

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan obesitas dengan kejadian osteoarthritis pada pasien lansia maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a) Obesitas berpengaruh atas terjadinya osteoarthritis dan lebih sering diderita oleh lansia.
- b) Faktor terjadinya obesitas dan osteoarthritis dikarena penumpukan lemak akibat mengkonsumsi makanan yang tidak sehat seperti *junk food* dan minyak- minyak-an dan kurangnya aktifitas fisik pada lansia.
- c) Terdapat pengaruh obesitas terhadap terjadinya osteoarthritis karena tekanan yang didapatkan karena penumpukan lemak dapat mengganggu kinerja sendi lalu menyebabkan osteoarthritis.

B. Saran

Berikut beberapa saran agar dapat diperbaiki di keadaan dan penelitian berikutnya:

1. Penelitian ini merupakan penelitian studi literatur yang menggabungkan beberapa hasil penelitian yang sudah ada, kemudian dirangkum, dan disajikan dengan topik yang berhubungan dengan terjadinya obesitas dengan osteoarthritis pada lansia, sehingga perlu dikembangkan lagi di kemudian hari pada penelitian-penelitian berikutnya karena hubungan obesitas dengan kejadian osteoarthritis

pada lansia belum seluruhnya diketahui.

2. Perlu adanya menjaga pola hidup sehat pada masyarakat supaya menurunkan resiko terjadinya osteoarthritis pada usia lansia.