

BAB VI

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Peneliti menganalisis hasil dan pembahasan untuk menarik kesimpulan penelitian, berikut ini kesimpulan penelitian :

1. Karakteristik usia rata-rata responden lansia di desa Sudimoro, yaitu 63,89 dengan standart deviasi sebesar 2,781, menurut jenis kelamin di dominasi lansia laki-laki sebanyak (58,3%). menurut jenis pekerjaan rata-rata di dominasi oleh lansia yang bekerja sebagai petani yaitu (50%). dan menurut pendidikan di dominasi lansia yang berpendidikan SD sebesar (84,7%).
2. Gambaran aktivitas fisik lansia di desa Sudimoro paling banyak dengan kategori sedang yaitu 40 orang atau (55,6%).
3. Gambaran kualitas hidup lansia di desa Sudimoro di dapatkan hasil yaitu paling banyak kategori kualitas hidup tinggi dengan jumlah 39 lansia (54,2%).
4. Aktivitas fisik dengan kualitas pada lansia di desa Sudimoro, kecamatan Tulung, kabupaten Klaten memiliki hubungan yang signifikan dengan uji statistik *Kendall's Tau* dan dipatkan nilai $p \text{ value} = 0,004 < 0,05$.

B. Saran

Dari hasil penelitian di atas dan kajian pustaka yang ada, menurunnya aktivitas fisik dapat mengakibatkan buruknya kondisi kesehatan dan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu :

1. Diperlukan adanya fasilitas tambahan oleh instansi kesehatan terkait untuk membantu meningkatkan aktivitas fisik lansia sehingga tercipta kualitas hidup dan harapan hidup yang baik.
2. Diharapkan tenaga kesehatan yang ada dapat melakukan penyuluhan mengenai aktivitas fisik yang baik, memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif pada lansia, dan meningkatkan pelayanan kesehatan bagi lansia.
3. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk meneliti aktivitas fisik lansia, peneliti selanjutnya perlu untuk meneliti lebih lanjut kondisi fisik lansia dan status kognitif lansia (demensia).