

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin pada tahun 2015 diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa lansia dengan status gizi kurang lebih banyak dibandingkan status gizi normal maupun gizi lebih. Sedangkan dari variabel yang lain disimpulkan bahwa lebih banyak lansia yang mendapatkan asupan kalori kurang, lebih sedikit lansia yang menderita depresi, dan lansia dengan jumlah gigi 1-10 buah gigi merupakan kelompok lansia terbanyak.
2. Terdapat hubungan antara asupan kalori dengan status gizi lansia.
3. Tidak terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan status gizi lansia.
4. Tidak terdapat hubungan antara jumlah gigi dengan status gizi lansia.

#### **7.2. Saran**

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka dapat diberikan saran:

1. Bagi pihak pengelola PSTW Sabai Nan Aluih
  - a. Memperhatikan asupan nutrisi lansia, terutama pemenuhan kalori. Pihak pengelola bisa memaksimalkan fungsi pengasuh setiap wisma agar bisa mengingatkan lansia untuk menghabiskan makanan mereka.

- b. Pemberian makanan pada lansia yang diatur oleh pihak dapur agar dapat disesuaikan dengan jadwal makan, sehingga cita rasa makanan tetap utuh saat dimakan.
- c. Memperhatikan kebutuhan khusus bagi lansia yang tidak mampu untuk mengunyah seperti penyediaan makanan dengan tekstur yang lebih lunak.

- 2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan status gizi lansia. Selain itu juga bisa dilakukan penelitian terhadap lansia yang tinggal di luar panti sosial, seperti mengambil sampel dari posyandu lansia, sehingga bisa menggambarkan keadaan lansia yang tinggal membaur dengan masyarakat.

