

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Terapi Stimulasi Kognitif dengan Media *Puzzle* Terhadap Kemampuan Kognitif Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Sari Natar tahun 2025 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata skor kemampuan kognitif kelompok intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Sari tahun 2025 menunjukkan peningkatan dari pre-test (24,75) ke post test 1 (25,31) dan terus meningkat pada post test ke 2 (26,12). Sebelum diberikan intervensi rata-rata skor 24,75 menunjukan bahwa mayoritas lansia berada dalam kategori gangguan kognitif ringan.
2. Rata-rata skor kemampuan kognitif pada kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Sari tahun 2025 menunjukan bahwa perubahan yang sangat kecil dari *pre-test* (23,5) ke *post test* 2 (23,56).
3. Pengaruh stimulasi kognitif dengan media *puzzle* di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Sari tahun 2025 terlihat jelas bahwa melalui hasil dari uji Independent Sample T-Test yang menunjukan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

#### **B. Saran**

1. Bagi Puskesmas Tanjung Sari Natar  
Puskesmas Tanjung Sari disarankan untuk mengintegrasikan kegiatan stimulasi kognitif dengan media *puzzle* ke dalam program rutin lansia, karena terbukti dapat meningkatkan fungsi kognitif. Kegiatan ini dapat dilakukan secara berkala dengan dukungan kader yang telah dilatih, menggunakan media *puzzle* yang ramah lansia, serta melibatkan keluarga untuk menciptakan lingkungan yang mendukung. Monitoring dan evaluasi sederhana juga perlu dilakukan untuk menilai efektivitas intervensi.

## 2. Bagi Prodi Sarjana Terapan Keperawatan

Bagi Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, disarankan agar hasil penelitian ini dijadikan sebagai referensi dalam pengembangan materi pembelajaran tentang keperawatan gerontik, khususnya pada intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia. Mahasiswa juga dapat dilibatkan dalam praktik langsung penggunaan media *puzzle* sebagai bagian dari promosi kesehatan lansia di komunitas, sehingga memperkuat kompetensi edukatif dan terapeutik dalam pelayanan keperawatan komunitas dan geriatri.

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan desain penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu intervensi yang lebih panjang agar hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasikan. Penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi jenis media kognitif lainnya serta membandingkan efektivitas antar metode stimulasi, guna memperkaya pendekatan intervensi dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia.