

**PENERAPAN TERAPI SENAM OTAK (*BRAIN GYM*) TERHADAP
FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA DI BALAI
PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA ABIYOSO YOGYAKARTA**

Ariqah Dyah Ardiningsih¹, Tri Widyastuti², Bondan Palestin³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : ariqahdyah@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Lansia yaitu seseorang yang mencapai tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis. Salah satu perubahan psikologis pada proses penuaan adalah penurunan fungsi kognitif dan demensia. Demensia merupakan sindrom penurunan fungsi intelektual yang progresif, yang menyebabkan gangguan pada daya ingat dan memengaruhi aktivitas sehari-hari. Prevalensi demensia di DIY mencapai 20,1%, yang berarti sekitar 1 dari 5 lansia mengalami demensia. Penatalaksanaan demensia dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan yaitu senam otak (*brain gym*). Senam otak (*brain gym*) merupakan latihan gerakan sederhana yang membantu meningkatkan daya ingat, konsentrasi, dan fungsi kognitif pada lansia.

Tujuan : Menerapkan terapi senam otak (*brain gym*) untuk membantu meningkatkan dan mempertahankan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta melalui pendekatan asuhan keperawatan.

Metode : Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui proses keperawatan pada dua lansia dengan demensia. Penelitian dilakukan selama tiga hari.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif pada kedua lansia berdasarkan hasil pengkajian MMSE. Pada klien 1 skor MMSE meningkat dari 18 menjadi 20, sedangkan pada klien 2 meningkat dari 16 menjadi 18.

Kesimpulan : Penerapan terapi senam otak (*brain gym*) dapat membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia.

Kata Kunci : Demensia, Lansia, Fungsi Kognitif, Senam Otak, *Brain Gym*

¹Mahasiswa D III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2,3}Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

APPLICATION OF BRAIN GYM THERAPY TO COGNITIVE FUNCTION IN THE ELDERLY WITH DEMENTIA AT BPSTW ABIYOSO YOGYAKARTA

Ariqah Dyah Ardiningsih¹, Tri Widyastuti², Bondan Palestin³

^{1,2,3}Department of Nursing Polytechnics, Ministry of Health, Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: ariqahdyah@gmail.com

ABSTRACT

Background: The elderly are someone who reaches the final stage in the human life cycle which is characterized by physical and psychological changes. One of the psychological changes in the aging process is the decline in cognitive function and dementia. Dementia is a syndrome of progressive decline in intellectual function, which causes impaired memory and affects daily activities. The prevalence of dementia in DIY reaches 20.1%, which means that about 1 in 5 elderly people have dementia. Management of dementia can be done with pharmacological and nonpharmacological therapies. One of the non-pharmacological therapies that can be done is brain gym. Brain gym is a simple movement exercise that helps improve memory, concentration, and cognitive function in the elderly.

Objective: To apply brain gym therapy to help improve and maintain cognitive function in the elderly with dementia at BPSTW Abiyoso Yogyakarta through a nursing care approach.

Method: The research method used was descriptive research with a case study approach through the nursing process in two elderly people with dementia. The research was conducted for three days.

Results: The results of the study showed an improvement in cognitive function in both elderly people based on the results of the MMSE study. In client 1 the MMSE score increased from 18 to 20, while in client 2 it increased from 16 to 18.

Conclusion: The application of ssssbrain gym therapy can help improve cognitive function in the elderly with dementia.

Keywords: Dementia, Elderly, Cognitive Function, Brain Gymnastics, Brain Gym

¹D III Nursing Student of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2,23}Lecturer of the Nursing Department of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta