

**PENERAPAN SENAM OTAK (*BRAIN GYM*) DALAM MENINGKATKAN FUNGSI  
KOGNITIF PADA LANSIA DI JOYOTAKAN RT 06 RW V SERENGAN  
KOTA SURAKARTA**

Ananda Dhea Serina Salsabila, Nur Haryani, Mulyaningsih  
[adheaserinas.students@aiska-university.ac.id](mailto:adheaserinas.students@aiska-university.ac.id)  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Seiring pertambahan usia, lansia sering tidak dapat menerima perubahan dan kemunduran yang dialaminya. Perubahan yang terjadi tidak hanya perubahan fisik saja melainkan kognitif, seksual, dan sosialnya. Penurunan fungsi otak dapat menimbulkan penyakit seperti delirium, demensia, psikologis, dan gangguan neurologis. Terapi nonfarmakologis untuk mencegah terjadi penurunan kognitif pada lansia yaitu intervensi yang mencakup *Cognitive Rehabilitation Therapy* (CRT), salah satunya terapi aktivitas seperti senam otak (*brain gym*). **Tujuan:** Mengetahui efektifitas penerapan senam otak (*brain gym*) terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia Di Kelurahan Joyotakan RT 06 RW V Kecamatan Serengan Kota Surakarta. **Metode:** Penerapan dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus kepada klien yang mengalami gangguan fungsi kognitif lansia di Kelurahan Joyotakan RT 06 RW V Kecamatan Serengan, Kota Surakarta. **Instrumen:** Lembar observasi *Mini Mental State Examination* (MMSE). **Hasil:** Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan, terdapat perkembangan tingkat kognitif lansia di Kelurahan Joyotakan RT 06 RW V sesudah dilakukan penerapan senam otak (*brain gym*). **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan hasil akhir skor fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan senam otak (*brain gym*) pada kedua responden yaitu sama-sama mengalami peningkatan.

Kata Kunci: Lansia, Fungsi Kognitif, Senam Otak (*Brain Gym*)