BAB VII
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan Pengaruh *congklak board game* dan senam otak terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja puskesmas kandang kota Bengkulu tahun 2025, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata usia responden pada kelompok intervensi adalah 64,23 tahun. Sementara itu, pada kelompok kontrol, rata-rata usia responden adalah 66,00 tahun, tingkat pendidikan menunjukkan bahwa pada kedua kelompok sebagin besar responden memiliki tingkat pendidikan sedang (SMP/SMA), pada keduan kelompok sebagian besar responden tidak memiliki riwayat penyakit.
2. Gambaran rata-rata fungsi kognitif sebelum melakukan intervensi dalam kelompok intervensi sebesar 21,65 dan sesudah dilakukan intervensi menjadi 25,17 ,sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata nilai fungsi kognitif sebelum dilakukan intervensi 21,65 dan sesudah intervensi menjadi 23,29.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai fungsi kognitif sebelum dan setelah intervensi pada kedua kelompok. Pada kelompok intervensi perbedaannya signifikan dengan nilai *(p=0,0001),*sedangkan pada kelompok kontrol perbedaannya signifikan dengan nilai *(p=0,0001).*
4. Rata-rata selisih skor fungsi kognitif setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi adalah sebesar 4,09, sementara itu, pada kelompok kontrol rata-rata selisih skor fungsi kognitif adalah sebesar 2,45.
5. Ada pengaruh signifikan dari pemberian *congklak board game* dan senam otak terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja puskesmas kandang *(p=0,012)* dan Ha diterima.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

   Diharapkan lembaga-lembaga pendidikan di bidang kesehatan dapat berperan dalam menerapkan terapi *congklak board game* senam otak sebagai salah satu metode untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat atau melalui seminar ilmiah.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

   Perawat di puskesmas sebaiknya dapat memanfaatkan terapi *congklak board game* dan senam otak sebagai pilihan alternatif untuk menurunkan meningkatkan fungsi kognitif pada lansia

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian berikutnya diharapkan dapat meningkatkan jumlah sampel secara signifikan dan mengembangkan studi ini menjadi lebih baik dari pada yang telah dilakukan sebelumnya, sehingga manfaat dari *congklak board game* dan senam otak dapat dirasakan oleh lebih banyak orang serta menciptakan suasana yang nyaman untuk membantu meningkatkan fungsi kognitif.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu