

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI BRAIN GYM DAN CLASSIC GAME
(MEMORY CARD) UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DENGAN MASALAH GANGGUAN MEMORI DI
WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TANJUNG AGUNG**



DOVI ALLIZA

NIM:PO.71.20.2.22.013

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN PALEMBANG JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM
STUDI D3 KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI BRAIN GYM DAN CLASSIC GAME
(MEMORY CARD) UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DENGAN MASALAH GANGGUAN MEMORI DI
WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TANJUNG AGUNG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar

Ahli Madya Keperawatan



DOVI ALLIZA

NIM: PO.71.20.2.22.013

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN PALEMBANG JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM
STUDI D3 KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization 2022 menyatakan bahwa populasi lansia diseluruh dunia mencapai 840 juta orang atau 9,77% dari total populasi. Di Asia Tenggara, populasi lansia mencapai 8%, atau sekitar 142 juta orang dan diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat pada tahun 2050. Menurut data Badan Pusat Statistik (2023), jumlah lansia di Indonesia mencapai 21,7 juta orang dengan prevelensi sebesar 11,75% dari seluruh penduduk Indonesia. Berdasarkan jenis kelamin, prevelensi lansia di Indonesia yaitu 47,72% pada lansia laki laki dan 52,28% pada lansia perempuan (Alfiona et al., 2023).

Populasi lansia yang meningkat akan mempengaruhi banyaknya individu yang mengalami gangguan fungsi tubuh seperti gangguan pernapasan, kardiovaskular, pencernaan dan gangguan fungsi kognitif. *World Health Organization* mencatat pada tahun 2019 ada sekitar 50 juta lansia di seluruh dunia yang menderita demensia. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat menjadi 82 juta jiwa pada tahun 2030. Pada tahun 2015, ada sekitar 1,5 juta orang di Indonesia yang menderita demensia. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 2,7 juta pada tahun 2030 (Wilda dan Sukihananto 2024). Pada Provinsi Sumatera Selatan khususnya di Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU), belum tersedia data tentang prevalensi demensia. Meskipun demikian, data global menunjukkan peningkatan prevalensi demensia yang konsisten. Berdasarkan data lanjut usia di OKU (Ogan Komerinng Ulu) terdapat 35.161 lansia, sebanyak 16.990 orang laki-laki dan

18.171 orang perempuan. (BPS Prov Sumatera Selatan, 2023). Jumlah lansia tertinggi di OKU adalah di Kecamatan Baturaja Barat tepatnya di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung yang berjumlah 3.479 orang lansia, sedangkan jumlah lansia yang terendah adalah Kecamatan Muara Jaya tepatnya di UPTD Puskesmas Muara Jaya yang berjumlah 853 orang lansia (Dinkes Ogan Komering Ulu, 2023).

Demensia adalah kondisi patologis ditandai dengan penurunan fungsi kognitif, juga biasa dikenal sebagai kepikunan. Fenomena penuaan neuro degeneratif dan serebrovaskular yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif dan fungsional biasanya muncul pada usia tua. Salah satu jenis penyakit tua yang terutama mempengaruhi usia 60 tahun keatas dikenal sebagai demensia. Demensia dikaitkan dengan kerusakan saraf yang mengganggu komunikasi saraf, kemudian menyebabkan penurunan memori, kehilangan keterampilan kognitif, dan perubahan perilaku. Ada beberapa faktor risiko ternyata demensia yaitu hipertensi, kebiasaan merokok, cedera kepala, kelebihan berat badan, asupan alkohol, usia (lansia), penderita diabetes, stroke, riwayat keluarga demensia, obesitas, penyakit arteri koroner, depresi, faktor pendidikan, dan epilepsi (Kesumawardani et al., 2024).

Untuk mengelola gejala dan meningkatkan kualitas hidup pada lansia yang mengalami demensia mencakup terapi farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi bertujuan untuk memperlambat perkembangan gejala kognitif dengan minum obat sementara metode non farmakologi berfokus pada intervensi, beberapa terapi yang telah diteliti meliputi latihan fisik terstruktur dan stimulasi kognitif

seperti teka teki, permainan memori. Salah satu metode yang telah diteliti adalah senam otak (*brain gym*), merupakan latihan fisik sederhana yang bertujuan untuk meningkatkan fungsi otak. Penelitian menunjukkan bahwa senam otak (*brain gym*) efektif meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia (Ramayanti, 2020). Selain itu, permainan kartu memori (*memory card*) juga dianggap sebagai terapi yang memiliki kemampuan untuk meningkatkan kognisi dengan mendorong memori dan meningkatkan perhatian. Didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila et al., 2024) yang menyatakan setelah diberikan terapi *Brain Gym* terbukti efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif. Selain itu penelitian tentang mencocokkan gambar yang dilakukan oleh (Yulita dan Rekawati, 2023) menyatakan setelah diberikan terapi mencocokkan gambar terbukti dapat meningkatkan kemampuan persepsi, rentang perhatian, perhitungan dan daya ingat.

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam beberapa aspek penting. Salah satunya adalah kombinasi terapi *Brain Gym* dan *Classic Game (Memory Card)*, sebagai pendekatan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan gangguan memori. Meskipun masing-masing terapi telah diteliti sebelumnya secara terpisah, penelitian yang menggabungkan kedua terapi masih sangat terbatas. Selain itu, penelitian ini berkontribusi pada lansia dengan demensia, di mana sebagian besar studi sebelumnya hanya meneliti efektivitas satu jenis terapi saja. Dengan menggabungkan *Brain Gym* dan *Memory Card*, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana kombinasi terapi dapat memberikan efek yang lebih optimal dalam menstimulasi kognitif lansia dengan demensia.

Berdasarkan penjelasan diatas dan beberapa data yang telah di paparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Implementasi Terapi *Brain Gym* dan *Clasicc game (Memory card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah Gangguan Memori”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Implementasi Terapi *Brain Gym* dan *Clasicc game (Memory card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah gangguan memori?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Tujuan studi kasus ini mendeskripsikan Implementasi Terapi *Brain Gym* dan *Clasicc game (Memory card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah gangguan memori.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan Pengkajian, Diagnosis, Intervensi, Implementasi dan Evaluasi terapi *brain gym* dan *clasicc game (memory card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah gangguan memori.
- b. Menganalisis hasil terapi *brain gym* dan *clasicc game (Memory card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah gangguan memori.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Masyarakat, Pasien dan Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi masyarakat, pasien dan keluarga untuk mengenal terapi *Brain Gym* dan *Clasicc Game (Memory Card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan gangguan memori.

2. Bagi perkembangan ilmu

Diharapkan studi kasus ini dapat bermanfaat sebagai wawasan dan referensi baru pada peneliti peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan implementasi terapi *Brain gym* dan *Clasicc game (Memory Card)* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada klien gangguan memori.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiona, M., Saputra, A, U., Rosadi, E dan Romadhon, M., (2024). *Pengaruh Senam Otak (Brain Gym) Terhadap Fungsi Kognitif Penderita Demensia Pada Lansia*. Babul Ilmu_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 16(2),161-170.<https://doi.org/10.36729/bi.v16i2.1272>.
- Al-Finatunni'mah, A., & Nurhidayati, T. (2020). Pelaksanaan senam otak untuk peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia. *Ners Muda*, 1(2), 139-145
- Aprilianti, I., Yuliandarwati, N, M dan Amelia, R, V., (2024). *Penyuluhan Pemberian Latihan Brain Gym untuk Mengurangi Penurunan Kognitif pada Lansia di Posyandu Lansia Arjuna RW 3 Klampok Singosari Kabupaten Malang*. Jurnal Pengabdian dan Pembangunan Lokal, 1(4), 60-64.<https://doi.org/10.62951/masyarakatmandiri.v1i4.721>.
- BPS Prov Sumatera Selatan. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia Provinsi Sumatera Selatan 2022.<https://sumsel.bps.go.id/publication/download.html>.
- Dinkes Ogan Komering Ulu. (2023). Profil Kesehatan Ogan Komering Ulu tahun 2022 (Vol. 2023).
- Djaali Wahyuningsih.(2024).”*Buku Ajar Pada Kasus Geriarti*”. Cetakan Pertama.Jakarta Pusat:UI Publishing.
- Dr. Wawan Kurniawan. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan ; Buku Lovrinz Publishing. LovRinz Publishing*. <https://books.google.co.id/books?id=CQAoEAAAQBAJ>
- Haiga, Y., Yulson & Chaniago, R, S., (2024). *Demensia*. Scientific Journal, 3(5), 269-277.
- Hasnah, K., & Sakitri, G. (2023). Implementasi Stimulasi Kognitif (Gerakan Senam Otak) Dalam Menurunkan Tingkat Demensia Lansia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 39-46.
- Hong, V., Hamdani, I, A dan Agustina, L., (2024). *Pendekatan Diagnosis Demensia Vaskular: Laporan Kasus*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(1),992-1001. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i1.26642>
- Iskandar, A., Johanis, A, R., Mansyur., Fitriani, R., Ida, N., dan Hendra, P., (2023). *Dasar Metode Penelitian*. Makasar: Cendekiawan Inovasi Digital Indonesia.

- Kamila, S., & Dewi, T. K., (2023). *Beban Pengasuh Bagi Keluarga yang Merawat Lansia dengan Sindrom Geriatri*. Sikontan Journal, 2(1), 47-58.<https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i1.1124>.
- Kesumawardani, N, U., Karokaro, T, M., Wati, S., Alfrisa, B., dan Hayati, K. (2024). *Sosialisasi Edukasi Pencegahan Penyakit Demensia Pada Lansia Di Puskesmas Karang Anyar Desa Sidodadi Ramunia Lubuk Pakam Tahun 2024*. Jurnal Pengmas Kestra, 4(2),167-171.Doi:10.35451/jpk.v4i2.2395.
- Mujiadi dan Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto.
- Pamungkas, S. P., & Saraswati, R. (2021, December). Senam Otak Untuk Meningkatkan Fungsi Memori Pada Lansia. In Prosiding University Research Colloquium (pp. 858-865
- Putri, D, E., (2021). *Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Lansia*. Jurnal Inovasi Penelitian,2(4),1147 1152.<https://doi.org/10.47492/jip.v1i4.835>
- Ramayanti, E, D. (2020). *"Pengaruh Brain Gym terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia Demensia"*. Nursing Siciences Journal, 4(2), 92-99. <https://doi.org/10.30737/nsj.v4i2.1280>
- Ramli, R dan Fadhillah, M, N., (2020). *Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif pada Lansia*. Window of Nursing Journal, 1(1),23-32.<https://doi.org/10.33096/won.v1i1.246>
- Ruswadi, I., Supiatun, E. (2022). *Keperawatan Gerontik Pengetahuan Praktis Bagi Perawat dan Mahasiswa Keperawatan*. Indramayu: CV. Adanu Abimata.
- Salsabila, A, D, S., Haryani, N dan Mulyaningsih. (2024). *Penerapan Senam Otak (Brain Gym) dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia di Joyotakan RT 06 RW V Serengan Kota Surakarta*. Indonesian Journal Of Public Healt, 2(3), 448-458
- Sumarsih, G., & Kp, S. (2023). *Dukungan Keluarga dan Senam Otak untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Sukmawati, A. S., Sabur, F., Nur, M., Darmawan, A. R., Sa'dianoor, S., Mahbub, K., Irmawati, I., Silviana, S., Tawil, M. R., dan Sampurno, C. B. K. (2023). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=vrriEAAAQBAJ>

- Tim Pokja Pedoman SPO Keperawatan DPP PPNI. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional Keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (1st ed.). DPP.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Triyulianti, S dan Ayuningtyas, L., (2022) *Pengaruh Brain Gym dan Resistace Exercise pada Lansia dengan Kondisi Demensia untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif*. Jurnal Ilmiah Fisioterapi, 5(2), 22-26
- Widiana, I. W., Gading, I. K., Teguh, I. M., & Antara, P. A. (2023). *Validasi Penyusunan Instrumen Penelitian Pendidikan*. PT. RajaGrafindo Persada - Rajawali Pers. <https://books.google.co.id/books?id=aPLfEAAAQBAJ>
- Wilda, R, D., dan Sukihananto. (2024). *"Intervensi Memory Game dalam Meningkatkan Kemampuan Kognitif dan Memori pada lansia dengan Demensia: A Literature Review"*. Lentera Perawat, 5(2), 243-248.
- Yulita, R., dan Rekawati, E., (2023). *"Mencocokkan gambar sebagai aktivitas untuk menstimulasi fungsi kognitif lansia: A systematic review"*. Tropical Public Health Journal, 3(1), 42-52.

