

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 1) Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan (70,0%), berada pada kategori lansia muda (77,1%), memiliki tingkat pendidikan SD sebagai proporsi terbanyak (27,1%), sebagian besar bukan perokok aktif (64,3%) namun lebih dari setengah memiliki riwayat pernah merokok (54,3%), status gizi responden bervariasi dengan proporsi terbesar *underweight* (22,9%), serta sebagian besar responden mengalami gangguan fungsi kognitif ringan (45,7%).
- 2) Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square disimpulkan, status gizi, dan tingkat pendidikan merupakan faktor yang berhubungan secara signifikan ($P\text{-Value} < 0,05$) dengan fungsi kognitif pada lansia di Poslansia
- 3) Perilaku merokok tidak memiliki hubungan yang signifikan ($P\text{-Value} = 0,949 > 0,05$) dengan fungsi kognitif pada lansia di Poslansia Anggrek RW 08 Kecamatan Cilincing Jakarta Utara.

5.2 Saran

- 1) Bagi Puskesmas Semper Barat 1
Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan skrining fungsi kognitif pada lansia secara rutin melalui kegiatan posyandu lansia sebagai upaya deteksi dini penurunan fungsi kognitif.
- 2) Bagi Lansia
Lansia diharapkan dapat mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok, menjaga status gizi yang seimbang, serta aktif mengikuti kegiatan

yang dapat menstimulasi fungsi kognitif seperti senam lansia, membaca, dan interaksi sosial guna mempertahankan kualitas fungsi kognitif.

3) Bagi Profesi Keperawatan

Perawat diharapkan dapat berperan aktif dalam upaya promotif, preventif, dan edukatif dengan memberikan konseling terkait gaya hidup sehat, pemantauan status gizi, serta melakukan penilaian fungsi kognitif secara berkala sebagai bagian dari asuhan keperawatan gerontik.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian intervensi yang berfokus pada peningkatan status gizi lansia, seperti melalui edukasi gizi seimbang, pemberian makanan tambahan, atau pendampingan pola makan, guna melihat pengaruh intervensi gizi terhadap peningkatan atau pemeliharaan fungsi kognitif lansia.”

