

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil analisis data penelitian yang sudah dilakukan, maka dari itu dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Karakteristik dari sampel pada penelitian ini pada kategori lansia menjadi sampel terbesar yang terdiri dari 18 orang responden (75%), sedangkan pada kategori jenis kelamin laki-laki yang merupakan responden terbanyak yaitu sebanyak 13 responden (54,2%).
- b. Untuk karakteristik dari segi indeks massa tubuh pada penelitian ini bahwa kategori nilai indeks massa tubuh terbesar yaitu sebesar 26,2 dengan 1 responden, sedangkan yang terendah 15,5 dengan 1 responden juga (4,2%).
- c. Tingkat keseimbangan pada penelitian yang dilakukan terhadap 24 responden, mayoritas responden 18 responden (75%) memiliki tingkat keseimbangan statis yang buruk dan 6 responden (25%) memiliki tingkat keseimbangan baik, untuk kelompok sholat dengan nilai rata-rata (24,7 detik) dan untuk kelompok tidak sholat nilai rata-rata sebesar (19,4 detik).
- d. Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa tidak terdapat adanya hubungan antara aktivitas sholat dengan tingkat keseimbangan statis pada lansia.

#### **V.2 Saran**

- a. Menggunakan sampel yang lebih banyak dan lebih beragam dari aspek usia, dan karakteristik responden
- b. Menelusuri faktor-faktor yang berhubungan dengan keseimbangan statis selain IMT, berat badan, tinggi badan, dan usia
- c. Diharapkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dijadikan untuk referensi penelitian selanjutnya dan kedepannya dapat dikembangkan