

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian melalui pengumpulan data yang diperoleh pada tanggal 1 april-5april 2020 di Posyandu Lansia Duta Kusuma Dusun Ngawonggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang dengan jumlah responden sebanyak 35 orang didapatkan hasil yaitu faktor tertinggi adalah

1. Faktor dukungan keluarga, dari 35 responden didapatkan data bahwa 26 responden (74%) memiliki dukungan keluarga yang kurang, 9 (26%) responden dengan dukungan keluarga yang baik.
2. Faktor jarak, dari 35 responden didapatkan data bahwa sejumlah 22 responden (63%) masuk kategori jarak jauh, 13 responden (37%) masuk kategori jarak dekat.
3. Faktor pendidikan, dari 35 responden didapatkan data bahwa 10 responden (28%) memiliki pengetahuan yang baik, 9 responden (26%) memiliki pengetahuan cukup, 16 responden (46%) memiliki pengetahuan kurang

#### **5.2 Saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Responden

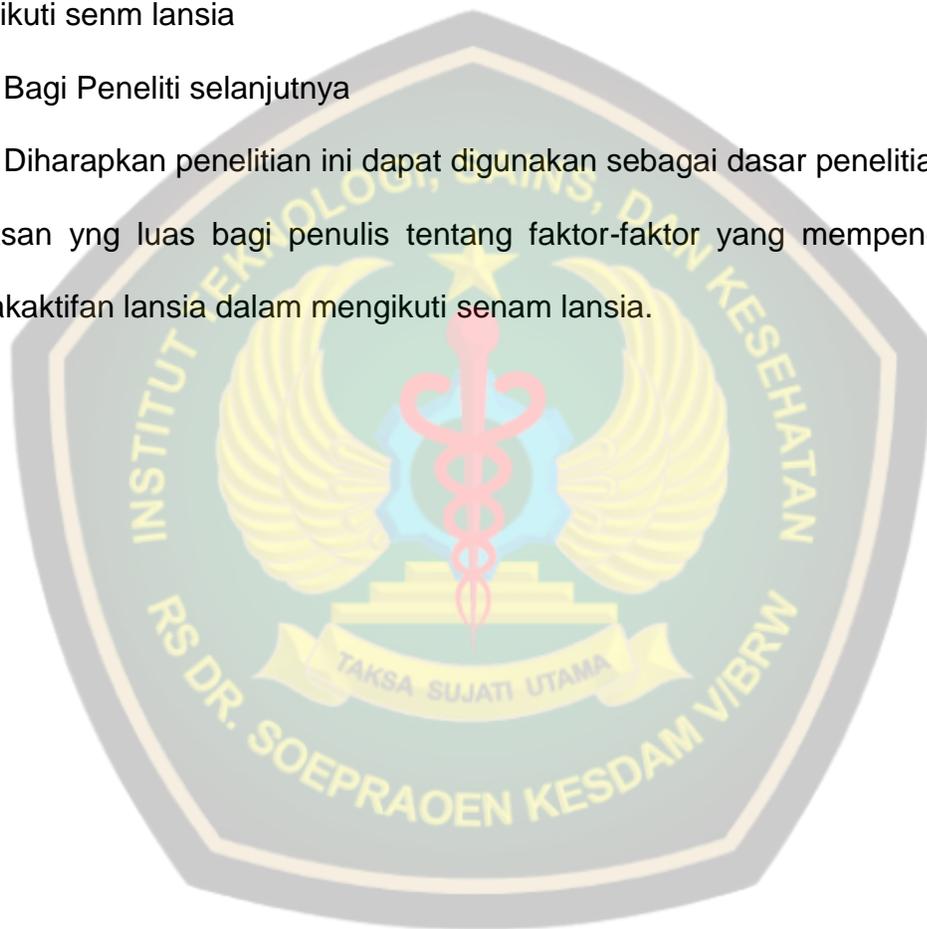
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai evaluasi diri bagi lansia mengenai hambatannya dalam mengikuti senam lansia.

2. Bagi Posyandu Lansia

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan dalam memberikan edukasi serta motivasi bagi lansia dalam meningkatkan kepatuhan mengikuti senam lansia

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian dan wawasan yang luas bagi penulis tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakaktifan lansia dalam mengikuti senam lansia.



## DAFTAR PUSTAKA

- BPS. 2012. *Profi Penduduk Lanjut Usia Jawa Timur*. Jawa Timur: Bada Pusat Statistik
- Infodatin.2016. *Situasi Lanjut Usia atau Lansia di Indonesia*. Infodatin lansia
- Maryam, R. E. 2011. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maryati.2013. *Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lansia Tidak Mengikuti Posyandu*. Stikes Pemkab Jombang
- Melita&Nadjib. 2017. *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kunjungan Lansia ke Posbindu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Bintara Kota Bekasi Tahun 2017*
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novianti&Dina. 2018. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prilaku Lansia Dalam Mengikuti Senam Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas*.
- Nursalam. 2010. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4* . Jakarta: Salemba Medika.
- Sugiyono 2016. *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tantinis, D. 2016. *Faktor yang Mempengaruhi Keaktifan Lansia dalam Mengikuti Senam Lansia di Instalasi Geriatri RSUP. Dr. Kariadi Semarang*
- Wahyuni, N. P. D. S. 2015. *Sehat dan Bahagia dengan Senam Bugar Lansia*. Undiksha Singaraja
- WHO. 2017. *World Population Ageing 2017 report*. New York: Departement of Economic and Social Affairs Population Division
- Wobowo, Y. A. 2018. *Hubungan Keaktifan Lansia Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia*