

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini didapatkan kesimpulan antara lain sebagai berikut :

1. Tidak terdapat hubungan bermakna antara usia dengan derajat kekakuan sendi, baik usia lansia awal, lansia akhir dan manula.
2. Tidak terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan derajat kekakuan sendi, baik itu rendah, sedang maupun tinggi.
3. Terdapat hubungan bermakna antara lama fisioterapi dengan derajat kekakuan sendi ,dimana semakin sering pasien fisioterapi maka semakin kecil derajat kekakuan sendi.
4. Variabel-variabel lain yang berada dalam penelitian ini tidak memiliki pengaruh terhadap derajat kekakuan sendi

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka kepada peneliti selanjutnya disarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Pemilihan desain penelitian perlu disesuaikan dengan aspek yang ingin diteliti. Dalam penelitian sejenis ini lebih baik menggunakan desain *case control* ataupun *cohort study*.

2. Pemilihan instrumen harus disesuaikan dengan kondisi dan keadaan subjek penelitian, oleh karena itu perlu dilakukan uji validitas dan reabilitas kembali tentang kuesioner IPAQ maupun PRWE.
3. Perlu penggunaan lebih dari satu instrumen agar hasil yang diperoleh lebih akurat dan dapat menghindari bias.
4. Sebaiknya penelitian yang menggunakan data primer dengan angka kejadian kecil dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang .