

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil identifikasi, analisis dan pembahasan hasil penelitian yang telah diuraikan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lansia di Paguyuban Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya memiliki nilai *Five Times Sit to Stand Test* (FTSST) kurang dari 12 detik yang berarti tidak beresiko jatuh.
2. Lansia di Paguyuban Bapa Abraham Paroki Gembala Yang Baik Surabaya memiliki nilai *Timed Up and Go Test* (TUG Test) kurang dari 10 detik yang termasuk dalam klasifikasi Sangat Mandiri.
3. Lansia merasa baik dengan kualitas hidupnya dan merasa puas dengan kesehatan fisik saat ini. Rerata nilai konversi tertinggi dari keempat domain kualitas hidup *World Health Organization Quality of Life-BREF* (WHOQoL-BREF) adalah domain lingkungan, namun belum dapat ditentukan

bahwa kualitas hidup pada domain lingkungan lebih baik daripada domain lainnya.

4. Terdapat korelasi yang kuat antara FTSST dengan TUG *Test*.
5. Tidak terdapat korelasi antara FTSST dengan semua domain kualitas hidup WHOQoL-BREF.
6. Tidak terdapat korelasi antara TUG *Test* dengan semua domain kualitas hidup WHOQoL-BREF.

6.2 Saran

1. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan populasi yang berbeda seperti panti werda untuk variasi mobilitas dan kualitas hidup lansia, serta untuk meneliti mengenai faktor-faktor selain mobilitas yaitu status perkawinan, psikologis, lingkungan, dan kehidupan sosial yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia.
2. Untuk lansia, kualitas hidup dapat ditingkatkan dengan mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh paguyuban dan untuk merubah persepsi lansia mengenai kualitas hidupnya.

3. Untuk paguyuban, penilaian FTSST dan TUG *Test* dapat dilakukan secara berkala untuk mengetahui kondisi mobilitas lansia dan menjaga kualitas hidup yang baik dengan menambahkan acara-acara (contohnya seperti saling *sharing*) di paguyuban.

DAFTAR PUSTAKA

1. Darmojo, Boedhi. *Geriatric: Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2010.
2. Lyons, Imogen. *Public Perceptions of Older People and Ageing*. National Centre for the Protection of Older; 2009. Diunduh pada 26 November 2015, dari: http://www.ncpop.ie/Year%201%20Reports/Microsoft%20Word%20-%20NCPOP%20Lit%20Rev%201%20IL%2001_12_09Cover%20inc22_01_10.pdf
3. Guccione, Andrew A., Dale Avers, & Rita Vong. *Geriatric Physical Therapy*. Philadelphia: Elsevier Mosby; 2012.
4. O'Connor, Melissa L., Jerri D. Edwards, Virginia G. Wadley, & Michael Crowe. *Change in Mobility Among Older Adults with Psychometrically Defined Mild Cognitive Impairment*; 2010. Diunduh pada 26 November 2015, dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2853603/pdf/gbq003.pdf>
5. Whitney, Susan L., Diane M Wrisley, Gregory F Marchetti, Michael A Gee, Mark S Redfern and Joseph M Furman. *Clinical Measurement of Sit-to-Stand Performance in People With Balance Disorders: Validity of Data for the Five-Times-Sit-to-Stand Test*; 2005. Diunduh pada 29 January 2015, dari: <http://ptjournal.apta.org/>
6. Wallman, Harvey W., Nicole S. Evans, Christopher Day, Kurt R. Neelly. *Interrater Reliability of the Five Times Sit to Stand Test*; 2013. Diunduh pada 21 Februari 2015, dari: hbc.sagepub.com
7. Gupta, Abhaya. *Measurement Scales Used in Elderly Care*. United Kingdom: Radcliffe Publishing; 2008.

8. Salim, Oktavianus Ch, Novia I. Sudharma, Rina K. Kusumaratna, & Adi Hidayat. *Validitas dan Reabilitas World Health Organization Quality of Life-BREF untuk Mengukur Kualitas Hidup Lanjut Usia*; 2007.
9. Notoatmojo, Soekidjo. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
10. Pusat Data dan Informasi. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2013.
11. Saxon, Sue V. *Physical Change and Aging, Sixth Edition: Aguide for the Helping Professions*. New York: Springer; 2015.
12. Webber, Sandra C., Michelle M. Porter, & Verena H. Menec. *Mobility in Older Adults: A comprehensive Framework*; 2010. Diunduh pada 29 Januari 2015, dari: <http://gerontologist.oxfordjournals.org/>
13. Menz, Hylton B. *Foot Problem in Older People: Assessment and Management*. Philadelphia: Elsevier; 2008.
14. Nordin, Ellinor, Eric Rosendahl, & Lillemor Lundin-Olsson. *Timed "Up & Go" Test: Reliability in Older People Dependent in Activities of Daily Living-Focus on Cognitive State*; 2006. Diunduh pada 7 Februari 2015, dari: <http://ptjournal.apta.org/>
15. Mollenkopf, Heidrun & Alan Walker. *Quality of life in old age*. Netherlands: Springer; 2007.
16. Morris, Katherine S. *Physical Activity, Disablement, and Quality of Life in Long-term Care*. United States: ProQuest; 2008.
17. Yong, Vanessa. *Mobility Limitations*. *International Encyclopedia of Rehabilitation*; 2010.
18. Raharja, Ericka Aditya. *Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia di Karang Werdha Semeru Jaya Kecamatan Sumbersari*

Kabupaten Jember; 2013. Diunduh pada 6 Oktober 2015, dari:
<http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/3193/%20Ericha%20Aditya%20Raharja%20-%20062310101038.pdf?sequence=1>

19. Maryam, dkk. *Mengenal Usia lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
20. Raad, Jason Rehab Measures: *Five Times Sit to Stand Test*; 2012. Dari: <http://www.rehabmeasures.org/Lists/RehabMeasures/DispForm.aspx?ID=1015>.
21. Buatois, Severine. *A Simple Clinical Scale to Stratify Risk of Recurrent Falls in Community-Dwelling Adults Aged 65 Years and Older*; 2010. Diunduh pada 17 April 2015, dari: <http://ptjournal.apta.org/>
22. Tiedemann, Anne. *The comparative ability of eight functional mobility tests for predicting falls in community-dwelling older people*; Oxford University Press; 2008.
23. Podsiadlo, D., Richardson, S. *The Timed "Up & Go": A test of basic functional mobility for frail elderly persons*; 1991. Dari: http://www.strokengine.ca/indepth/tug_indepth/
24. Herndon, Robert M. *Handbook of Neurologic Rating Scales 2nd Edition*. New York: Demos Medical Publishing; 2006.
25. *Introducing the WHOQOL Instrument*; Dari: http://depts.washington.edu/seaqol/docs/WHOQOL_Intro.pdf
26. Programme On Mental Health WHO. *WHOQOL-BREF Introduction, Administration, Scoring and Generic Version of the Assessment*. Switzerland; 1996.
27. Pieper, Barbara et al. *A Comparative Study of the Five-Times-Sit-to-Stand and Timed-Up-and-Go Tests as Measures*

of Functional Mobility in Persons with and without Injection-Related Venous Ulcers; 2014.

28. Langley, FA, Mackintosh, SFH. *Functional Balance Assessment of Older Community Dwelling Adults: A Systematic Review of the Literature. The Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*. Oct 2007, Volume 5 Number 4.
29. Noonan, Vanessa & Christie Chan. *World Health Organization Quality of Life- BREF (WHOQOL-BREF)*; 2013.
30. Hislop, Helen J., et al. *Daniels and Worthingham's Muscle Testing: Techniques of Manual Examination and Performance Testing Ninth Edition*. Philadelphia: Elsevier Saunders.
31. Ebrahim, Shah., Ann Bowling. *Handbook of Health Research Methods: Investigation, Measurement and Analysis*. New York: Open University Press; 2005.
32. Andri, et al. *Perasaan Self-Consciousness dan Rendahnya Harga Diri dan Hubungannya dengan Kualitas Hidup Pasien Akne Vulgaris. Majalah Kedokteran Indonesia*; 2010.
33. Pudjiastuti, Sri Surini & Budi Utomo. *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta: EGC; 2003.
34. Syurandari, Dwi Helynarti. *Analisis Kualitas Hidup Lansia di Kabupaten Mojokerto*. Surabaya: Airlangga University Library Surabaya; dibuat: 1-10-2014
35. Sirven, Joseph I. & Barbara L. Malamut. *Clinical Neurology of The Older Adult*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2008.
36. Butler, Annie A, et al. *Age and Gender Differences in Seven Tests of Functional Mobility*; 2009. Diunduh pada 4 November 2015, dari: <http://www.jneuroengrehab.com/content/pdf/1743-0003-6-31.pdf>.

37. Wang, CY, et al. *Effects of Age and Gender on Mobility-Related Physical Performance in Taiwanese Community-Dwelling Older Adults Without Physical Disability*; 2008. Diunduh pada 12 November 2015, dari: http://ajgg.org/AJGG/V3N3/p113_OA2009-51.pdf.
38. Goldberg, Allon, et al. *The Five Times Sit to Stand Test: Validity, Reliability and Detectable Change in Older Females*; 2012. Diunduh pada 12 November 2015, dari: <http://link.springer.com/article/10.1007%2FBF03325265#page-2>.
39. Cahyandari, A.A.S. Mas. *Hubungan Antara Keseimbangan, Kekuatan Otot, Fungsional Anggota Gerak Bawah dan Kualitas Hidup Lansia*. Surabaya: Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga; 2014.
40. Alexandre, Tiago da Silva, et al. *Factors Associated to Quality of Life in Active Elderly*; 2009. Diunduh pada 12 November 2015, dari: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v43n4/58.pdf>.
41. Sutikno, Ekawati. *Hubungan Antara Fungsi Keluarga dan Kualitas Hidup Lansia*. Surakarta: Program Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret; 2011.
42. Steffen, Teresa M, et al. *Age- and Gender-Related Test Performance in Community-Dwelling Elderly People: Six-Minute Walk Test, Berg Balance Scale, Timed Up and Go Test, and Gait Speeds*; 2002. Diunduh pada 12 November 2015, dari: <http://ptjournal.apta.org/>
43. Teixeira, A. Ribeiro, et al. *Relationship Among Hearing Loss, Age, Gender, and Quality of Life in Older Individuals*. Vol. 12; 2008.
44. Programme on Mental Health WHO. *WHOQOL User Manual*. Switzerland; 1998.