

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa lansia melakukan tindakan kebersihan diri sebanyak 58% adalah baik. Lansia memiliki kualitas hidup sebanyak 54% adalah baik. Ada hubungan yang signifikan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada lansia dengan kekuatan hubungan cukup, dan arah hubungan positif, semakin tinggi tindakan kebersihan diri, semakin tinggi kualitas hidup lansia di Rumah Usiawan Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya.. Hal ini dapat menjadi sarana edukasi sewaktu memberikan promosi kesehatan untuk meningkatkan tindakan kebersihan diri lansia melalui perawatan diri secara rutin dan benar guna menunjang kualitas hidup yang optimal.

7.2 Saran

1. Bagi Responden

Diharapkan para lansia semakin menyadari pentingnya tindakan kebersihan diri dengan cara memperhatikan penampilan dan kebersihan agar tampak bersih, cerah, segar, tetap nyaman, dan selalu sehat

2. Bagi Panti Werdha

Diharapkan pihak panti agar tetap memantau pemenuhan kebersihan diri lansia agar tetap bersih dan nyaman. Selain itu juga mengadakan acara edukasi atau *health promotion* kepada lansia tentang kebersihan diri, contoh: cara menyikat gigi yang benar dan waktu melakukan.

3. Bagi Perawat Komunitas

Diharapkan bagi perawat komunitas dapat memperhatikan lansia-lansia yang ada di panti werdha, untuk meningkatkan tingkat kesehatan dan dapat melakukan *follow up* terhadap perkembangan kesehatan lansia.

4. Bagi Keluarga Lansia

Diharapkan bagi keluarga saat berkunjung ke panti dapat memantau kebersihan diri dari lansia agar dapat menjadikan lebih segar dan nyaman, dan juga alat-alat kebersihan diri yang digunakan untuk menjaga kebersihan diri lansia yang ada di panti.

5. Bagi Mahasiswa Praktik

Dianjurkan untuk mahasiswa yang praktek di panti untuk dapat memantau, mengobservasi, dan memenuhi kebersihan diri pada lansia guna menunjang kenyamanan diri bagi lansia dan lingkungan sekitar lansia.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas wilayah penelitian dengan responden yang tidak tinggal di panti werdha (misal: membandingkan antara lansia yang tinggal di desa dengan di kota) dan dengan jumlah responden yang lebih banyak. Oleh sebab itu peneliti menyarankan untuk menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi supaya mempermudah peneliti dalam memilih responden dan lokasi penelitian dilakukan di dua tempat yang berbeda. Dengan meneliti dari faktor-faktor kebersihan diri yang belum diteliti, misalnya citra tubuh (*body image*), status sosial ekonomi, variabel budaya, dan kebiasaan atau pilihan pribadi. Dan juga faktor dari kualitas hidup yang belum diteliti adalah pekerjaan.

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan rancangan penelitian berupa eksperimental, yang akan memberikan pengaruh pada variabel dependen, dan design penelitian diganti dengan menggunakan cohort dengan alasan agar tindakan kebersihan diri pada lansia dapat dipantau dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bangun, A. P. (2008). *Terapi jus dan ramuan tradisional untuk hipertensi*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Erdhayanti, S., & Kartinah. (2012). Hubungan tingkat pengetahuan lansia dengan perilaku lansia dalam pemenuhan personal hygiene di Panti Werdha Darma Bakti Pajang Surakarta. Diunduh dari <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/3648/SILIS%20ERDHAYANTI%20-%20KARTINAH%20Fix%20bgt.pdf> (Diakses pada tanggal 19 Oktober 2018)
- Fitria, L. (2015). Kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dan panti. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Inonesia*, 1(1), 2477-3743.
- Haswita, & Sulistyowati, R. (2017). *Kebutuhan dasar manusia*. Jakarta: TIM.
- Hidayat, A. (2011). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kemenkes RI. (2013). *Gambaran kesehatan lanjut usia di Indonesia*. Diunduh dari <http%3A%2F%2Fwww.depkes.go.id%2Fdownload.php%3Ffile%3Ddownload%2Fpusdatin%2Fbuletin%2Fbuletin-lansia.pdf> (diakses pada tanggal 23 September 2018)
- Kemenkes RI. (2013). *Populasi lansia diperkirakan meningkat hingga tahun 2020*. Diunduh dari <http%3A%2F%2Fkesga.kemkes.go.id%2Fimages%2Fpedoman%2FPMK%2520No.%252025%2520ttg%2520RAN%2520Kes.%2520Lanjut%2520Usia%2520Tahun%25202016-2019.pdf> (diakses pada tanggal 23 September 2018)

- Khodaverdi, F., Alhani, F., Khodaverdi, Z., & Kazemnejad, A. (2014). The relationship between obesity and quality of life in school children. *Iranian Journal Public Health*, 40, 96-101.
- Maas, M. (2011). *Asuhan keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC.
- Maryam, R. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muhith, A. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. Jakarta: Andi.
- Mujahidullah, K. (2012). *Keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Naing, M., & Nanthamongkolchai, S. (2010). Quality of life of the elderly people in einme twonship irrawaddy division Myanmar. *Asia Journal of Public Health*, 1(2), 4-10. Diunduh dari http://ns2.ph.mahidol.ac.th/phklb/knowledgefiles/7777Quality_of_Life_of_the_Elderly_People_in_Einme_Township_Irrawaddy.pdf (diakses pada tanggal 28 Mei 2019)
- Nofitri. (2009). Kualitas hidup penduduk dewasa di Jakarta. Diunduh dari www.lontar.vi.ac.id (diakses pada tanggal 7 Februari 2019)
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan gerontik & geriatrik. Edisi-3*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2017). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan Edisi-4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Perry, P. (2011). *Fundamental keperawatan buku-4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pradono, J., Hapsari, D., & Sari, P. (2009). Kualitas hidup penduduk Indonesia menurut international classification of functioning, disabillity and health (ICF) dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 37, 1-10. Diunduh dari

<http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/BPK/article/view/2188/1086>
(diakses pada tanggal 28 Mei 2019)

Prihati, P. A. (2017). Hubungan tingkat kemandirian activity daily (ADL) dengan kualitas hidup lansia di kelurahan Karangasem kecamatan Laweyan Surakarta. *Electronic Theses and Dissertation*. Diunduh dari <http://eprints.ums.ac.id/54545/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> (diakses pada tanggal 16 Juni 2019)

Pudjiastuti, S. S., & Utomo, B. (2003). *Fisioterapi pada lansia*. Jakarta: EGC.

Ramadhan, K., & Sabrina, I. (2016). Hubungan personal hygiene dengan citra tubuh pada lansia di Desa Sepe Kecamatan Lage Kabupaten Poso. *Jurnal Kesehatan Prima*, 10(2), 1735-1748. Diunduh dari <http://poltekkes-mataram.ac.id/wp-content/uploads/2016/12/8-Kadar-1.pdf> (Diakses pada tanggal 23 September 2018)

Rapley, M. (2003). *Quality of life research: a critical introduction*. London: Sage.

Rohmah, A. (2012). Kualitas hidup lanjut usia. *Jurnal Keperawatan (e-journal)*, 3(2), 2086-3071. Diunduh dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2589/3234> (Diakses pada tanggal 27 Januari 2019)

Rosdianti, Y., Herlina, & Hasanah, O. (2018). Hubungan activity of daily living (ADL) dengan kualitas tidur pada lansia di PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(5). Diunduh dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSTIK/article/view/21378> (diakses pada tanggal 30 Mei 2019)

Safitri, F., Marjulita, A., & Andika, F. (2016). Hubungan pengetahuan, dukungan keluarga, dan kondisi fisik dengan personal hygiene pada lansia di UPTD Rumah Sejahtera Geunaseh Sayang Ulee Kareng kota Banda Aceh. *Journal Of Health Care Technology And Medicine*, 2(2). Diunduh dari <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/249> (diakses pada tanggal 20 Mei 2019)

Sari, L. (2015). Hubungan antara perawatan diri lansia dengan konsep diri pada lansia di Panti Werdha "ILOMATA" kota Gorontalo. *KIM Fakultas Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan*. Diunduh dari

<http://kim.ung.ac.id/index.php/KIMFIKK/article/view/11266/11139>
(diakses pada tanggal 20 Mei 2019)

- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo, W. R. (2016). *Asuhan keperawatan gerontik*. Bandung: CV ANDI OFFSET.
- Sutinah, & Maulani. (2017). Hubungan pendidikan, jenis kelamin, dan status perkawinan dengan depresi pada lansia. *Jurnal Endurance*, 2(2), 209-216. Diunduh dari <http://ejournal.kopertis10.or.id/index.php/endurance/article/view/1931> (diakses pada tanggal 17 Juni 2019)
- Swarjana, I. K. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: ANDI.
- Trisnani, A. (2017). Gambaran praktik personal hygiene pada lansia di panti sosial lanjut usia tresna werdha kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-journal)*, 5(2), 2356-3346. Diunduh dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/16446/15846> (diakses pada tanggal 23 September 2018)
- Yuni, N. E. (2015). *Buku saku personal hygiene*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Zebua, A. P. (2016). Hubungan personal hygiene dengan keluhan kulit dan fasilitas sanitasi di TPA terjun kelurahan Terjun Kecamatan Medan Marelan. Diunduh dari <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/58537> (Diakses pada tanggal 3 Januari 2019)