

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Lansia Komplek Marinir Depok, maka didapati bahwa:

- a. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa kategori mobilitas baik berdasarkan hasil TUG *dual task* mayoritas pada kategori usia *elderly*.
- b. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kategori mobilitas baik berdasarkan hasil TUG *dual task* mayoritas perempuan.
- c. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kategori mobilitas baik berdasarkan hasil TUG *dual task* mayoritas pada kategori IMT normal.

V.2 Saran

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan tambahan ilmu untuk penelitian lebih lanjut khususnya bagi mahasiswa fisioterapi tentang gambaran risiko jatuh pada lansia dengan menggunakan *Timed Up and Go dual task*.
- b. Layanan kesehatan perlu melakukan *screening* awal tentang risiko jatuh pada lansia, khususnya dengan lansia yang mempunyai komorbiditas.
- c. Mengingat masih banyaknya lansia yang mempunyai risiko jatuh yang tinggi, posyandu lansia dapat memberikan edukasi ataupun latihan untuk meningkatkan keseimbangan dan fungsi kognitif pada lansia untuk meminimalisir kejadian jatuh.