

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 70-79 tahun dengan jumlah 14 orang (46,7%), berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 16 orang (53,3%), pendidikan terakhir SD berjumlah 11 orang (36,7%), tidak memiliki kebiasaan merokok sebanyak 30 orang (100%), dan menderita hipertensi selama 6-10 tahun sebanyak 12 orang (40%).
2. Responden lansia memiliki rata-rata tekanan darah dalam tiga bulan terakhir pada kondisi pra-hipertensi sebanyak tiga orang (10%), hipertensi tingkat 1 sebanyak 19 orang (63,3%), dan hipertensi tingkat 2 sebanyak delapan orang (26,7%).
3. Penilaian fungsi kognitif yang dilakukan pada responden menunjukkan bahwa lansia yang memiliki fungsi kognitif normal sebanyak 2 orang (6,7%) dan gangguan fungsi kognitif sebanyak 28 orang (93,3%).
4. Hasil uji statistik *Spearman rank*, didapatkan nilai signifikansi atau *p value* = 0,006 ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang cukup kuat dan searah antara tekanan darah dengan fungsi kognitif pada lansia dengan hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Budi Luhur.

#### **B. Saran**

1. Bagi Subjek Penelitian

Sebaiknya lansia dengan hipertensi harus mulai mengontrol tekanan darahnya dengan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat dengan cara tidak mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah, meningkatkan aktivitas fisik sesuai kemampuan, rutin mengonsumsi obat yang diberikan oleh dokter, serta istirahat yang cukup. Selain itu, untuk

mencegah semakin menurunnya gangguan fungsi kognitif dapat melakukan latihan dengan senam otak maupun mengisi teka-teki silang.

2. Bagi Peneliti

Setelah melakukan penelitian ini, sebaiknya pada penelitian selanjutnya peneliti dapat lebih memperdalam pengkajian terhadap karakteristik responden dalam kaitannya dengan tekanan darah dan fungsi kognitif pada lansia dengan hipertensi.

3. Bagi Perawat dan Petugas

Setelah dilakukan penelitian ini, perawat dan petugas dapat memberikan edukasi kepada lansia mengenai pencegahan dan pengontrolan hipertensi agar dapat mencegah terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lansia.

4. Bagi BPSTW Budi Luhur

Pihak BPSTW Budi Luhur sebaiknya lebih memperhatikan lansia yang mengalami hipertensi dengan memberikan diit hipertensi. Untuk pencegahan penurunan fungsi kognitif, dapat ditambahkan kegiatan senam otak maupun kegiatan lain yang dapat mencegah penurunan fungsi kognitif ke dalam jadwal kegiatan yang ada.