

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan lansia tentang senam lansia di Dukuh Gaten Desa Sumberejo Kecamatan Tempel Kabupaten Sleman adalah baik yaitu sebanyak 54 responden (62,1%).
2. Keaktifan lansia mengikuti senam lansia di Gaten Desa Sumberejo Kecamatan Tempel Kabupaten Sleman adalah sebanyak 54 (62,1%) responden tidak aktif mengikuti senam lansia, sedangkan 33 (37,9%) responden aktif mengikuti senam lansia.
3. Tidak ada hubungan antara pengetahuan dan keaktifan mengikuti senam lansia di Dukuh Gaten Desa Sumberejo Kecamatan Tempel Kabupaten Sleman tahun 2013 yang ditunjukkan dengan nilai X^2 hitung $(3,147) \leq X^2$ tabel 5,991 dengan tingkat signifikansi 0,207 ($p \geq 0,5$).

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian diatas, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi bidan

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan tentang senam lansia dalam memberi pelayanan posyandu lansia.

2. Bagi kader lansia Dukuh Gatén

Bagi kader disarankan untuk lebih memotivasi lansia untuk mengikuti senam lansia dan diharapkan penelitian ini menjadi sumber informasi dan masukan bagi kader kesehatan dalam memberikan pelayanan dalam posyandu lansia, agar pelayanan menjadi lebih baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dilanjutkan dengan menggunakan sample lansia dengan uji *accidental sampling* atau *purposive sampling* dan penelitian ini dapat dilanjutkan di tempat lain.