

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Kebanyakan responden memiliki fungsi eksekutif dan fleksibilitas kognitif yang baik, yang tergambarkan dari hasil TMT A (83,1%) dan TMT B (94,4%) yang berada dalam kategori normal.
- b. Adanya hubungan signifikan usia dengan hasil TMT B, dimana peningkatan usia berhubungan dengan penurunan fungsi eksekutif dan fleksibilitas kognitif.
- c. Adanya hubungan signifikan tingkat pendidikan dengan hasil TMT B, sedangkan status kesehatan berhubungan signifikan dengan hasil TMT A.
- d. Tidak adanya hubungan signifikan jenis kelamin, pengalaman mengemudi, riwayat kecelakaan, jenis kendaraan dengan hasil TMT A maupun TMT B.

V.2 Saran

V.2.1 Saran Bagi Responden

- a. Harapannya para responden, khususnya lansia yang masih aktif mengemudi, dapat terus menjaga kesehatan fisik dan kognitif melalui pemeriksaan rutin, termasuk pemeriksaan tekanan darah, kesehatan mata, serta evaluasi fungsi kognitif.
- b. Responden yang menggunakan kacamata disarankan untuk melakukan pemeriksaan mata secara berkala guna memastikan ketajaman visual tetap optimal sehingga risiko kesalahan persepsi saat mengemudi dapat diminimalkan.
- c. Responden diharapkan tetap melakukan aktivitas yang melatih fungsi eksekutif dan fleksibilitas kognitif, seperti kegiatan sosial, olahraga ringan, atau aktivitas

mental terstruktur, agar kemampuan perhatian, konsentrasi, dan kecepatan pemrosesan informasi tetap terjaga.

V.2.2 Saran Bagi Tempat Penelitian

- a. Harapannya pihak tempat penelitian mampu meningkatkan program atau kegiatan yang mendukung kesehatan fisik dan kognitif lansia, seperti skrining rutin tekanan darah, pemeriksaan mata, serta edukasi mengenai keselamatan berkendara.
- b. Diharapkan pihak tempat penelitian menyediakan program yang mendukung pemeliharaan fungsi eksekutif dan fleksibilitas kognitif, misalnya kegiatan latihan kognitif, senam otak, atau aktivitas sosial.

V.2.3 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan peneliti berikutnya menambah variabel penelitian, seperti aktivitas fisik, kualitas tidur, penggunaan obat-obatan, atau faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi fungsi eksekutif, fleksibilitas kognitif, dan kemampuan mengemudi lansia.
- b. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan instrumen kognitif tambahan selain Trail Making Test, atau melakukan penelitian longitudinal untuk melihat perubahan fungsi eksekutif dan fleksibilitas kognitif dalam jangka waktu tertentu.