

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diuraikan pada bagian sebelumnya, kesimpulan yang dapat disajikan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Promosi kesehatan berpengaruh signifikan terhadap pendidikan kesehatan. Promosi kesehatan akan meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan lansia tentang pentingnya memelihara kesehatan, mencegah penyakit, mengobati segera dan merawat diri dan memulihkan pasca perawatan.
2. Pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap perilaku sehat lansia. Bentuk perilaku adalah implementasi kemampuan berupa pengetahuan, sikap dan ketrampilan lansia baik kebiasaan dan gaya hidup sehari-harinya. Misalnya rutin beraktifitas ikut perkumpulan, rutin olah raga, patuh terhadap diet makanan, makan sayur, menghindari stress dan tidak merokok serta meminum alkohol.
3. Perilaku sehat lansia berpengaruh signifikan terhadap kemandirian lansia. Perilaku yang sehat lansia akan muncul tanpa harus selalu diingatkan, di dampingi dan di paksa, sehingga aktifitas perawatannya benar-benar di dorong atas kesadaran diri lansia
4. Kebijakan publik yang sehat yang sehat berpengaruh signifikan terhadap kemandirian lansia.
Pemerintah daerah yang peduli lansia akan membuat kebijakan publik yang sehat yang mendorong lansia mampu mandiri dalam memperhatikan kesehatannya. Salah satu implementasinya dengan membuat program Puskesmas Santun Lansia.
5. Fungsi perawatan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap kemandirian lansia.

Fungsi perawatan kesehatan yang di edukasikan dalam kegiatan intervensi

promosi kesehatan melahirkan kemandirian lansia untuk mengidentifikasi masalah kesehatannya, memelihara kesehatan, mencegah penyakit, mengobati dan merujuk segera penyakitnya, memahami system pembiayaan kesehatan dan mandiri pasca perawatan kesehatannya.

6. Pendidikan kesehatan tidak berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Kualitas pendidikan lansia tidak hanya hasil dari hasil akhir (*outcome*) dari pendidikan kesehatan saja. Tapi kontribusi dari variabel- variabel lain seperti kebijakan publik yang sehat, kemandirian lansia, fungsi perawatan keluarga dan dukungan pemerintah daerah serta lintas sektor.
7. Kebijakan publik yang sehat yang sehat tidak berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Kebijakan publik yang sehat tidak selamanya bersentuhan langsung dengan program kegiatan riil di lapangan.
8. Pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap kemandirian lansia. Pendidikan yang terencana dan berbasis masalah dan kebutuhan lansia, maka akan melahirkan kemandirian.
9. Fungsi perawatan kesehatan tidak berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Fungsi perawatan secara langsung berpengaruh pada kemandirian dan kemandirian berpengaruh pada kualitas.
10. Kemandirian berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Lansia yang mandiri akan meningkat kualitas hidupnya
11. Promosi kesehatan, kebijakan publik yang sehat yang sehat, fungsi perawatan kesehatan, pendidikan kesehatan, perilaku kesehatan dan kemandirian lansia berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia terbukti fit dengan datanya. Meskipun terdapat tiga yang tidak berpengaruh. Kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan kemandirian lansia melalui upaya pendidikan kesehatan yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan serta memperbaiki sarana dan prasarana terkait kebijakan publik yang sehat kesehatan dan meningkatkan fungsi perawatan kesehatan.

B. Implikasi

1. Implikasi Praktis

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok umur ≥ 60 tahun yang masuk pada tahap akhir dalam siklus kehidupan. Dampak dari peningkatan populasi lansia untuk kehidupan adalah meningkatnya ketergantungan fisik untuk memenuhi aktifitas harian, meski demikian lansia diharapkan dapat mandiri dan mempunyai kualitas hidup yang prima. Bertambahnya usia harapan hidup dan jumlah lansia menimbulkan dampak yang menyangkut perubahan dari seluruh sistem kerja tubuh dari segi fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Untuk mencapai usia harapan hidup yang tinggi membutuhkan peningkatan dan pemeliharaan kesehatan dalam rangka usaha mencapai masa tua yang produktif, berdaya guna, bahagia dan sehat. Kualitas hidup lansia akan meningkat bila anggota keluarga bekerjasama untuk menjalankan fungsi keluarga dalam bidang kesehatan. Dalam menjalankan fungsi perawatan kesehatan, keluarga lansia dapat bekerjasama dengan tenaga kesehatan diantaranya perawat dalam hal promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif.

Posyandu lansia dilaksanakan oleh masyarakat dalam hal ini kader kesehatan bersama tim kesehatan lain untuk dapat mengenali permasalahan kesehatan dan keperawatan yang dihadapi lansia serta memecahkan masalah tersebut. Peran aktif dari seluruh komponen masyarakat sangat memengaruhi keberhasilan pembangunan sektor kesehatan baik pemerintah pusat maupun daerah, akademisi dan organisasi profesi. Aplikasi dari penelitian ini adalah menemukan model dari program promosi kesehatan bagi lanjut usia yang dapat mengeksplorasi pentingnya dukungan pemerintah daerah dalam membuat program kebijakan publik yang sehat bagi lanjut usia melalui Puskesmas Santun Lansia di wilayah Kabupaten Sleman dan membuka paradigma baru bagi perawat pemegang program lansia di puskesmas untuk mengembangkan intervensi promosi kesehatan lansia dengan pendekatan fungsi perawatan keluarga untuk memandirikan lansia.

2. Implikasi Teori

Berdasarkan teori model promosi kesehatan, penulis menguatkan model dari Tones (1990) yang merupakan *grand theory* dalam penelitian ini. Model ini mendeskripsikan bahwa dalam mencapai kesehatan dipengaruhi oleh banyak faktor yakni lingkungan sosial dan fisik yang sehat, pelayanan kesehatan, pilihan kesehatan dan kebijakan publik yang sehat yang sehat. Promosi kesehatan terdiri dari dua rantai meliputi pendidikan dan informasi yang memungkinkan individu membuat pilihan dan kebijakan publik yang sehat yang sehat.

Penelitian ini mengeksplorasi faktor dukungan pemerintah daerah dalam membuat kebijakan. Pemerintah Kabupaten Sleman dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dan kemandirian dalam kesehatan lansia, antara lain dengan menyediakan anggaran untuk program pelayanan khusus kesehatan lansia melalui pencaangan Puskesmas Santun Lansia, mengangkat perawat komunitas untuk melaksanakan program perawatan kesehatan masyarakat lansia (perkesmas) dan menyediakan sarana prasarana di fasilitas kesehatan pemerintah dan lembaga organisasi perangkat pemerintah yang memberikan akses yang mudah untuk lansia (inkluisitas). Hal ini lah yang menjadi nilai lebih (*added value*) peningkatan kualitas hidup lansia di Kabupaten Sleman sehingga usia harapan hidup di Kabupaten Sleman menempati ranking tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta dan tingkat nasional dapat dipertahankan.

Model promosi kesehatan pada hasil penelitian ini menekankan pada upaya membantu masyarakat lansia mengubah gaya hidup perilaku lansian dan bergerak menuju kondisi kualitas hidup lansia yang optimum. Konsep kualitas hidup lansia perlu di tinjau lagi dalam upaya merencanakan promosi kesehatan, dimana keberhasilan upaya promosi kesehatan tidak bias terlepas dari diterminan kebijakan publik yang sehat pemerintah setempat, fungsi perawatan lansia di keluarga, dikuatkan dengan perilaku gaya hidup lansia serta pembentukan

kemandirian lansia akan menghasilkan kualitas hidup lansia.

Temuan utama model promosi kesehatan lansia di Kabupaten Sleman, dalam penelitian ini adalah adanya karakteristik tujuan dari pendidikan kesehatan lansia yang memengaruhi secara langsung signifikan terhadap kualitas hidup lansia, yaitu: (1) meningkatkan kemauan dan kemampuan lansia untuk melakukan kemandirian dalam upaya mengoptimalkan kesehatan, (2) memfungsikan peran keluarga dalam perawatan lansia dan (3) melakukan advokasi pemerintah daerah setempat untuk melahirkan kebijakan publik yang sehat yang mendukung kesehatan lansia. Tiga hal tersebut dilakukan oleh pemangku kepentingan (*stakeholder*) secara simultan dengan terencana dan terprogram dengan baik.

Temuan lainnya adalah upaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia harus di kembangkan dengan intervensi promosi kesehatan lansia dengan melakukan upaya proteksi pada individu lansia dengan berbagai kegiatan, yaitu: 1) skrining kesehatan, 2) konsultasi kesehatan individu lansia, 3) pendidikan kesehatan kelompok lansia berisiko kesehatan, 4) pembentukan kelompok swa bantu (*self help group*), 5) promosi rumah sayang lansia dan puskesmas sayang lansia, 6) perawatan di rumah (*home care* dan *home visit*), 7) makanan diit sehat lansia yang dikirim ke rumah sebagai sampel, 8) manajemen kasus khronis, 9) bantuan biaya sosial dan 10) pelayanan pasca perawatan rawat inap.

3. Implikasi Metodologi

Pelaksanaan promosi kesehatan pada lansia perlu mengedepankan intervensi dengan melakukan upaya proteksi pada individu dengan berbagai kegiatan. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan responden yang tersebar pada satu kabupaten. Kuesioner sebelumnya sudah diuji coba untuk menelusuri data dan fenomena yang dibutuhkan, kemungkinan ada bias dengan kondisi yang ada di masyarakat sehingga dapat berpengaruh pada hasil penelitian.

C. Saran

Berdasarkan temuan dan implikasi penelitian, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi lansia di Kabupaten Sleman
Lansia diharapkan lebih meningkatkan keaktifan dalam mengikuti kegiatan posyandu sehingga dapat meningkatkan informasi kesehatan secara umum, melakukan cek kesehatan dan bersosialisasi dengan lingkungan.
2. Bagi perawat puskesmas di Kabupaten Sleman
 - a. Peningkatan pengelolaan kesehatan lansia yang lebih terprogram.
 - b. Memberikan senam lansia untuk tetap menjaga kebugaran fisik sehingga lansia dapat mempertahankan sekaligus meningkatkan derajat kesehatan lansia.
 - c. Memberikan makanan sebagai gizi tambahan untuk lansia dan memastikan bahwa makanan tersebut dikonsumsi oleh lansia yang bersangkutan
3. Bagi Pemerintah (Pengambil kebijakan)
 - a. Dinas kesehatan sebagai lembaga pemerintah yang terkait dalam pengembangan kesehatan lansia perlu melibatkan keluarga dalam perencanaan dan implementasi program sehingga tujuan kegiatan bisa tercapai.
 - b. Pemerintah dapat mengintegrasikan kebijakan-kebijakan yang bersifat sayang lansia sehingga dapat merangsang lansia untuk melakukan kegiatan yang bersifat produktif.
4. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan mengamati dan melakukan wawancara lebih mendalam agar memiliki pemahaman yang lebih detail tentang permasalahan terkait lansia.