

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Terdapat hubungan yang signifikan antara insomnia dan gangguan depresi pada lansia.

5.2 Saran

1. Penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor penyebab timbulnya insomnia dan gangguan depresi pada lansia.
2. Penelitian mengenai penyebab insomnia dan gangguan depresi yang memengaruhi kualitas hidup pada lansia.

