

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Lansia merupakan dimana masa manusia mengalami kemunduran fisik sehingga faktor kesehatan sangat perlu diperhatikan untuk kesejahteraan lansia sendiri. Tidak sedikit lansia dapat menikmati masa tuanya dengan sejahtera. Banyak lansia-lansia yang menjadi depresi, stress, dan berpenyakitan. Lansia sering dianggap sebagai beban bagi usia produktif. Oleh karena itu lansia dididik untuk mandiri agar tetap berdayaguna hingga nanti di masa tuanya.

Kemandirian dalam bidang kesehatan sangat diperlukan lansia oleh karena itu media penunjang pendidikan kesehatan lansia sangat diperlukan. Selain itu fasilitas yang menunjang juga diperlukan. Pemerintah telah menyediakan posyandu lansia yang diadakan swadaya oleh masyarakat untuk membantu menunjang pendidikan kesehatan bagi lansia.

Dengan adanya media penunjang kesehatan lansia ini, diharapkan lansia dapat secara mandiri memperhatikan kesehatan diri sendiri. Kemandirian lansia dalam aspek kesehatan yaitu peduli dengan kesehatan diri sendiri dengan mengenali gejala-gejala penyakit yang biasa lansia alami. Media penunjang yang ada di posyandu berupa infografik ataupun brosur dapat membantu memberikan informasi kesehatan yang bersangkutan dengan lansia.

5.2 Saran

5.2.1 Saran untuk Individu

- Waktu berjalan sangat cepat dan harus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya. Maka, membuang waktu dengan melakukan pekerjaan yang sia-sia tidak akan bermanfaat apapun bagi hidup kita.
- Salah satu kunci keberhasilan hidup adalah dengan bersosialisasi dan berani untuk bergaul dengan masyarakat yang memiliki latar belakang yang berbeda.
- Keberhasilan yang besar diawali dari hal kecil yang dikerjakan dan diusahakan dengan perjuangan yang sungguh-sungguh.

5.2.2 Saran untuk Universitas Kristen Maranatha

- Buah yang berkualitas baik berasal dari pohon yang baik, begitu pula dengan mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kualitas kerja yang baik, berasal dari lembaga universitas yang memiliki dedikasi tinggi terhadap pendidikan, pengajaran, dan pembimbingan para mahasiswanya. Oleh karena itu, Universitas Kristen Maranatha diharapkan dapat menciptakan mahasiswa yang memiliki kualitas kerja lebih baik lagi di kemudian hari.