

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil dan pembahasan yang dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Mayoritas masyarakat Kota Jakarta berada dalam kategori gangguan fungsi eksekutif konvensional tingkat ringan berdasarkan hasil penilaian menggunakan instrumen *Psychological Assessment of Spiritual Health and Brain Function Screening* (PASH BRAINS). Meskipun demikian, fungsi eksekutif transendental menunjukkan ketahanan yang baik, dengan mayoritas responden berada dalam kategori optimal.
- b. Terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi eksekutif konvensional dengan fungsi eksekutif transendental pada masyarakat Kota Jakarta yang diukur oleh instrumen *Psychological Assessment of Spiritual Health and Brain Function Screening* (PASH BRAINS).

V.2 Saran

- a. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk mengenal instrumen *Psychological Assessment of Spiritual Health and Brain Function Screening* (PASH BRAINS) sebagai alat deteksi dini terhadap potensi gangguan fungsi eksekutif, baik pada aspek kognitif maupun spiritual, sehingga dapat meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara kesehatan otak dan kesehatan spiritual.

- b. Bagi institusi pendidikan dan tenaga profesional di bidang kesehatan maupun psikologi, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam kegiatan pembelajaran, pelatihan, serta penelitian lanjutan, sekaligus berpotensi digunakan sebagai instrumen screening untuk menilai keseimbangan fungsi eksekutif dan spiritualitas di berbagai kelompok usia.
- c. Bagi peneliti berikutnya, disarankan untuk memperluas jangkauan sampel ke luar wilayah Kota Jakarta serta menerapkan pendekatan *mixed-method* agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara fungsi eksekutif konvensional dan transendental, sekaligus memperkuat validasi penggunaan instrumen penelitian ini.