

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan antara status gizi dan determinan sosial kesehatan dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia Puskesmas Pleret, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar status gizi lansia termasuk dalam kategori status gizi kurang
2. Sebagian besar untuk determinan sosial kesehatan pada aspek penilaian kesehatan terhadap diri sendiri yaitu responden menilai kesehatan diri sendiri baik. Sebagian besar responden dalam waktu 1 tahun mengatakan mengalami depresi berdasarkan laporan diri (*self-reported depression*). Sebagian besar responden menilai kualitas hidup secara keseluruhan yaitu baik. Kepuasan hidup responden sebagian besar merasa puas
3. Sebagian besar kualitas hidup lansia termasuk dalam kategori kualitas hidup optimal
4. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia Puskesmas Pleret
5. Terdapat hubungan antara determinan sosial kesehatan dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia Puskesmas Pleret pada aspek penilaian terhadap kesehatan diri sendiri dan penilaian kualitas hidup secara keseluruhan. Namun pada aspek *self reported depression* dan kepuasan hidup tidak terdapat hubungan yang signifikan.

6. Berdasarkan hasil uji multivariat, variabel *independent* yang berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia yaitu penilaian terhadap kesehatan diri sendiri dan *self reported depression*.

B. Saran

1. Bagi Pihak Puskesmas

Berdasarkan hasil penelitian, pihak Puskesmas diharapkan dapat memaksimalkan kegiatan Posyandu Lansia dengan menyediakan layanan konseling gizi, serta mengembangkan program edukasi gizi dan kesehatan yang melibatkan keluarga sebagai pendukung utama. Keterlibatan keluarga penting karena sangat berpengaruh terhadap pemenuhan kebutuhan gizi dan kualitas hidup lansia. Selain itu, Puskesmas juga perlu melakukan skrining status gizi secara rutin agar kondisi gizi yang kurang dapat terdeteksi lebih awal dan segera mendapatkan penanganan yang tepat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel determinan sosial lainnya, seperti kondisi lingkungan fisik, akses pangan, atau status ekonomi secara lebih terukur, sehingga gambaran faktor penentu kualitas hidup lansia menjadi lebih lengkap. Selain itu, penilaian status gizi sebaiknya tidak hanya menggunakan indikator IMT, tetapi juga mempertimbangkan pengukuran tambahan seperti lingkaran lengan atas (LLA), penilaian asupan gizi harian, atau analisis komposisi tubuh agar gambaran status gizi lebih akurat.

C. Implikasi Kebijakan

Implikasi kebijakan dari penelitian ini ditujukan terutama bagi Pemerintah Kabupaten Bantul, yaitu perlunya memperkuat layanan Posyandu Lansia melalui kebijakan skrining status gizi dan pemeriksaan kesehatan mental secara rutin. Pemerintah daerah dapat mengembangkan program khusus bagi lansia yang berfokus pada deteksi dini gizi kurang dan gejala depresi, sehingga masalah tersebut dapat ditangani lebih cepat dan mendukung peningkatan kualitas hidup lansia.