

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh pemberian nasi merah terhadap perubahan kualitas hidup pada manusia usia lanjut.
2. Terdapat pengaruh pemberian nasi merah terhadap peningkatan yang tidak bermakna secara statistik pada kualitas hidup manusia usia lanjut domain kesehatan fisik.
3. Terdapat pengaruh pemberian nasi merah terhadap peningkatan yang bermakna secara statistik pada kualitas hidup manusia usia lanjut domain psikologis.
4. Terdapat pengaruh pemberian nasi merah terhadap peningkatan yang tidak bermakna secara statistik pada kualitas hidup manusia usia lanjut domain sosial.
5. Terdapat pengaruh pemberian nasi merah terhadap peningkatan yang tidak bermakna secara statistik pada kualitas hidup manusia usia lanjut domain lingkungan.

B. Saran

1. Konsumsi nasi merah dapat digunakan sebagai media alternatif untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup manusia lanjut usia, terutama dari segi psikologisnya.

2. Penelitian ini hanya membandingkan perubahan kualitas hidup manusia lanjut usia yang mengonsumsi nasi merah dan yang tidak mengonsumsi nasi merah, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengontrol dengan cermat variabel pengganggu yang diduga memiliki pengaruh besar terhadap perubahan kualitas hidup.
3. Penelitian selanjutnya disarankan untuk membandingkan takaran pemberian nasi merah sehingga diperoleh takaran konsumsi nasi merah yang paling efektif untuk meningkatkan kualitas hidup manusia usia lanjut.