

SKRIPSI

PENGARUH BRAIN GYM TERHADAP PERUBAHAN NILAI FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA SABAI NAN ALUIH SICINCIN PADANG PARIAMAN TAHUN 2025

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Keperawatan**



Oleh :

Suci Rahayu
2114201047

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Suci Rahayu
NIM : 2114201047
Tempat/Tanggal Lahir : Tanang Baru JR-Murni Panti, 02 – 12 – 1997
Tahun Masuk : 2021
Program Studi : S-1 Keperawatan
Nama Pembimbing Akademik : Meyi Yanti, M.KM
Nama Pembimbing I : Dr. Eri Wahyudi, M.Kes
Nama Pembimbing II : Ns. Helmanis Suci, M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi yang berjudul : **“Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Perubahan Nilai Fungsi Kognitif Pada Lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2025”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2025



Suci Rahayu
NIM. 2114201047

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Suci Rahayu
NIM : 2114201047
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Perubahan Nilai Fungsi Kognitif Pada Lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2025

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

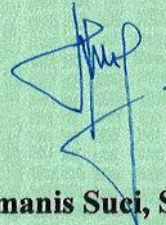
Padang, Agustus 2025

Pembimbing I



Dr. Eri Wahyudi, M.Kes

Pembimbing II



Ns. Helmanis Suci, S.Kep, M.Kep

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Suci Rahayu
NIM : 2114201047
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Perubahan Nilai Fungsi Kognitif Pada Lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
(Dr, Eri Wahyudi, M.Kes)

(.....)

Pembimbing II
(Ns. Helmanis Suci, S.Kep. M.Kep)

(.....)

Penguji I
(Ns. Willady Rasyid, M.Kep, Sp. Kep, MB)

(.....)

Penguji II
(Ns. Hidayatul Rahmi, S.Kep, M.Kep)

(.....)

Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

**Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universita Alifah Padang
Skripsi, Agustus 2025**

Suci Rahayu

Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Perubahan Nilai Fungsi Kognitif Pada Lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2025

xiii + 64 halaman + 6 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

ABSTRAK

Prevalensi demensia diperkirakan terdapat 55 juta orang yang menderita demensia di dunia. Indonesia diperkirakan terdapat 1,2 juta orang. Demensia banyak terjadi pada lansia. Lansia penderita demensia yang berdampak pada menjadi lebih menarik dirinya dan tidak mampu mengendalikan perilakunya. Suasana hatinya sering berubah-ubah dan senang berjalan-jalan (berkelana). Pada lansia, penurunan kemampuan otak dan tubuh membuat tubuh mudah jatuh sakit, pikun dan frustrasi. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *brain gym* terhadap perubahan nilai fungsi kognitif pada lansia demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman.

Metode pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pre eksperimen, pendekatan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman. Populasi seluruh lansia yang mengalami gangguan kognitif di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman berjumlah 40 orang dengan sampel 15 orang. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisa data univariat dan bivariat menggunakan *uji T-Test Paired Sample*.

Hasil penelitian didapatkan rata-rata nilai fungsi kognitif sebelum pemberian *brain gym* adalah 14,40. Rata-rata nilai fungsi kognitif sesudah pemberian *brain gym* adalah 25,47. Ada pengaruh *brain gym* terhadap perubahan nilai fungsi kognitif pada lansia demensia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2025 ($p\text{ value} = 0,000$).

Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh *Brain Gym* Terhadap Perubahan Nilai Fungsi Kognitif Pada Lansia Demensia. Diharapkan melalui pimpinan panti social tresna werdha dapat menjadikan Brain Gym sebagai kegiatan rutin kepada lansia.

**Kata Kunci : *Bryn Gym*, Fungsi Kogitif, Lansia
Daftar Bacaan : 25 (2017-2023)**

Nursing Undergraduate Program
Faculty of Health Sciences and Information Technology
Universita Alifah Padang
Scription, August 2025

Suci Rahayu

The Effect of Brain Gym on Changes in Cognitive Function Values in Elderly with Dementia at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Social Home, Padang Pariaman in 2025

xiii + 64 pages + 6 tables + 2 images + 12 attachments

ABSTRACT

The prevalence of dementia is estimated at 55 million people suffering from dementia in the world. Indonesia is estimated to have 1.2 million people. Dementia is common in the elderly. Elderly people with dementia have an impact on becoming more withdrawn and unable to control their behavior. Their moods often change and they like to walk around (wander). In the elderly, decreased brain and body abilities make the body susceptible to illness, dementia and frustration. The purpose of this study was to determine the effect of brain gym on changes in cognitive function scores in elderly with dementia at the Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home.

The method in this study was quantitative with a pre-experimental design, one group pretest-posttest approach. The study was conducted at the Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home. The population of all elderly people with cognitive disorders at the Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home was 40 people with a sample of 15 people. The sampling technique was purposive sampling. Data were collected using a questionnaire. Univariate and bivariate data analysis used the Paired Sample T-Test.

The results of the study showed that the average cognitive function score before brain gym was 14.40. The average cognitive function score after brain gym was 25.47. There is an effect of brain gym on changes in cognitive function values in elderly with dementia at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home in 2025 (p value = 0.000).

The conclusion of this study is that there is an effect of Brain Gym on changes in cognitive function values in elderly with dementia. It is hoped that through the leadership of the Tresna Werdha social home, Brain Gym can be made a routine activity for the elderly.

Keywords: Bryn Gym, Cognitive Function, Elderly
Reading List: 25 (2017-2023)