

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

1. Pengetahuan lansia tentang Reumatik Di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo kurang dengan Pengetahuan responden sekitar 65,9%.
2. Sikap lansia tentang Reumatik Di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo memiliki Sikap dengan kategori cukup sekitar 85,7%.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang ingin saya berikan, diantaranya:

1. Diharapkan pasien yang menderita penyakit rematik dapat melakukan olahraga secara konsisten dan mengambil istirahat yang secukupnya untuk memperbaiki kondisi fungsi fisik mereka.
2. Selain itu pasien rematik juga harus mengamalkan cara hidup yang sehat dengan mengonsumsi makanan dengan diet yang benar.
3. Diharapkan bahwa dokter dapat mengedukasi pasien menghindari makanan yang mengandung protein khususnya kacang –kacangan. dan menjelaskan hal-hal yang dapat memperburuk kondisi fungsi fisik pasien.
4. Untuk para mahasiswa yang ingin melakukan praktek gerontik Di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo. Perlu meningkatkan keaktifan

dan pendidikan kesehatan pada lanjut usia dengan cara memberikan informasi atau penyuluhan – penyuluhan kesehatan khususnya penyakit Reumatik.

5. Bagi peneliti selanjutnya di harapkan dalam penelitian lebih lanjut dengan pengembangan variabel penelitian dan jumlah populasi yang lebih banyak sehingga akan lebih dipeoleh hasil yang lebih baik.