

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisa data dalam penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat depresi responden di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar sebelum diberikan terapi tertawa dengan tingkat depresi sedang hampir seluruhnya (9 responden atau 81.9%) dan sebagian kecil dengan depresi ringan (2 responden atau 18.1%).
2. Tingkat depresi responden di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar sesudah diberikan terapi tertawa didapatkan data bahwa seluruhnya responden dengan tingkat depresi sesudah diberikan terapi tertawa dengan depresi ringan (11 responden atau 100%).
3. Hasil uji bivariat *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = 0.003$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa $p = 0.003 < 0.05$, maka H_0 ditolak yang artinya pengaruh terapi tertawa dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar.

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan sebagai berikut :

1. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif terapi dalam mencegah atau mengurangi tingkat depresi yang dialami lansia.

2. Bagi tempat penelitian (UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk membuat kebijakan terapi alternatif bagi lansia yang mengalami depresi.

3. Bagi profesi keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan dalam pengembangan intervensi keperawatan pada lansia yang mengalami depresi dengan metode terapi tertawa.

DAFTAR PUSTAKA

- Afia, A. 2011. *17,4 Juta Orang Alami Stres dan Depresi*. Diakses dari [:http://kesehatan.kompasiana.com/kejiwaan/2011/10/24/174-juta-orang-alami-stres-dan-depresi-406096.html](http://kesehatan.kompasiana.com/kejiwaan/2011/10/24/174-juta-orang-alami-stres-dan-depresi-406096.html). Diakses pada 20 November 2018.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur. 2012. *Jawa Timur Dalam Angka 2012*. BPS Provinsi Jawa Timur. Tersedia di www.jatim.bps.go.id, diakses pada 25 Maret 2015
- Ibrahim. 2011. *Gangguan Alam Perasaan, Manik Depresi*. Edisi 1. Tangerang, Jelajah Nusa
- Ida, Untari. 2018. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Terapi Tertawa & Senam Cegah Pikun*. Jakarta: EGC
- Haryadi. 2012. *Ini Fakta Setelah Putus Cinta*. Sriwijaya Post. Diakses pada 6 Desember 2018
- Hawari. 2011. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi Edisi 2*, Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Iting, Pasaribu, F.K., & Kasra, E. 2012. *Efektifitas Terapi Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Gejala Depresi Pada Lansia di Panti Wredha Hisosu Binjai*. Diakses pada 9 September 2018
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J. 2010. *Retardasi Mental dalam Sinopsis Psikiatri*. Tangerang: Binarupa Aksara
- Kataria, M. 2004. *Laugh For Reason (Terapi Tertawa)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Lubis, Namora Lumongga. 2009. *Depresi: Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Lumbantobing. 2011. *Neurogeriatri. Edisi Dua*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Morton. 2012. *Keperawatan Kritis Pendekatan Asuhan Holistik Volume I, Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Wahjudi. 2008. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Nurmiati, Amir. 2005. *Depresi: Aspek neurobiologi, diagnosis dan tatalaksana*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Saifudin dan Widarti. 2013. *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Werdha Mental Kasih di Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan*. Surya. (03:01-08)
- Sastroasmoro, S. 2011. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Satish, Dumbre. 2012. *Laughter Therapy* [http:// www.ipsionline.com](http://www.ipsionline.com) diakses pada tanggal 17 November 2018.
- Sherry, A., Greenberg. 2012. *The Geriatric Depression Scale (GDS)*. New York: The Hartford Institute for Geriatric Nursing, New York University, College of Nursing
- Simanungkalit, 2013. *Pedoman Pengelolaan Kesehatan Pasien Geriatri*. Jakarta Pusat Informasi dan Penelitian Bagian Ilmu Penyakit FKUI.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta.
- Takeda. 2009. *Laughter and Humor as Complementary and Alternative Medicines for Dementia Patients*. Pubmed Journal. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2896339/?tool=pubmed>
- Tamher, S. & Noorkasiani. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Umamah, Farida dan Latifah Hidayah. 2016. *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti UPTD Griya Wreda Surabaya*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. (10:66-75)
- Yani. 2010. *Efektivitas Terapi Tertawa terhadap penurunan kadar kortisol pada lansia depresi* diakses dari <http://ws.ub.ac.id/selma>. Diperoleh pada 25 Mei 2019.
- Yenitarosaria. 2012. *Masalah-Masalah Pada Lanjut Usia*. <http://www.blogger>. Diakses 25 Mei 2019.
- Widi, Restu Kartiko. 2010. *Asas Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu