

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1 Kesimpulan**

Berdasarkan rumusan masalah dari *literature review* ini, yaitu untuk mencari tahu Apakah ada hubungan durasi lama duduk terhadap *flexibility* pada lansia, dari hasil pembahasan *journal literature* yang telah direview oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa duasi lama duduk berpengaruh terhadap *flexibility* pada lansia.