

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada skripsi yang berjudul “Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus” yaitu sebagai berikut:

1. Kegiatan Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Medini, Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus adalah meningkatkan produktifitas dan kualitas hidup guna membina keluarga yang harmonis. Senam lansia telah membantu meningkatkan kualitas hidup bagi masyarakat Desa Medini. Karena lansia sebagai pihak yang melaksanakan dan yang menerima manfaat.

Manfaat dan gerakan senam lasia untuk tingkatan kebugaran. Adanya senam lansia dibentuk untuk memberikan manfaat pada lansia agar bisa menjaga kesehatan mengatur pola hidup sehat. Dalam kegiatan senam lansia, para lansia dapat melakukan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tanda vital (berat badan, tekanan darah, dan nadi).

2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualias Hidup di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus

Dalam pemberdayaan lansia produktif pasti ada beberapa faktor pendukung dan faktor penghambat:

- a. Faktor Pendukung: adanya keterlibatan Pemerintah Desa dan Kader PKK dalam memberdayakan lansia, banyaknya lansia di Desa Medini yang ikut senam menjadi sangat meningkat, ijin suami, lingkungan senam yang nyaman.
- b. Faktor Penghambat: keterbatasan obat-obatan, tidak tersedianya semua obat yang dibutuhkan oleh para lansia, kegiatan senam dilakukan tidak pasti tanggalnya, belum ada transportasi gratis yang disediakan oleh desa untuk mengantar jemput para lansia.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi penggerak program lansia produktif supaya lebih memperhatikan edukasi dan penyuluhan yang baik kepada masyarakat yang belum bisa diajak ikut berpartisipasi dalam

kegiatan senam. Sehingga upaya pemberdayaan lansia produktif dapat dirasakan oleh semua para lansia.

2. Bagi para lansia dengan adanya program lansia diharapkan semua lansia di Desa Medini bisa mengikuti acara tersebut dan menjadi lansia yang produktif dan mandiri.

C. Penutup

Alhamdulillahirobbil 'Alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memperkenankan penulis sampai diakhir penelitian ini. Kritik dan saran yang membangun akan sangat dinanti untuk berlanjutnya proses belajar dan pengembangan diri bagi penulis. Terimakasih kepada dosen pembimbing yang sudah kebersamai penulis dalam penyusunan skripsi ini. Mohon maaf atas segala kekurangan dan kekhilfan dalam penulisan.

