

**PENERAPAN TERAPI *BRAIN GYM* UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI
KOGNITIF PADA LANSIA DENGAN MASALAH DEMENSIA
DI UPT PSTW KHUSNUL KHOTIMAH
DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**MUHAMMAD ARIF HIDAYAT
NIM. P032114401108**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN TERAPI *BRAIN GYM* UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI
KOGNITIF PADA LANSIA DENGAN MASALAH DEMENSIA
DI UPT PSTW KHUSNUL KHOTIMAH
DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**MUHAMMAD ARIF HIDAYAT
NIM. P032114401108**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Muhammad Arif Hidayat
Tempat, Tanggal Lahir : Pekanbaru, 16 Agustus 2001
Agama : Islam
Alamat : Jalan Teratai Gang Teratai III No. 32
Nama Ayah : Suria Hanif
Nama Ibu : Refnita

RIWAYAT PENDIDIKAN

NO	Jenjang Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Kelulusan
1	TK Bayangkara 2	Pekanbaru	2007 - 2008
2	SDN 003 Pekanbaru	Pekanbaru	2008 - 2014
3	SMPN 16 Pekanbaru	Pekanbaru	2014 - 2017
4	SMAN 2 Pekanbaru	Pekanbaru	2017 - 2020

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Arif Hidayat

NIM : P032114401108

Program Studi : D-III Keperawatan

Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 27 Mei 2024



Muhammad Arif Hidayat
Nim : P0321144011

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep
NIP.197808042001121002

Pembimbing Pendamping

Ns. Masnun, SST, S.Kep., M.Biomend
NIP.196412211985032003

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Muhammad Arif Hidayat NIM P032114401108 dengan judul “Penerapan Terapi Brain Gym untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Masalah Demensia Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau ” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 30 Mei 2024 .

Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep (.....)

Penguji Anggota I : Ns. Yoza, S.kep., M.Kep., Sp. KMB (.....)

Penguji Anggota II : R.Sakhnan, SKM., M.Kes (.....)

Mengetahui Ketua

Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Muhammad Arif Hidayat NIM P032114401108 dengan judul “Penerapan Terapi *Brain Gym* untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Masalah Demensia Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar proposal Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau

Pekanbaru, 27 Mei 2024

Pembimbing Utama



Ns. Ardenny, S.Kep.,M.Kep
NIP. 197808042001121002

Pembimbing Pendamping



Ns. Masnun, SST.,S.Kep.,M.Biomend
NIP. 196412211985032003

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur penulis kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Ujian Akhir Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikan Karya Tulis , penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hervianlni, SST, M. Keb, S.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu NRusherina, S.Pd.,S.Kep.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Ns.Idayanti, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau.
4. Bapak Ns. Ardenny, S.Kep.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan serta dukungan dalam pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
5. Ibu Ns. Masnun, SST, S.Kep.,M.Biomed selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan saran dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
6. Ibu Ns. Yoza Misra Fahmi, S.Kep.,M.Kep.,Sp.KMB selaku Dosen Penguji I.
7. Bapak R. Sakhnan, SKM., M.Kes selaku Dosen Penguji II.

8. Bapak Ibu Dosen beserta Staf Pengajar Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan kepada penulis selama menimba ilmu di Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
9. Kepada kedua orang tua saya (Suria Hanif dan Refnita) orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi. Terima kasih untuk semua doa dan dukungan papa dan mama membuat saya berada di titik ini.
10. Kepada sahabat-sahabat saya yang telah memberikan dorongan dan semangat sehingga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu saran dan kritik yang membangun senantiasa penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, 27 Mei 2024

Muhammad Arif Hidayat

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Masyarakat.....	5
1.4.2 Tujuan Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan	5
1.4.3 Bagi pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah	5
1.4.4 Bagi Penulis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Lanjut Usia	6
2.1.1 Pengertian Lanjut Usia	6
2.1.2 Batasan Umur Lansia	6
2.1.3 Teori Menua	7
2.1.4 Masalah Yang Terjadi Pada Lansia.....	9
2.2 Konsep Demensia	10
2.2.1 Definisi	10
2.2.2 Etiologi	10
2.2.3 Klasifikasi	14
2.2.4 Patofisiologi	15
2.2.5 Manifestasi Klinis	16
2.2.6 Penatalaksanaan	16
2.2.7 Pencegahan Demensia.....	18
2.2.8 Pemeriksaan Mental Mini State Examination (MMSE) pada Pasien Demensia	18
2.3 Konsep Brain Gym	19
2.3.1 Pengertian Brain Gym.....	19
2.3.2 Manfaat Brain Gym.....	20
2.3.3 Tujuan Brain Gym.....	20

2.3.4	Indikasi dan Kontra Indikasi	20
2.3.5	Fase Brain Gym	21
2.4	Kerangka Teori	31
BAB 3	METODE PENELITIAN.....	32
3.1	Rancangan Studi Kasus	32
3.2	Subjek Studi Kasus.....	32
3.2.1	Kriteria Inklusi	32
3.2.2	Kriteria eksklusi	33
3.3	Fokus Studi	33
3.4	Definisi Operasional Fokus Studi.....	33
3.5	Instrumen Penelitian	34
3.6	Metode Pengumpulan Data	34
3.7	Lokasi dan Waktu Studi Kasus.....	35
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data	35
3.9	Etika Studi Kasus.....	35
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1	Hasil Studi Kasus.....	37
4.1.1.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	37
4.1.2.	Gambaran Subjek Studi Kasus	37
4.1.3	Pemaparan Fokus Studi	40
4.2	Pembahasan	46
4.3	Keterbatasan Penelitian	50
BAB 5	PENUTUP.....	51
5.1	Kesimpulan.....	51
5.2	Saran	52
5.2.1	Bagi Masyarakat	52
5.2.2	Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan	52
5.2.3	Bagi Pelayanan Tresna Werdha Husnul Khotimah	52
5.2.4	Bagi Penulis	52
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Silang	20
Gambar 2.2 Gerakan 8 Tidur (Lazy 8).....	20
Gambar 2.3 Gerakan Gajah (The Elephant).....	21
Gambar 2.4 Gerakan Putaran Leher (Neck Rolls)	21
Gambar 2.5 Pernapasan Perut (Belly Breathing)	22
Gambar 2.6 Pengisian Energi (Energizer)	22
Gambar 2.7 Gerakan Burung Hantu (The Owl).....	23
Gambar 2. 8 Gerakan Mengaktifkan Tangan.....	23
Gambar 2. 9 Gerakan Lambaian Kaki (The Footflex)	24
Gambar 2.10 Gerakan Pompa Betis (The Calf Pump).....	24
Gambar 2.11 Gerakan Peluncur Gravitasi	25
Gambar 2.12 Gerakan Pasang Kuda-kuda (Grounder)	25
Gambar 2.13 Gerakan Sakelar Otak (Brain Buttons).....	26
Gambar 2.14 Gerakan Tombol Bumi (Earth Buttons).....	26
Gambar 2.15 Gerakan Tombol Keseimbangan.....	27
Gambar 2.16 Gerakan Tombol Ruang	27
Gambar 2.17 Gerakan Menguap Berenergi	28
Gambar 2.18 Gerakan Pasang Telinga (The Thinking Cap).....	28
Gambar 4.2 Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Subjek I Pre (Sebelum) dan Post (Sesudah) Diberikan Terapi Brain Gym Selama 7 Hari	42
Gambar 4.3 Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Subjek II Pre (Sebelum) dan Post (Sesudah) Diberikan Terapi Brain Gym Selama 7 Hari	44
Gambar 4.4 Peningkatan Fungsi Kognitif setelah di terapkan Terapi Brain Gym selama 7 hari pada Subjek I dan Subjek II.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Karateristik Subjek	37
Tabel 4.2	Hasil nilai Fungsi Kognitif Sebelum penerapan Terapi Brain Gym Diukur Menggunakan (Mini Mental State Examiantion) MMSE Pada Subjek II.....	40
Tabel 4.3	Hasil nilai Fungsi Kognitif Sebelum penerapan Terapi Brain Gym Diukur Menggunakan (Mini Mental State Examiantion) MMSE Pada Subjek II.....	40
Tabel 4.4	Hasil Pengukuran Fungsi Kognitif Subjek I Dan II Sebelum (Pre) dan Sesudah (Post) Diberikan Terapi Brain Gym Selama 7 Hari.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Formulir Judul Karya Tulis Ilmiah	55
Lampiran 2 Lembar Konsultasi.....	56
Lampiran 3 Formulir Pembimbing.....	58
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian	60
Lampiran 5 Format Pegkajian Mini Mental StateExamination(MMSE).....	61
Lampiran 6 Lembar Observasi Hasil Fungsi Kognitif.....	62
Lampiran 7 Lembar Revisian Bab 1 dan Bab 3	63
Lampiran 8 Informed Consent	65
Lampiran 9 Lembar Konsultasi Bab 4 dan Bab 5	67
Lampiran 10 Surat Selesai Penelitian	69
Lampiran 11 Hasil Pengkajian Fungsi Kognitif	70
Lampiran 12 Hasil Observasi Fungsi Kognitif	98
Lampiran 13 Dokumentasi Implementasi Subjek 1 dan 2	99
Lampiran 14 Sop Brain Gym	100