

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah lansia yang menjadi responden berjenis kelamin perempuan, berpendidikan rendah, tidak bekerja, berpenghasilan rendah, berstatus cerai mati, memiliki penyakit tidak menular dan mandiri.
2. Lebih dari setengah lansia yang menjadi responden memiliki kualitas hidup yang baik pada keseluruhan domain.
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
5. Ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara penghasilan dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
7. Tidak ada hubungan yang signifikan antara status pernikahan dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
8. Tidak ada hubungan yang signifikan antara penyakit tidak menular dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
9. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.
10. Variabel pekerjaan adalah faktor yang paling dominan dengan kualitas hidup lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing.

6.2 Saran

1. Bagi Puskesmas Belimbing

- a. Mengoptimalkan kegiatan promosi kesehatan yang dilaksanakan rutin di fasilitas layanan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang kesehatan dan mendorong untuk berperilaku hidup sehat.
- b. Mengadakan kegiatan senam lansia secara rutin setiap posyandu.

2. Bagi Lansia dan Keluarga

- a. Lansia sebaiknya dapat melakukan aktivitas fisik yang sederhana seperti mencabut rumput dan jalan santai.
- b. Keluarga diharapkan memberikan dukungan kepada lansia seperti memberikan dukungan dan memfasilitasi lansia untuk mengunjungi posyandu lansia, mengingatkan lansia untuk minum obat, dan melibatkan lansia dalam kegiatan sosial keagamaan.
- c. Lansia diharapkan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin ke pelayanan kesehatan sehingga penyakit tidak menular dapat dideteksi secara dini, pemantauan terhadap perkembangan penyakit, dan mendapatkan pengobatan yang tepat dari pelayanan kesehatan.
- d. Calon lansia diharapkan dapat mempersiapkan pendapatan pasif guna mempertahankan gaya hidup yang diinginkan tanpa bergantung sepenuhnya pada tabungan pensiun atau bantuan orang lain.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya memfokuskan penelitian mendalam mengenai pengaruh pekerjaan terhadap kualitas hidup lansia.