

BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai "Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Sindrom *Frailty* pada Lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota", maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Gambaran lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota yang menjadi subjek penelitian sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan berada pada rentang usia 60-74 tahun, dengan sebagian kecil mengalami sindrom *frailty*.
2. Kadar hemoglobin lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh kota sebagian besar normal.
3. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kadar hemoglobin dengan sindrom *frailty* pada lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota

7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya yang serupa, yaitu:

1. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang memperhatikan Faktor-faktor Penyebab: Dorong penelitian selanjutnya untuk memperhitungkan faktor-faktor penyebab sindrom *frailty* lainnya, seperti aktivitas fisik, status nutrisi, dan kondisi kesehatan kronis lainnya, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih holistik.
2. Lansia di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota dapat melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala, terutama jika mengalami gejala lelah yang berlebihan atau kelemahan fisik.
3. Tenaga kesehatan di Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota dapat melakukan edukasi kepada lansia untuk menjaga aktivitas fisik yang teratur sesuai dengan kemampuan mereka, dan melakukan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi makanan yang kaya zat besi untuk menjaga kadar hemoglobin.