

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian tentang hubungan OSA dengan fungsi kognitif menggunakan metode *Montreal Cognitive Assessment Indonesia* di RSAL Dr. Mintohardjo periode April-Mei 2018 dapat disimpulkan bahwa:

- a. Gambaran karakteristik pasien OSA didominasi dengan jenis kelamin laki-laki, berpendidikan tinggi, berusia rata-rata 43 tahun, dan bekerja sebagai pegawai swasta.
- b. Gambaran AHI responden sebanyak 12 responden (20%) mengalami OSA derajat ringan, 23 responden (38,3%) OSA derajat sedang dan 25 responden (41,7%) mengalami OSA derajat berat.
- c. Gambaran hasil pengukuran fungsi kognitif yaitu sebanyak 45 responden (75%) terganggu dan 15 responden (25%) tidak terganggu.
- d. Didapatkan hubungan bermakna antara derajat OSA dengan gangguan kognitif.

#### **V.2 Saran**

- a. Bagi RSAL Dr. Mintohardjo  
Peningkatan *screening* kesehatan dan pemeriksaan *sleep apnea* secara berkala, minimal 6 bulan sekali, dimana untuk mengetahui secara pasti gejala OSA, dan mencegah kemunduran progresif fungsi kognitif pasien melalui edukasi kepada pasien untuk menjalani pengobatan secara rutin.
- b. Bagi pasien  
pasien OSA baik derajat berat, sedang, ringan diharapkan mampu mengontrol dan mengetahui apabila didapatkan gejala-gejala OSA, mencatat hal hal penting, tidur dengan posisi miring ke kanan, istirahat yang cukup dan berolahraga, agar memiliki kualitas hidup yang lebih baik dan mencegah kemunduran progresif fungsi kognitif.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lain akan meneliti pengaruh OSA terhadap fungsi kognitif, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan metode kohort, menilai minimal setiap bulan fungsi kognitif responden agar terlihat perubahan fungsi kognitif pasien OSA setelah pasien diterapi.

