

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Pencegahan Osteoporosis di Desa Tangkil Kecamatan Kemalang, di dapatkan hasil berikut :

1. Usia responden dalam penelitian ini adalah rata-rata  $68 \pm 6,41$ , jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 43 (56%), pendidikan mayoritas SD sebanyak 39 (50%), dan responden mayoritas bekerja sebanyak 62 (79%).
2. Tingkat pengetahuan responden mengenai pencegahan osteoporosis di Desa Tangkil sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 41 (54%) dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 78 (100%).

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Lansia

Lansia hendaknya menerapkan kebiasaan-kebiasaan yang termasuk dalam pencegahan osteoporosis serta menjaga kondisi kesehatannya dengan cara menjaga asupan makanan harian serta beraktivitas seperti olahraga guna untuk meningkatkan kualitas kesehatannya

##### 2. Bagi Perawat

Perawat dapat melakukan pemberian motivasi kepada para lansia serta melibatkan keluarga dalam pemberian dukungan agar para lansia dapat menerapkan perilaku pencegahan osteoporosis.

##### 3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diharapkan untuk mempertahankan mutu pelayanannya, melayani dengan ikhlas, lebih memperhatikan pasien dengan osteoporosis karena penyakit tersebut jika dibiarkan akan menimbulkan komplikasi,

##### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan variabel yang berhubungan dengan pencegahan osteoporosis dengan sampel yang lebih besar, jenis dan rancangan penelitian yang berbeda (kuantitatif dan kualitatif).