

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan status gizi dan fungsi kognitif dengan status fungsional lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta Selatan, dapat disimpulkan bahwa:

5.1.1 Lansia memiliki status gizi normal sebanyak 37,7% dan fungsi kognitif baik sebanyak 39% dengan status fungsional ringan sebanyak 54,5%. Lansia memiliki status gizi normal dengan status fungsional ringan sebanyak 72,4%, sedangkan mayoritas lansia memiliki fungsi kognitif baik dengan status fungsional ringan sebanyak 66,7%.

5.1.2 Terdapat hubungan status gizi dengan status fungsional lansia diperoleh P value $0,013 < \alpha$ (0,05). Terdapat hubungan fungsi kognitif dengan status fungsional lansia diperoleh P value $0,009 < \alpha$ (0,05).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi pendidikan

Hasil analisis dari variabel yang telah diteliti dapat menjadi materi pembelajaran dan sumber informasi bagi mahasiswa, serta sebagai dasar untuk kegiatan pengabdian masyarakat, yang mana mahasiswa dapat membantu lansia untuk mempertahankan kesehatannya.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil analisis yang telah dijelaskan di atas dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya. Disarankan kepada peneliti berikutnya untuk menggunakan metode lain dan mengembangkan penelitian ini agar lebih baik. Selain itu peneliti selanjutnya juga dapat meneliti variabel lain yang mungkin dapat mempengaruhi status fungsional lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta Selatan misalnya kualitas hidup, tingkat kesepian, depresi, dan lain-lain.

5.2.3 Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta Selatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan pelayanan dan pemantauan status gizi lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta Selatan. Langkah-langkah yang dapat dilakukan meliputi pengukuran IMT secara rutin, penyesuaian menu makanan sesuai kebutuhan lansia, baik dari segi kandungan gizi maupun tekstur makanan agar mudah dikonsumsi. Untuk menjaga kesehatan kognitif, lansia bisa diberikan stimulasi kognitif melalui permainan seperti catur dan diskusi kelompok tentang berbagai topik yang menarik guna meningkatkan interaksi sosial dan budaya.