

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia Di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul adalah sebagai berikut :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa responden rerata berusia 69 tahun 3 bulan 1 hari dan paling banyak berjenis kelamin perempuan. Tingkat pendidikan responden paling banyak adalah SMA/SLTA. Pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja. Status tinggal bersama sebagian besar bersama dengan suami/istri.
2. Sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori tinggi.
3. Sebagian besar responden memiliki perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kategori baik.
4. Hasil analisis menunjukkan adanya dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul. Hubungan tersebut bersifat positif, yang berarti dukungan keluarga yang baik berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia.

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari, sehingga lansia dapat mampu menjaga dan meningkatkan derajat kesehatannya serta mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan.

##### 2. Bagi Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pada keluarga akan pentingnya peran dukungan keluarga dalam menolong dan mempertahankan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia. keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan agar lansia dapat lebih konsisten dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

##### 3. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh perawat sebagai dasar dalam menyusun intervensi keperawatan berbasis edukasi tentang kesehatan yang dilakukan secara terprogram dan berkesinambungan. Perawat diharapkan mampu berperan aktif dalam memberikan pendampingan dan pembinaan kepada lansia untuk meningkatkan penerapan PHBS guna untuk mencegah berbagai masalah kesehatan.

4. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak puskesmas dalam merancang dan mengoptimalkan program promosi serta edukasi kesehatan, khususnya terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia. Edukasi yang diberikan diharapkan bersifat berkelanjutan dan disesuaikan dengan kondisi serta kebutuhan lansia di wilayah kerja puskesmas.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data awal dan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia, khususnya yang dikaitkan dengan faktor dukungan keluarga, dengan cakupan wilayah, variabel, dan metode penelitian yang lebih luas.