BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

1.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian "Studi Kasus Kejadian Stres Pada Kualitas Hidup Lansia Dengan Gangguan Osteoasrthritis" didapatkan simpulan bahwa 3 lansia dengan gangguan osteoarthritis memiliki tingkat stress dalam kategori sedang dan memiliki kualitas hidup sedang 2 responden dan 1 responden memiliki kualitas hidup rendah dimana semakin ringan stress penderita, maka kualitas hidup penderita semakin tinggi.

1.2 Saran

1. Bagi Responden

   Responden mampu mengontrol stress akibat nyeri yang dirasakan dengan cara distraksi atau relaksasi untuk mengurangi nyeri yang dirasakan dan juga mengikuti program-program yang telah direncanakan oleh pemerintah misalnya aktif mengikuti kegiatan posyandu secara rutin . diharapkan agar keaktifan lansia di posyandu juga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan terkontrolnya kondisi kesehatan lansia.

2. Bagi Keluarga

   Keluarga hendaknya memberikan dukungan yang lebih baik kepada lansia seiring dengan penurunan kemampuan dan fisik pada lansia. Dukungan keluarga yang baik diharapkan dapat menjaga kesehatan lansia baik secara fisik maupun psikologis sehingga kualitas hidupnya terjaga.

3. Bagi Profesi Kesehatan

   Sebagai masukan untuk meningkatkan program kesehatan, misalnya dengan memberikan informasi untuk keluarga dalam mendukung dan menjaga kesehatan emosional penderita osteoarthritis sangat penting agar terhindar dari stress untuk meningkatkan derajat kesehatan dan perawatan pada penderita osteoarthritis terutama lansia.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia dengan gangguan osteoarthritis yang lain selain stress.