

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Yayasan Al-Kautsar Palu mengenai pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup pada lansia di Yayasan Al Kautsar Palu, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu sebelum diberikan terapi *Reminiscence* 100% memiliki tingkat kualitas hidup lansia dalam kategori kualitas hidup rendah,
2. Tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu setelah diberikan terapi *Reminiscence* 100% tingkat kualitas hidup seluruh lansia mengalami peningkatan dan dalam kategori kualitas hidup sedang,
3. Dan setelah dianalisis maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu.

#### **B. Saran**

1. Bagi Yayasan Al-Kautsar Palu

Penelitian ini membuktikan bahwa terapi *Reminiscence* merupakan salah satu bentuk terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Oleh sebab itu, terapi *Reminiscence* ini dapat dijadikan sebagai intervensi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, dan dapat dilakukan langsung oleh pihak Yayasan Al-Kautsar Palu.

2. Bagi institusi pendidikan STIKES Widya Nusantara Palu

Disarankan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan yang nantinya dapat menambah pengetahuan mahasiswa yaitu tentang terapi *Reminiscence* dan membantu dalam pembuatan skripsi selanjutnya

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dan melakukan penelitian untuk

membandingkan atau mengolaborasikan dengan terapi lain yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.