

Penerapan Latihan Senam Otak untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia di Wilayah Puskesmas Kedungwuni 1 Desa Salakbrojo Kabupaten Pekalongan

*Irma Inda Nerista, Herni Rejeki
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan*

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Abstrak

Lansia yang mengalami demensia dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari sehingga tidak mampu menjalani hidupnya secara mandiri. Tujuan dilakukannya penerapan latihan senam otak terhadap pengaruh fungsi kognitif pada lansia yang mengalami demensia di wilayah Puskesmas Kedungwuni 1 desa Salakbrojo ini untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Studi kasus ini dua keluarga dengan jenis kelamin perempuan dan usia 65 tahun atau lebih yang mengalami demensia atau kepikunan. Berdasarkan hasil studi kasus ini telah dilakukan selama lima kali kunjungan dan di dapatkan kedua keluarga mengalami peningkatan fungsi kognitif. Penerapan latihan senam otak ini menggunakan media kalender sebagai orientasi waktu dan instruksi berupa informasi yang diobservasi, dibaca, dan di dengarkan oleh keluarga yang menyebabkan keluarga untuk fokus pada informasi yang diberikan, sehingga latihan senam otak ini dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yang memiliki demensia.

Kata kunci: : Senam Otak, Lansia, Demensia.

Abstract

Elderly with a dementia can affect their daily life, so they are unable to live their lives independently. The purpose of the application of brain exercises in the elderly with a dementia is to cognitive function in the elderly. This case study was conducted on two families with female sex and age 65 years or older with a dementia or senility. This study was conducted for live visits. The implementation of the brain exercise using a calendar media as a time orientation and instruction in the form of information that is observed, read, and listened to by the family so that the family can focus more on the information provided. The result of this case study was that both families experienced an increase in the cognitive function. The brain

can improve the cognitive function in the elderly with dementia.

Keyword : *brain exercise, elderly, dementia.*