

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian tingkat kognitif usia lanjut di Panti Werdha Griya Asih Lawang Kabupaten Malang dapat diambil kesimpulan bahwa hampir seluruhnya sebanyak 23 orang (75%) mengalami gangguan tingkat kognitif. Hampir setengahnya sebanyak 9 orang (30%) mengalami gangguan kognitif sedang, hampir setengahnya sebanyak 8 orang (27%) mengalami gangguan kognitif berat, dan sebagian kecil sebanyak 6 orang (20%) mengalami gangguan kognitif ringan. Data ini sesuai dengan teori dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa usia dan pendidikan berkaitan terhadap tingkat kognitif individu.

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan di lapangan sebagai berikut :

5.1.1 Saran Bagi Pengelola Instansi Lansia

Diharapkan pada instansi pengelola lansia rutin melakukan aktivitas kognitif yang dapat merangsang otak seperti, menyusun puzzle, membaca buku, mengisi teka – teki silang, menonton televisi, mendengarkan musik atau belajar sesuatu yang baru.

Melakukan latihan fisik, yaitu berolahraga secara teratur dapat meningkatkan aliran darah ke otak dan merangsang pertumbuhan sel – sel saraf baru.

Membiasakan pola makan sehat yang kaya akan nutrisi, seperti sayuran, buah – buahan, biji – bijian, ikan berlemak, dan makanan tinggi serat dapat mendukung kesehatan otak dan mencegah peradangan.

Melakukan sosialisasi aktif, yaitu berinteraksi secara teratur dengan teman, keluarga, ataupun perawat yang ada di panti dapat merangsang otak, mencegah isolasi sosial, dan dapat membantu menjaga kesehatan mental

5.1.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan atau referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat ,k. (2019). Katalog: 4104001. Statistik Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia 2019, xxvi + 258 halaman.
- Dalilah. (2019). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(1), 21–25.
- Damaes, R. (2014). Gambaran Fungsi Kognitif Lansia di Posbindu Wilayah Puskesmas Ciputat Timur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 26-49.
- Dan P Dengan Masalah Keperawatan, J. N. (n.d.). *ASUHAN KEPERAWATAN DEMENSIA PADA LANSIA NY*.
- Dr. Muhammad Ramdhan, S.Pd.,M.M. 2021. *Metode Penelitian*. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Effendi, A. D., Mardijana, A., & Dewi, R. (2014). Hubungan antara aktivitas fisik dan kejadian demensia pada lansia di upt pelayanan sosial lanjut usia Jember. *Pustaka Kesehatan*, 2(2), 332-336.
- Fazriana, E. (2020). Profil Fungsi Kognitif Berdasarkan Karakteristik Lansia Binaan Sahabat Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 314–321.
- Gemini, & Dkk. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Aceh; Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Hasibuan, R. K., & Raafidianti, R. S. (2022). Gambaran Gangguan Kognitif pada Lansia dan Faktor – Faktor yang Mempengaruhinya di Desa Dangiang Kecamatan Kayangan Kabupaten Lombok Utara Nusa Tenggara Barat 2018. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(2), 62. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.2.62-66>
- Hutasuhut, A. F., Anggraini, M., & Angnesti, R. (2020). Pendidikan, Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif, dan Keterlibatan Sosial
- I Gusti Ayu Harry Sundariyati, N. R. (2014). Gambaran Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Status Kognitif Pada Lansia Di Puskesmas Kubu. *Bali Health Published*, 1-12.
- Kemenkes RI. (2016). Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi dan Analisis Lanjut Usia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniawan, Syamsul. 2017. Pendidikan Karakter: Konsepsi & Implementasinya secara Terpadu di Lingkungan Keluarga, Sekolah, Perguruan Tinggi, dan Masyarakat. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.

- Lasaima, H. (2016). *Gambaran Aspek Kognitif Dari Status Mental Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula*. Kendari : Politeknik Kesehatan Kendari.
- Latifah, R. A. (2021). *Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Desa Karangkendal Kecamatan Kapetakan Kabupaten Cirebon*. *Nursing Inside Community*, 3(2), 49–54.
- Manurung, C. H., Karema, W., & Maja, J. (2016). *Gambaran fungsi kognitif pada lansia di Desa Koka Kecamatan Tombulu*. *E-CliniC*, 4(2), 2–5. <https://doi.org/10.35790/ecl.4.2.2016.14493>.
- Mashithoh, Anny. (2020). *Terapi Pelatihan Ketrampilan Sosial Untuk Mengatasi Kesenangan Pada Lansia*. Kudus; MU Press.
- Mersiliya Sauliyusta, Ety Rekawati. 2016. "Aktivitas Fisik Memengaruhi Fungsi Kognitif Lansia." *Jurnal Keperawatan Indonesia* 71-77.
- Muzamil, M. S., Afriwardi, A., & Martini, R. D. (2014). Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada usila di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2).
- Ni Made Melati Dewi, P. I. (2020). *Gambaran Tingkat Kognitif Pada Lansia Di Desa Duur Kaja Gianyar*. *Bali Health Published*, 26-38.
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Oktaviana, R., Hidayat, S., & Mumpuningtias, E. D. (2019). Peran Keluarga Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Pandian Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 13–19.
- Padila. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta; Nuha Medika.
- Pragholapati, A., Ardiana, F., & Nurlianawati, L. (2021). *Gambaran Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia (Lansia)*. *Jurnal Mutiara Ners*, 4(1),
- Rahmawati Ramli, M. N. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Window of Nursing Journal*, 23-32.

Ratnawati, Emmelia. (2017). Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta; Pustaka Baru Press.

Sari, R. (2015). Perbedaan Fungsi Kognitif Antara Lansia yang Tinggal di PSTW dengan Lansia yang Tinggal di Tengah Keluarga.

Silalahi, S. L., Hastono, S. P., & Kridawati, A. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Cita Sehat Yogyakarta Tahun 2016. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 9(1), 543–552.

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: PT. Alfabet.

Muzamil, M. S., Afriwardi, A., & Martini, R. D. (2014). Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada usila di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2).

World Population Project of United Nations. 2015. *Population Ageing 2015*. Available from: <https://population.un.org/wpp>.

