

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran daya tahan jantung paru pada lanjut usia penderita demensia di BPSTW Ciparay Bandung sebagian besar memiliki daya tahan jantung paru yang kurang. Dan gambaran keseimbangan pada lanjut usia penderita demensia di BPSTW Ciparay Bandung sebagian besar memiliki keseimbangan yang kurang.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa implikasi dan rekomendasi atau saran yang ingin disampaikan oleh peneliti terkait dengan daya tahan jantung paru dan keseimbangan lansia demensia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wredha Ciparay Bandung. Rekomendasinya adalah sebagai berikut :

5.2.1 Bagi BPSTW Ciparay Bandung

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai daya tahan jantung paru dan keseimbangan pada lansia penderita demensia di BPSTW Ciparay. Selain itu diharapkan pula kepada pihak BPSTW Ciparay Bandung untuk memberikan penghargaan sebagai motivasi bagi lansia penderita demensia yang mengikuti latihan-latihan kebugaran jasmani seperti senam lansia yang diadakan oleh BPSTW Ciparay setiap harinya.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani khususnya daya tahan jantung paru dan keseimbangan pada lansia penderita demensia.

5.2.3 Bagi Perawat atau Tenaga Kesehatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi indikator untuk membuat program latihan untuk meningkatkan atau mempertahankan daya tahan jantung paru dan keseimbangan pada lansia demensia. Selain itu diharapkan pula untuk memberikan penghargaan sebagai motivasi bagi lansia penderita demensia yang mengikuti latihan-latihan kebugaran jasmani seperti senam lansia yang diadakan oleh BPSTW Ciparay setiap harinya.