

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan keaktifan senam lansia.
2. Dukungan keluarga pada lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah tinggi
3. Dukungan emosional keluarga pada lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah sedang
4. Dukungan penghargaan keluarga pada lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah rendah
5. Dukungan informasi keluarga pada lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah tinggi
6. Dukungan instrumental keluarga pada lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah sedang
7. Kehadiran mengikuti senam lansia di Posyandu Wijaya Kusuma sebagian besar adalah aktif
8. Tidak ada dukungan yang paling mempengaruhi keaktifan senam lansia.

B. Saran

5. Bagi Keluarga

Keluarga yang mempunyai lansia hendaknya dapat menyesuaikan diri dan memberikan dukungan kepada lansia untuk peningkatan kesehatan senam lansia sehingga dapat berjalan sesuai dengan fungsinya.

6. Bagi Kader

Kader dapat lebih berperan aktif dalam memotivasi keaktifan lansia dan menumbuhkan kesadaran keluarga untuk mendukung pelaksanaan senam lansia

7. Bagi ilmu pengetahuan

Hendaknya dapat menambah pengetahuan, pengalaman dan wawasan, serta bahan dalam penerapan ilmu metode penelitian, khususnya keperawatan keluarga dan komunitas.

8. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pembelajaran untuk peneliti selanjutnya.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA