

## ABSTRAK

Majid NIM E2012011 Program Studi DIV Fisioterapi	Dosen Pembimbing 1. Maskun Pudjianto, S.MPH., M.Kes 2. Ummi Hany Eprilia, S.Psi., M.Pd
<b>PENGARUH <i>BRAIN GYM</i> (SENAM OTAK) TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA SIDOLUHUR SUKOHARJO</b>	
<b>ABSTRAK</b>	
<p><b>Pendahuluan:</b> Lansia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Kemunduran kognitif pada lansia biasanya diawali dengan kemunduran memori/daya ingat atau pelupa. Untuk mempertahankan fungsi kognitif dengan cara menstimulasi dan memberikan rangsangan pada otak dengan <i>Brain Gym</i>. <i>Brain Gym</i> merupakan sejumlah gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak agar dapat berfungsi secara maksimal.</p> <p><b>Tujuan:</b> Mengetahui pengaruh <i>Brain Gym</i> terhadap fungsi kognitif pada lansia.</p> <p><b>Metode:</b> Penelitian ini menggunakan eksperimen semu atau <i>Quasi Eksperimental</i> dengan desain penelitian <i>pre-post test</i> tanpa kelompok kontrol. Pengambilan sampel dengan teknik <i>Purposive Sampling</i> dengan jumlah sampel 37 orang. Analisis data menggunakan <i>Shapiro Wilk</i> dan <i>Wilcoxon</i>.</p> <p><b>Hasil:</b> Hasil <i>Shapiro Wilk</i> menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal dengan nilai signifikansi <math>p=0,041</math> (<math>p &lt; 0,05</math>). Hasil <i>Wilcoxon</i> menunjukkan ada pengaruh <i>Brain Gym</i> (senam otak) terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan nilai <math>p= 0,000</math> (<math>p &lt; 0,05</math>).</p> <p><b>Kesimpulan:</b> Ada pengaruh <i>Brain Gym</i> (senam otak) terhadap fungsi kognitif pada lansia,</p>	
<b>Kata Kunci:</b> Lansia, Fungsi kognitif, <i>Brain Gym</i> (senam otak)	

## ABSTRACT

Majid NIM E2012011 Program Studi DIV Fisioterapi	Counsellor by: 1. Maskun Pudjianto, S.MPH., M.Kes 2. Ummi Hany Eprilia, S.Psi., M.Pd
<b>THE EFFECT OF BRAIN GYM (BRAIN GYMNASTICS) ON COGNITIVE FUNCTION IN ELDERLY AT POSYANDU SIDOLUHUR SUKOHARJO</b>	
<b>ABSTRACT</b>	
<p><b>Introduction:</b> Elderly is part of growing process. Cognitive decline in the elderly usually begins with a setback of memory or forgetfulness. To maintain cognitive function by stimulating and stimulating the brain with Brain Gym, Brain Gym is a number of simple movements that can balance every part of the brain in order to work optimally</p> <p><b>Purpose:</b> Knowing effectivity Brain Gym on cognitive function in elderly</p> <p><b>Methods:</b> This study used a Quasi-Experimental with pre-post test research design without control group. Sampling by Purposive Sampling with a sample of 37 people. Analysis using Shapiro wilk and Wilcoxon</p> <p><b>Results:</b> Shapiro wilk showed that abnormally distributed data with significance value 0.041 (<math>p &lt; .05</math>). The Wilcoxon showed effect on the Brain Gym on cognitive function in elderly with <math>p = 0,000</math> (<math>p &lt; 0,05</math>)</p> <p><b>Conclusion:</b> There is Brain Gym (brain gymnastics) to cognitive function in elderly</p>	
<b>Keyword:</b> Elderly, Cognitive Function, Brain Gym (brain gymnastics)	