

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan yaitu responden yang berpartisipasi paling dominan adalah lansia berumur 60-74 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan, dan pekerjaan yang paling dominan sebagai ibu rumah tangga. Gaya hidup di dominasi cukup dengan tingkat nyeri ringan, dan hasil dari penelitian adalah terdapat hubungan antara gaya hidup dengan tingkat nyeri artitis pada lansia.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi tentang gaya hidup yang dapat memengaruhi nyeri arthritis pada lansia.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai gaya hidup yang dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri arthritis pada lansia, sehingga diharapkan masyarakat untuk mengurangi hal yang dapat menimbulkan risiko seperti tidak merokok dengan mengurangi rokok secara bertahap, tidak mengkonsumsi makanan yang memperparah maupun menimbulkan nyeri, dan melakukan aktivitas fisik sesuai dengan kemampuan.

3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran gaya hidup yang memengaruhi nyeri pada lansia dengan arthritis sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi pencegahan maupun penanganan nyeri arthritis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian kembali terkait dengan faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat nyeri pada artritis.

