

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan pada bagian sebelumnya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lansia di UPTD Griya wreda Surabaya sebagian besar tingkat kemandirian fungsional mandiri
2. Lansia di UPTD Griya wreda Surabaya sebagian besar kualitas hidup dengan kategori rendah
3. Terdapat hubungan tingkat kemandirian fungsional dengan kualitas hidup lansia di UPTD Griya Wreda Surabaya.

#### **5.2 Saran**

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Diharapkan dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi mahasiswa untuk membantu lansia dalam memenuhi dan memperoleh derajat kesehatan yang optimal terutama dalam kemandirian agar bisa meningkatkan kualitas hidup lansia

##### **2. Bagi Pihak Panti**

Diharapkan dari penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk pihak panti agar dapat meningkatkan fungsi kemandirian lansia dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Misalnya kegiatan sharing dan yang lainnya.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan menambahkan latihan-latihan biologis maupun kegiatan yang dapat meningkatkan kemandirian lansia sehingga kualitas hidupnya juga meningkat.