

INTISARI

Ririn Nurul Hidayah B2017099 Program Studi DIII Keperawatan	Dosen Pembimbing Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns.,M.Kep Siti Fatmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Pedoman Senam Otak pada Lansia untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif	
INTISARI	
<p>Latar Belakang : Usia lanjut sering dikaitkan dengan seseorang yang pelupa atau mengalami penurunan fungsi kognitif. Senam otak merupakan serangkaian gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak, dapat menarik keluar tingkat konsentrasi otak, dan juga sebagai jalan keluar bagi bagian-bagian otak yang terhambat agar dapat berfungsi maksimal, selain itu senam otak juga memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak.</p> <p>Tujuan : Hasil luaran ini berupa buku saku yang bertujuan untuk memberikan informasi kepada pembaca atau masyarakat tentang penerapan senam otak terhadap lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dan dapat diterapkan secara mandiri.</p> <p>Deskripsi Luaran : Hasil luaran yang dihasilkan adalah berupa buku saku yang berjudul Pedoman Senam Otak Pada Lansia Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif. Buku saku di edit menggunakan Microsoft Word dan terdiri dari 24 halaman.</p> <p>Kesimpulan : Pada lansia sebagian besar mengalami penurunan fungsi kognitif, dengan melakukan senam otak fungsi kognitif sebagian besar lansia akan mengalami peningkatan dengan dibuktikan melalui pemeriksaan fungsi kognitif sebelum dan sesudah melakukan senam otak.</p>	
Kata Kunci : Lanjut Usia, Fungsi Kognitif, Senam Otak	