

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai “Hubungan Kadar Albumin dengan Sindrom *Frailty* pada Orang Lanjut Usia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota” maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik subjek penelitian pada lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota didapatkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan lebih dari separuh berusia di antara 60-69 tahun.
2. Kadar albumin lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota sebagian kecil hipoalbuminemia.
3. Lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota hanya sebagian kecil mengalami sindrom *frailty* dengan fenotip tertinggi terdapat pada *resistance*.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara kadar albumin dengan sindrom *frailty* pada orang lanjut usia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota.

7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, penulis memberikan saran sebagai berikut:

A. Bagi Lansia

1. Bagi lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota, perlu dilakukan edukasi dan cara menjaga pola hidup sehat dalam memperbaiki status gizi terkait penurunan kadar albumin yang berhubungan dengan sindrom *frailty*.
2. Lansia juga disarankan untuk melakukan aktivitas fisik ringan setiap hari sehingga dapat membantu menjaga kekuatan otot tubuh dan mengurangi risiko terjadinya sindrom *frailty* pada lansia.

B. Bagi Petugas Kesehatan

1. Bagi tenaga kesehatan, dibutuhkan perhatian yang khusus dari tenaga kesehatan puskesmas dalam pencegahan penurunan kadar albumin pada lansia yang dapat dilakukan dengan memperbaiki asupan protein dan

pemberian suplementasi terhadap lansia yang ada di Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota.

C. Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Perlu dilakukannya pencatatan lebih detail terkait penyakit yang diderita lansia, sehingga akan didapatkan jumlah penyakit tertinggi yang diderita lansia saat dilakukan pengisian kuesioner dan dapat digunakan untuk mengidentifikasi penyakit tersebut yang dapat dihubungkan dengan sindrom *frailty*.
2. Sebaiknya faktor predisposisi seperti pendidikan, status ekonomi, dan kebiasaan sehari-hari perlu ditanya karena berhubungan dengan kejadian sindrom *frailty* pada lansia.
3. Perlu dilakukan penimbangan berat badan dengan timbangan untuk menghindari adanya hasil bias pada penelitian.

