

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

1. Fungsi kognitif pada anak yang menerapkan senam otak di SMP Yayasan Otak Kanan Kota Palu lebih normal dengan distribusi normal sebanyak 20 responden (80%) dan 5 responden fungsi kognitif tidak normal (20%).
2. Fungsi kognitif pada anak yang tidak menerapkan senam otak di SMP Negeri 9 Kota Palu tidak normal dengan distribusi tidak normal sebanyak 18 responden (72%) dan 7 responden fungsi kognitif normal (28%).
3. Ada Pengaruh senam otak dan *Monteral Cognitive Assesment* (MOCA) terhadap fungsi kognitif pada pada anak dan yang tidak menerapkan senam otak terhadap fungsi kognitif di SMP Yayasan Otak Kanan dan SMP Negeri 9 Kota Palu dengan *p value* $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak atau H_a diterima.

5.2. Saran

5.2.1. Instansi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan (akademik) ketika mempelajari mata kuliah asuhan keperawatan anak dan didalamnya membahas tentang tumbuh kembang anak agar lebih diperdalam membahas masalah-masalah tumbuh kembang anak dan penataksanaan yg tepat dilakukan. Bagi perpustakaan agar bisa memperbaharui buku-buku yang terbaru dan mahasiswa ditanamkan budaya membaca di Perpustakaan.

5.2.2. Instansi Tempat Penelitian

Kepada guru atau staf sekolah diharapkan melakukan senam otak pada siswanya secara rutin seminggu tiga kali khususnya dilakukan pada pagi hari saat apel pagi mengingat pentingnya senam otak untuk merangsang fungsi kognitif. Senam otak dapat dilakukan oleh semua

orang khususnya sangat bermanfaat dilakukan pada anak gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

5.2.3. Bagi masyarakat

Bagi responden diharapkan mampu menjadi panduan dasar atau usaha mandiri yang digunakan sebagai salah satu alternatif pilihan terapi untuk mengatasi kejadian gangguan kognitif atau demensia yang praktis dan tidak mengeluarkan biaya karena dapat dilakukan sendiri.

5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya perlu dilakukan yang memiliki kelompok intervensi, penelitian yang bisa menggambarkan faktor-faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif, mengetahui hubungan tingkat stres dengan fungsi kognitif dan mengukur lama efek senam otak dapat bertahan.