

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan studi kasus dan pembahasan dengan judul “Gambaran Pemenuhan Activity Daily Living pada dua Lansia Ny. Su Umur 68 Tahun dan Ny. Ru Umur 68 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang” di ketahui gambaran kemampuan dua lansia dalam memenuhi kebutuhan Activity Daily Livingnya dengan menggunakan indek katz. Pertama Ny. Su dapat melakukan 4 aktivitas dengan mandiri yaitu mandi, berpakaian, berpindah, dan makan sedangkan 2 aktivitas tidak bisa dilakukan dengan mandiri yaitu pergi ke toilet dan kontinen. Ny. Su diukur menggunakan indek katz masuk dalam kategori Lain – lain. Masalah dalam pergi ke kamar mandi dapat di sebabkan terjadinya penurunan keseimbangan sehingga dapat mengganggu aktivitas tersebut. Dalam penuhan aktivitas pergi ke kamar mandi dan kontinen Ny. Su juga dapat di sebabkan karena proses penuaan yang mempengaruhi kondisi fisik subjek sehingga mengalami masalah. Kedua Nu. Ru dapat melakukan 5 aktivitas dengan mandiri yaitu mandi, berpakaian, pergi ke kamar, berpindah, dan makan sedangkan 1 aktivitas tidak bisa dilakukan dengan mandiri yaitu kontinen. Ny.Ru di ukur dengan indek katz masuk dalam kategore katz B. Masalah kontinen yang di alami Ny.Ru dapat di karenakan penuaan sehingga terjadi penurunan kemampuan organ tubuh. Kesimpulan terdapat penurunan kemampuan dalam memenuhi kebutuhan Activity Daily Living pada lansia. Kemandirian yang menurun ini dapat di sebabkan karena proses penuaan yang menurunkan kondisi fisik subjek penelitian serta mulai terjadi penurunan keseimbangan pada tubuh subjek.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Subyek penelitian**

#### **1. Subjek pertama (Ny. Su)**

- Diharapkan subjek penelitian menggunakan alat bantu berjalan seperti tongkat atau walker dalam beraktivitas agar dapat menurunkan resiko jatuh.
- Subjek dianjurkan untuk melakukan senam kegel untuk memperkuat otot dasar panggul dan membantu mengontrol BAK subjek.

#### **2. Subjek kedua (Ny. Ru)**

Diharapkan subjek penelitian untuk mengkonsumsi makanan dengan tinggi serat dan memperbanyak minum air putih untuk membantu subjek untuk melancarkan BAB.

### **5.2.2 Puskesmas**

Disarankan bagi puskesmas untuk kembali mengaktifkan program senam lansia baik di puskesmas maupun posyandu.

### **5.2.3 Peneliti selanjutnya**

- Kepada peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian serupa agar melakukan observasi lebih dari 3 hari dan setiap harinya 2 jam
- Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan klarifikasi data dengan keluarga terdekat subjek.