

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Melati desa Langaleso Kecamatan Dolo Kabupaten Sigi mengenai Latihan ROM Aktif dalam mengatasi gangguan keaktifan fisik pada lansia, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Keaktifan fisik responden sebelum di berikan latihan ROM aktif yaitu sebagian responden mengalami keaktifan fisik tidak mandiri sebanyak 5 responden (45.5%)
2. Keaktifan fisik responden sesudah diberikan latihan ROM aktif terjadi perubahan keaktifan fisik menjadi mandiri sebanyak 11 responden (100%)
3. Ada pengaruh pemberian latihan ROM aktif dalam peningkatan keaktifan fisik pada lansia di Posyandu Melati Desa Langaleso Kecamatan Dolo Kabupaten Sigi. Didapatkan hasil  $P\text{-Value}=0.03$ .

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Instansi Puskesmas Dolo Kabupaten Sigi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam rangka meningkatkan profesionalisme keperawatan dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan keaktifan fisik, melalui perkembangan bentuk intervensi yang sesuai Dengan kebutuhan individu, keluarga dan masyarakat, termasuk perencanaan atau pengembangan program bidang antisipasi dan pemberdayaan pasien.

## **2. Bagi Institusi Pendidikan STIKes Widya Nusantara Palu**

Disarankan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dipergustakaan yang nantinya dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang keperawatan gerontik yaitu pemberian latihan ROM aktif dan membantu dalam pembuatan skripsi selanjutnya.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan peneliti yang telah dilakukan oleh peneliti dan melaksanakan penelitian nonfarmakologi lainnya misalnya senam lansia yang dapat digunakan untuk meingkatkan keaktifan fisik lansia.