

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan mengenai “Gambaran Indeks Massa Tubuh dan Kejadian Sarkopenia pada Lansia di PSTW Sabai nan Aluih” maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik subjek penelitian paling banyak berada pada usia lansia tua (≥ 80 tahun) dengan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki.
2. Lansia di PSTW Sabai nan Aluih paling banyak memiliki IMT *underweight*.
3. Sebagian besar lansia di PSTW Sabai nan Aluih Kabupaten Padang Pariaman mengalami sarkopenia (91,8%) dengan prevalensi tertinggi terjadi pada pria (92,1%) .
4. Prevalensi gabungan IMT dengan kejadian sarkopenia tertinggi pada IMT normal (94,7%).

6.2 Saran

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

1. Bagi lansia diharapkan dapat bermanfaat dan menjaga kualitas hidup lansia di masa yang akan datang
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menambahkan variabel lain yang memengaruhi tingkat sarkopenia pada lansia seperti aktifitas fisik, asupan nutrisi, perubahan kadar hormon, penyakit kronis, dan lain-lain.