

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara tekanan darah dengan status kognitif pada lansia di Puskesmas Bayat. Berikut adalah kesimpulan yang disusun sesuai dengan tujuan khusus penelitian:

1. Karakteristik responden

Responden didominasi oleh lansia perempuan (79,2%) dengan usia rata-rata pada kelompok 60–69 tahun (pra-lansia). Sebagian besar memiliki pendidikan dasar (SD sebesar 88,5%), dan lebih dari separuh mengalami hipertensi (56,3%).

2. Tekanan darah pada lansia

Sebanyak 56,3% lansia mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistolik  $\geq 130$  mmHg atau diastolik  $\geq 80$  mmHg. Sementara itu, 43,8% lansia masih berada dalam kisaran tekanan darah normal. Data ini mengindikasikan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang dominan pada lansia di Puskesmas Bayat.

3. Status kognitif pada lansia

Lebih dari separuh responden (55,2%) memiliki status kognitif kurang baik berdasarkan skor MMSE. Hanya 44,8% lansia yang fungsi kognitifnya masih tergolong baik.

4. Hubungan tekanan darah dengan status kognitif pada lansia

Terdapat hubungan signifikan antara tekanan darah dan status kognitif pada lansia ( $p = 0,000$ ). Lansia dengan hipertensi memiliki risiko 5,8 kali lebih besar mengalami penurunan fungsi kognitif dibandingkan lansia dengan tekanan darah normal. Sebanyak 86% lansia hipertensi dalam penelitian ini mengalami gangguan kognitif.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pelayanan kesehatan (Puskesmas Bayat)

Diharapkan Puskesmas Bayat dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif terkait pengendalian hipertensi pada lansia, tidak hanya berfokus pada pengukuran tekanan darah, tetapi juga disertai edukasi berkelanjutan mengenai dampak hipertensi terhadap fungsi otak dan kognitif. Selain itu, skrining status kognitif secara rutin pada lansia dengan hipertensi perlu dipertimbangkan sebagai bagian dari pelayanan kesehatan primer.

2. Bagi lansia dan keluarga

Lansia dan keluarga diharapkan dapat lebih aktif dalam memantau tekanan darah secara rutin serta menerapkan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, aktivitas fisik yang sesuai, dan kepatuhan minum obat. Keluarga juga diharapkan dapat memberikan dukungan dalam bentuk stimulasi kognitif sederhana, seperti mengajak lansia berdiskusi, membaca, atau melakukan aktivitas sosial, guna membantu mempertahankan fungsi kognitif.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal agar dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara hipertensi dan penurunan status kognitif. Selain itu, disarankan untuk memasukkan variabel lain seperti penyakit penyerta, aktivitas fisik, status gizi, dan faktor psikososial agar gambaran faktor-faktor yang memengaruhi status kognitif lansia menjadi lebih komprehensif.

4. Bagi institusi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan pengembangan keilmuan keperawatan, khususnya keperawatan komunitas dan keperawatan gerontik, dalam upaya pencegahan penurunan fungsi kognitif pada lansia melalui pengendalian faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti hipertensi.