

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada klien lanjut usia di Panti Jompo Yayasan Peduli Kasih KNDJH dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat depresi pada klien lanjut usia sebelum dilakukan terapi tertawa sebagian besar mengalami depresi ringan
2. Tingkat depresi pada klien lanjut usia setelah dilakukan terapi tertawa sebagian besar menjadi normal atau tidak depresi
3. Berdasarkan hasil analisis data hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna terapi tertawa terhadap tingkat depresi yang artinya terapi tertawa dapat menurunkan gejala atau tingkat depresi klien lanjut usia di Panti Jompo Yayasan Peduli Kasih KNDJH.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada klien lanjut usia di Panti Jompo Yayasan Peduli Kasih KNDJH, peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak, diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Diharapkan klien lanjut usia dapat mengikuti terapi tertawa sesuai standar operasional prosedur yaitu dengan fokus dan mengikuti instruksi terapis sehingga dampak dari terapi dapat dirasakan secara optimal.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian mengenai pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada klien lanjut usia mampu dijadikan sebagai bahan ajar serta meningkatkan pemahaman terkait terapi tertawa yang mana berpengaruh terhadap tingkat depresi setelah dilakukan 4 kali sesi

3. Bagi Institusi Kesehatan

Bagi Institusi kesehatan dapat mengembangkan penelitian dengan variabel, responden, atau metode yang berbeda yang dapat dihubungkan dengan faktor lain.

4. Bagi Panti Jompo Yayasan Peduli Kasih KNDJH

Diharapkan petugas panti jompo dapat memantau kondisi psikologis klien lanjut usia untuk mengurangi tingkat depresi dan menambah pengetahuan dengan memfasilitasi terapi-terapi yang menunjang agar klien lanjut usia merasa bahagia, rileks seperti terapi tertawa.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan pada penelitian selanjutnya jumlah responden dapat lebih banyak, tempat dilakukannya terapi tertawa memadai sehingga dapat mengurangi kemungkinan adanya distraksi, serta waktu dilakukannya terapi tertawa bukan pada setelah atau sebelum makan tetapi pada waktu senggang responden.