

**SENAM OTAK UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI
KOGNITIF LANSIA YANG MENGALAMI DIMENSIA
MELALUI VIDEO DESA NGIJO**

KABUPATEN KARANGANYAR

Sifa Purwanti
sifa.purwanti6@gmail.com
Universitas` Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang; Usia lanjut merupakan istilah bagi seseorang yang telah memasuki periode usia tua. Di mana terjadi kemunduran fisik dan psikologi secara bertahap. Proses penuaan ini siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan-tahapan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian misalnya pada sistem kardiovaskuler dan pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin dan lain sebagainya. **Metode;** Memberikan informasi tentang manfaat senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia. Salah satu media cetak yang dapat digunakan adalah video. Video adalah alat bantu atau media edukasi yang dapat menunjukkan kembali gerakan-gerakan, pesan-pesan dengan menggunakan efek tertentu sehingga dapat memperkuat proses pembelajaran dan dapat menarik perhatian penonton. Video media mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari sasaran. **Hasil;** Dapat mengajarkan ke keluarga yang belum tau cara meningkatkan fungsi kognitif dengan senam otak. **Kesimpulan;** Video media tentang senam otak dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan mengenai demensia dan bagaimana cara meningkatkan fungsi kognitif.

Kata Kunci : Lansia, Demensia, Video