

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

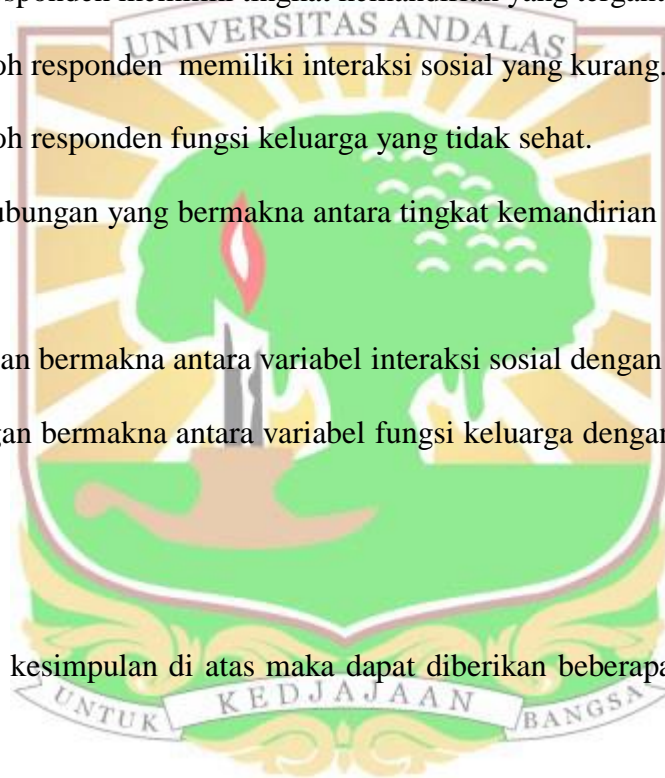
Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat kemandirian, interaksi sosial dan fungsi keluarga dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang tahun 2016, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Lebih dari separoh responden memiliki kualitas hidup kurang.
2. Sebagian kecil responden memiliki tingkat kemandirian yang tergantung.
3. Lebih dari separoh responden memiliki interaksi sosial yang kurang.
4. Lebih dari separoh responden fungsi keluarga yang tidak sehat.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia.
6. Terdapat hubungan bermakna antara variabel interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia.
7. Terdapat hubungan bermakna antara variabel fungsi keluarga dengan kualitas hidup lansia dengan *p-value*.

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diberikan beberapa saran, yakni sebagai berikut :

1. Bagi Pihak Puskesmas Lubuk Buaya
 - a. Diharapkan bagi puskesmas khususnya penanggungjawab program lebih menggiatkan lagi promosi kesehatan untuk ikut meningkatkan kualitas hidup lansia melalui informasi dan sosialisasi tentang kesehatan dan fungsi keluarga melalui diskusi kelompok lansia minimal 1 kali sebulan dan pemberian brosur atau leaflet.



- b. Diharapkan pihak Puskesmas dapat bekerjasama dengan petugas kesehatan yang lain seperti tenaga fisio terapis, ahli gizi, ahli jiwa dan menjalin kerjasama lintas sektoral seperti Dinas Sosial dan Instansi terkait lainnya.
- c. Diharapkan pihak Puskesmas dapat memberi training atau pelatihan kepada petugas/penanggungjawab program tentang perawatan lanjut usia
- d. Diharapkan bagi penanggungjawab program lansia khususnya pembina wilayah dapat meningkatkan pelayanan kesehatan lansia dimulai dengan pengkajian fisik, psikis, sosial dan spritual melalui kunjungan rumah dengan melibatkan keluarga, penanggung jawab kelompok lansia dan tokoh masyarakat.
- e. Diharapkan pembina wilayah ikut menggiatkan program posyandu lansia dengan cara memberikan kegiatan selingan seperti senam otak, permainan dan lain-lain agar lansia tertarik dan mau berpartisipasi dalam kegiatan posyandu.

2. Kader dan tokoh masyarakat

Diharapkan kepada kader posyandu sebagai tenaga penggerak, lebih optimal untuk mensosialisasikan kegiatan yang melibatkan lansia seperti posyandu dan senam lansia melalui kegiatan-kegiatan yang ada di tengah masyarakat seperti kegiatan PKK, arisan dan lainnya, kepada tokoh masyarakat (Lurah/RW/RT/Pemuka Agama) dapat memberikan dukungan terhadap kegiatan yang berhubungan dengan lansia yang ada di lingkungan masing-masing.

3. Bagi keluarga

Diharapkan pada keluarga dapat memberikan perhatian, kasih sayang, dukungan pada lansia seperti memenuhi sumber keuangan, berbagi tugas rumah tangga secara seimbang, mendukung lansia untuk melakukan kegiatan di luar rumah seperti, pengajian, memberi perhatian, bersikap lebih sabar dan bijaksana dan dapat membagi waktu bersama hingga terjalin kedekatan antar anggota keluarga.

4. Bagi Lansia

Diharapkan pada lansia tetap menjaga hubungan yang harmonis dengan pasangan, dapat membina hubungan dan berinteraksi sosial yang baik dengan teman sebaya, tetangga melalui kelompok-kelompok pengajian, posyandu lansia yang ada di lingkungan sekitar dan sebaiknya lansia lebih terbuka dan dapat berbagi terhadap masalah yang tengah dihadapi dengan anggota keluarga yang lain.

5. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor lain seperti keadaan umum, kondisi psikologis, fungsi kognitif, aktivitas sosial dan dukungan sosial.

