

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada Tn.B dan Ny.S dengan judul “Penerapan *Brain Gym Exercise* Untuk Pemenuhan Kebutuhan Memori Pada Lansia Dengan Gangguan Kognitif Di Bpstw Abiyoso Yogyakarta” penulis Menyusun beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Berdasarkan pengkajian menunjukan kedua klien mengalami gangguan kognitif. Diagnosis keperawatan aktual yang ditegakkan pada kedua kasus adalah gangguan memori berhubungan dengan proses penuaan. Intervensi yang diberikan dengan menerapkan *brain gym* 20 menit per sesi selama 4 hari berturut-turut. Selama penerapan klien antusias, tetapi penulis harus menyesuaikan waktu yang mereka tetapkan. Tindakan dan evaluasi yang diberikan kepada kedua klien telah diberikan secara maksimal dan sesuai dengan standar asuhan keperawatan sehingga memori klien meningkat.
2. Terdapat peningkatan skor MMSE sebelum dan sesudah penerapan *Brain Gym Exercise*. Sebelum diberikan *Brain Gym Exercise* pada klien pertama skor MMSE 10 (Gangguan kognitif berat), setelah diberikan intervensi selama 4 hari mengalami peningkatan menjadi 13 (Gangguan kognitif sedang). Pada klien kedua sebelum diberikan *Brain Gym Exercise* pada klien pertama skor MMSE 19 (Gangguan kognitif sedang), setelah diberikan intervensi selama 4 hari mengalami peningkatan menjadi 27 (tidak ada gangguan kognitif).
3. Penulisan ini menunjukan adanya faktor pendukung berupa gerakan yang mudah dipahami, dukungan dari perawat panti, kerjasama klien yang baik dan adanya sarana prasarana berupa kursi dan perangkat *handphone* untuk memutar musik yang mendukung dalam memberikan *Brain Gym Exercise* dan faktor penghambat dalam penerapan *brain gym* pada klien 1 kesulitan mengikuti instruksi dan pada klien 2 tidak ada faktor penghambat.

B. Saran

1. Bagi klien

Penulis menyarankan pada klien untuk melakukan latihan brain gym secara rutin dan konsisten minimal 4 kali dalam seminggu dengan durasi 20 menit per sesi agar manfaat peningkatan fungsi kognitif dapat dirasakan secara optimal.

2. Bagi perawat panti

Diharapkan dengan adanya penulisan karya ilmiah ini dapat menjadi masukan perawat untuk menerapkan terapi brain gym pada lansia dengan gangguan kognitif secara mandiri dan mengembangkannya dalam mengatasi masalah gangguan memori berhubungan dengan proses penuaan sebagai tindakan perencanaan pada asuhan keperawatan.

3. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dengan adanya penulisan karya ilmiah ini dapat menjadi bahan masukan atau sumber informasi serta dasar pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan atau kesehatan tentang penerapan brain gym dalam meningkatkan memori pada lansia.

4. Bagi Penulis Selanjutnya

Penulis selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih lanjut mengenai variasi gerakan, frekuensi, dan durasi pelaksanaan brain gym yang paling efektif untuk berbagai tingkat gangguan kognitif pada lansia. Serta evaluasi dampak jangka panjang dan aspek kualitas hidup lansia setelah intervensi brain gym.