

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pada penelitian terhadap 54 lansia di PSTW Budi Luhur Kota Jambi pada tahun 2024, sebagian besar subjek penelitian berjenis kelamin laki-laki (61,1%), berada dalam rentang usia 71-80 tahun (46,3%), dan memiliki riwayat penyakit hipertensi (44,5%).
2. Berdasarkan aktivitas fisik yang diukur menggunakan indeks Barthel, sebagian besar subjek penelitian berada dalam kategori mandiri sejumlah 41 responden (75,9%). Sedangkan berdasarkan risiko jatuh, mayoritas subjek penelitian memiliki risiko jatuh tinggi sejumlah 30 responden (55,6%).
3. Hasil analisis hubungan antar kategori menunjukkan bahwa dari 41 responden yang berada dalam kategori mandiri, sejumlah 24 responden (44,4%) memiliki risiko jatuh tinggi dan 17 responden lainnya (31,5%) memiliki risiko jatuh rendah. Sementara itu, responden yang berada dalam kategori ketergantungan ringan dan ketergantungan sedang seluruhnya berisiko jatuh tinggi sejumlah 13 orang (24,1%). Berdasarkan uji korelasi *Kendall's Tau-b*, didapatkan hubungan antara aktivitas fisik berdasarkan Indeks Barthel dengan risiko jatuh ($r = -0,485$, $p = 0,001$) yang menunjukkan adanya korelasi sedang dengan arah negatif antara kedua variabel. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor Indeks Barthel, maka risiko jatuh akan semakin rendah.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan kesimpulan yang didapatkan:

1. Bagi pihak Panti Sosial Werdha Budi Luhur Kota Jambi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai aktivitas fisik dan hubungannya dengan risiko jatuh pada lansia, sehingga dapat menjadi acuan dalam pengembangan intervensi untuk mencegah jatuh pada lansia.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya untuk menjangkau populasi lansia yang lebih beragam dan melakukan pengkajian faktor-faktor lain yang mempengaruhi aktivitas fisik maupun risiko jatuh pada lansia.