

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, yaitu “Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT), Massa Lemak dan Massa Otot Lansia di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Provinsi Riau” dapat disimpulkan yaitu :

1. Indeks massa tubuh lansia di panti sosial Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah lansia dengan berat badan kurang (46,5%), lansia dengan berat badan normal (20,9%), dan lansia dengan berat badan lebih (32,6%).
2. Massa lemak lansia di panti sosial Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah lansia dengan massa lemak normal (60,5%), lansia dengan massa lemak rendah (9,3%), lansia dengan massa lemak tinggi (18,6%), massa lemak sangat tinggi (11,6%).
3. Massa otot lansia di panti sosial Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah yaitu lansia dengan massa otot rendah (53,5%) dan lansia dengan massa otot normal (46,5%).

6.2 Saran

Saran yang dapat dikemukakan oleh peneliti yaitu bagi Pelayanan Panti Sosial Tresna Werdha dapat mempertahankan dan meningkatkan pelayanan yang diberikan dalam menjaga kesehatan fisik dan psikis lansia, serta tetap memberikan pelayanan konseling kesehatan bagi para lansia secara optimal.