

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Hampir seluruhnya lansia di Desa Kedung Rukem mendapatkan dukungan teman sebaya negatif sebanyak 99 (90%) orang.
2. Sebagian besar lansia di Desa Kedung Rukem tidak aktif dalam menggunakan media sosial sebanyak 79 orang (71.8%) orang.
3. Hampir seluruhnya lansia di Desa Kedung Rukem mandiri dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) sebanyak 100 orang (90.9%) orang.
4. Sebagian besar lansia di Desa Kedung Rukem memiliki kualitas hidup sedang sebanyak 60 (54.5%) orang.
5. Ada hubungan dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem dengan nilai *p value* 0.005.
6. Tidak ada hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem dengan nilai *p value* 0.097.
7. Ada hubungan tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem tahun 2024 dengan nilai *p value* 0.042.

7.2 Saran

7.2.1 Saran Teoritis

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebagai sumber informasi dan kajian literatur tentang keperawatan gerontik dengan penguatan dukungan teman sebaya melalui kelompok pendukung atau kegiatan sosial, mendorong penggunaan

media sosial sebagai alat untuk memperkuat ikatan sosial dan akses ke informasi yang relevan, peningkatan kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dan kualitas hidup pada lansia.

7.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Desa Kedung Rukem

Desa Kedung Rukem meningkatkan dan membuat kelompok diskusi atau kegiatan sosial bagi lansia, sehingga menumbuhkan dukungan teman sebaya lansia yang positif. Desa Kedung Rukem menyelenggarakan pelatihan mengenai penggunaan media sosial yang ramah lansia untuk mengurangi hambatan dalam mengakses informasi dan memperluas jaringan sosial. Desa Kedung Rukem memberikan informasi kesehatan berupa upaya promotif dan preventif terhadap permasalahan yang berkaitan dengan *Activity of Daily Living* (ADL) dan kualitas hidup pada lansia.

2. Bagi lansia

Lansia berpartisipasi aktif dalam kegiatan yang diadakan di Desa Kedung Rukem. Lansia bergabung dengan kelompok atau komunitas teman sebaya yang memiliki minat yang sama, menggunakan media sosial sesuai kebutuhan dan rutin melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian, menggunakan pendekatan multidimensi, dan melibatkan teknologi dalam pengumpulan data dan intervensi, sehingga dapat memberikan kontribusi signifikan

dalam menciptakan kebijakan dan program yang lebih baik untuk mendukung lansia di masa depan.

