah melaksanakan aktivitas spiritual mengalami penurunan dari kecemasan sedang (24) menjadi kecemasan ringan (18) dan juga sebaliknya ansietas sedang (21) menjadi tidak ada kecemasan (17).

## 6.2 Saran

### 1. Bagi Pasien

Bisa meningkatkan pelaksanaan spiritualnya dengan lebih khusuk .

### 2. Bagi Panti

Hasil peneliti ini diharapkan bisa diteliti lebih lanjut sehingga bisa dijadikan salah satu metode untuk menurunkan ansietasnya dan lebih banyak lagi memenuhi fasilitasnya, meningkatkan ibadah, dan dibentuknya kelompok-kelompok agama.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti ini bisa dijadikan sebagai dasar kerangka acuan dalam penelitian selanjutnya yakni mengkaji lebih luas lagi tentang aktivitas yang dilakukan di UPTD Griya werdha Surabaya, melakukan evaluasi tentang pencegahan ansietas spiritual namun lebih memfokuskan salah satu dari pelaksanaan spiritual untuk menurunkan ansietas pada lansia.