

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil analisis data dapat disimpulkan hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian dimensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh (51,9%) responden mengalami kejadian dimensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2024.
2. Lebih dari separuh 65,4% responden memiliki aktifitas fisik yang kurang baik di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2024
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian dimensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,000$  ( $p \text{ value} < 0,05$ ).

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka peneliti memiliki saran yang dapat dikemukakan :

1. Bagi PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman

Disarankan kepada pihak PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman dapat melakukan secara rutin kegiatan program aktifitas fisik seperti senam dan jalan kaki.

## 2. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan serta dapat mengaplikasikan ilmu metodologi penelitian yang didapat dibangku perkuliahan serta memberikan pengalaman bagi peneliti dalam hal melaksanakan penelitian.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian dapat menjadi perbandingan bagi peneliti selanjutnya dan dapat melanjutkan penelitian selanjutnya dengan variabel yang berbeda seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, herediter, depresi, riwayat merokok dan riwayat penyakit kardiovaskuler.

