

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan gangguan kognitif yang dilakukan pada Nn. K dan Ny. S di BPSTW Abiyoso Yogyakarta menunjukkan bahwa penerapan latihan *Brain Gym* dapat membantu meningkatkan fungsi kognitif lansia. Pengkajian keperawatan menunjukkan kedua klien mengalami gangguan memori akibat proses penuaan yang ditandai dengan penurunan orientasi, perhatian, konsentrasi, dan kemampuan mengingat kembali informasi. Hasil pemeriksaan MMSE sebelum intervensi menunjukkan skor 13 pada Nn. K dan 17 pada Ny. S yang mengindikasikan adanya gangguan fungsi kognitif.

Diagnosa keperawatan utama yang ditegakkan pada kedua klien adalah gangguan memori berhubungan dengan proses penuaan. Selain itu ditemukan pula masalah risiko jatuh dan gangguan pola tidur yang memengaruhi kondisi kesehatan lansia secara menyeluruh. Intervensi keperawatan difokuskan pada pemberian latihan *Brain Gym* sebanyak 13 gerakan selama ± 15 menit, latihan orientasi, latihan recall sederhana, pencegahan risiko jatuh, serta peningkatan kualitas tidur.

Implementasi keperawatan dilakukan selama tiga hari dengan pendekatan bertahap sesuai kemampuan pasien. Selama pelaksanaan, kedua klien menunjukkan respons positif berupa peningkatan perhatian, kemampuan mengikuti instruksi, serta partisipasi aktif selama latihan. *Brain Gym* membantu memberikan stimulasi sensorimotor dan koordinasi gerakan tubuh yang mendukung peningkatan fungsi otak.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif pada kedua klien. Pada Nn. K skor MMSE meningkat dari 13 menjadi 16, sedangkan pada Ny. S meningkat dari 17 menjadi 25. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa latihan *Brain Gym* dapat membantu meningkatkan orientasi, perhatian, konsentrasi, dan daya ingat lansia. Dengan demikian, *Brain Gym* dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan gerontik untuk membantu mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif lansia.

B. SARAN

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan petugas kesehatan dan pengelola panti sosial dapat menerapkan latihan *Brain Gym* secara rutin sebagai salah satu program stimulasi kognitif bagi lansia guna membantu mempertahankan fungsi memori, meningkatkan konsentrasi, serta meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Bagi Perawat

Perawat diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif pada lansia dengan gangguan kognitif melalui pendekatan promotif, preventif, dan rehabilitatif, termasuk menerapkan terapi nonfarmakologis seperti *Brain Gym* secara teratur dan berkesinambungan.

3. Bagi Lansia dan Keluarga

Lansia dan keluarga diharapkan dapat melakukan latihan *Brain Gym* secara mandiri dan rutin di rumah atau lingkungan tempat tinggal sebagai upaya mempertahankan fungsi kognitif serta meningkatkan aktivitas fisik dan sosial lansia.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran mengenai asuhan keperawatan gerontik khususnya pada lansia dengan gangguan kognitif menggunakan intervensi *Brain Gym*.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak, durasi intervensi yang lebih panjang, serta menggunakan metode penelitian yang lebih luas agar diperoleh hasil yang lebih optimal mengenai efektivitas *Brain Gym* terhadap fungsi kognitif lansia.