

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data penelitian yang sudah dilakukan dan dijabarkan serta pengolahan data dari sampel sebanyak 24 orang, 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%), Pada kategori jenis kelamin laki-laki yang merupakan responden terbanyak yaitu sebanyak 13 responden (54,2%) sedangkan untuk responden perempuan sebanyak 11 orang dengan persentase 45.8%.
- b. Hasil dari penelitian ini terdapat sebanyak 13 responden (54,2%) mayoritas melakukan sholat, sedangkan persentase yang tidak melakukan sholat 45.8% yaitu sebanyak 11 responden.
- c. Frekuensi *endurance lower limb* pada lansia menggunakan parameter *sit to stand* dengan hasil 3 responden mampu melakukan 5 kali pengulangan (23,1%), 1 responden 7 kali pengulangan (7,7%), 1 responden mampu 8 kali pengulangan (7,7%), 4 responden 9 kali pengulangan (30,8%), 3 responden 10 kali pengulangan (23,1%), 1 responden 13 kali pengulangan (7,7%),
- d. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, mendapatkan suatu kesimpulan yakni tidak terdapat adanya hubungan antara sholat dengan *endurance lower limb* pada lansia.

V.2 Saran

- a. Penelitian selanjutnya menggunakan sampel yang lebih besar dari aspek usia, dan karakteristik responden
- b. Menelusuri faktor-faktor yang berhubungan dengan *endurance lower limb* selain IMT, berat badan, tinggi badan, dan usia

- c. Diharapkan dari penelitian yang telah dilaksanakan dapat menjadi bahan referensi penelitian selanjutnya agar dapat dikembangkan menjadi lebih baik