

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI SENAM OTAK DAN TERAPI
MUSIK DALAM MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DEMENSIA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ners pada
jenjang Pendidikan Profesi Ners



Disusun Oleh:

Nama : Alya Huwaida Anjani

NIM : 2411391

Program Studi : Profesi Ners

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG**

2025

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI SENAM OTAK DAN TERAPI
MUSIK DALAM MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DEMENSIA**

Oleh:

Alya Huwaida Anjani

2411391

Karya tulis ilmiah akhir ners dibuat untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh
gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners

©NERS

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS SUMEDANG

JUNI 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang

Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian dengan
dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa ada izin dari penulis dan
Universitas Pendidikan Indonesia.

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Terapi Senam Otak dan Terapi Musik pada Lansia dengan Demensia” telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang untuk dipertahankan pada ujian sidang KIAN.

Hari, Tanggal : Senin, 28 Mei 2025
Nama Mahasiswa : Alya Huwaida Anjani
NIM : 2411391
Peminatan : Keperawatan Keluarga, Komunitas, dan Gerontik

Sumedang, 26 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners

NIP. 197501202000032001

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah disusun oleh Alya Huwaida Anjani dengan NIM 2411391, dengan judul “Penerapan Terapi Senam Otak dan Terapi Musik Pada Lansia dengan Demensia”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang pada tanggal 27 Mei 2025.

Ketua Penguji



Delli Yuliana Rahmat, S.Kep., Ners

NIP. 920200119841507201

Penguji Anggota



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners

NIP. 197501202000032001

Mengetahui

Kaprodi Profesi Ners



Reni Nuryani, M.Kep. Ners., Sp.KepJ

NIP. 198012102008012008

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Nama : Alya Huwaida Anjani
NIM : 2411391
Program Studi : Profesi Ners

Tugas akhir tersebut di atas telah dicek plagiasi oleh tim turnitin program studi, disetujui oleh pembimbing, serta diperkenankan untuk dilanjutkan proses cetak dan unggah mandiri.

Sumedang, 26 Mei 2025

Mengetahui,
Kaprodi Profesi Ners,



Reni Nuryani, M.Kep., Ners., Sp.Kep.J

NIP. 198012102008012008

Pembimbing Utama,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners

NIP. 197501202000032001

Mahasiswa,



Alya Huwaida Anjani

NIM. 2411391

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Alya Huwaida Anjani

NIM : 2411391

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIA : Penerapan Terapi Senam Otak dan Terapi Musik pada Lansia dengan Demensia

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pendidikan Indonesia Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Penerapan Terapi Senam Otak dan Terapi Musik pada Lansia dengan Demensia beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini, Universitas Pendidikan Indonesia berhak menyimpan, mengalih media format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sumedang, 26 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners

NIP. 197501202000032001

Mahasiswa,



Alya Huwaida Anjani

NIM. 2411391

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur saya panjatkan Kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan kebaikanNya, saya dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul **“Penerapan Kombinasi Terapi Senam Otak dan Terapi Musik dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia Demensia”**.

Penulis menyadari masih banyaknya kekurangan dan keterbatasan dalam proses penyusunan karya ilmiah. Namun, berkat kerja keras dan usaha, karya ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Penyusun mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dewi Dolifah, Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah membantu dari awal hingga akhir penyusunan. Tidak lupa penulis haturkan terima kasih untuk bimbingan, doa, bantuan, serta motivasi dari berbagai pihak yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya ilmiah ini dapat selesai.

Sumedang, 23 Mei 2025

Penulis

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI SENAM OTAK DAN TERAPI
MUSIK DALAM MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DEMENSIA
ABSTRAK**

Demensia merupakan gangguan neurodegeneratif yang umum terjadi pada lansia dan ditandai dengan penurunan progresif fungsi kognitif, memori, dan kemampuan sosial. Penurunan fungsi kognitif berdampak pada kualitas hidup dan kemandirian lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi senam otak dan terapi musik dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan terhadap satu orang lansia dengan demensia ringan di BPSTW Griya Lansia Ciparay selama lima hari. Intervensi yang diberikan adalah kombinasi gerakan senam otak dan terapi musik klasik, dilaksanakan secara bertahap dan sistematis. Pengukuran dilakukan menggunakan instrumen MMSE (Mini Mental State Examination). Hasil menunjukkan peningkatan skor MMSE dari 17 (gangguan kognitif sedang) menjadi 23 (batas normal), serta perbaikan skor SPMSQ dan penurunan tingkat ansietas berdasarkan skor IDB. Terapi kombinasi ini terbukti efektif sebagai intervensi non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan dalam upaya mempertahankan fungsi kognitif lansia. Intervensi ini direkomendasikan untuk diterapkan secara rutin di komunitas atau panti lansia sebagai upaya preventif terhadap penurunan kognitif lebih lanjut.

Kata kunci: Lansia, Demensia, Fungsi Kognitif, Senam Otak, Terapi Musik

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
BAB II	5
TINJAUAN TEORI	5
2.1 Konsep Asuhan Keperawatan Lansia dengan Demensia.....	5
2.1.1 Konsep Dasar Lansia.....	5
2.1.2 Konsep Penyakit Demensia	7
2.1.3 Konsep Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Dimensia....	12
2.2 Konsep Intervensi Spesifik.....	15
2.2.1 Konsep Terapi Senam Otak.....	15
2.2.2 Konsep Terapi Musik Klasik.....	19
BAB III.....	22
METODE PENELITIAN	22
3.1 Jenis Penelitian	22
3.2 Lokasi Penelitian	22
3.3 Subjek Penelitian	22
3.4 Instrumen Penelitian	23
3.5 Pengumpulan data.....	23
3.6 Teknik analisis	24

3.7	Etika Penelitian	24
BAB IV		26
HASIL DAN PEMBAHASAN		26
4.1	Gambaran Kasus.....	26
4.2	Hasil	27
4.3	Pembahasan	33
BAB V		36
KESIMPULAN DAN SARAN		36
5.1	Kesimpulan	36
5.2	Saran	36
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1Protokol Tindakan Spesifik.....	38
Lampiran 2 Dokumentasi Asuhan Keperawatan Kelolaan Kasus Lengkap	42
Lampiran 3 Lembar Informed Consent dan Uji Etik	71
Lampiran 4 Foto-Foto Kegiatan Kelolaan Kasus	72
Lampiran 5 Lembar Bimbingan.....	73
Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin	75
Lampiran 7Draft Manuskrip Submitted	79

DAFTAR SINGKATAN

BPSTW: Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha

IDB: *Inventaris Depresi Beck*

Kemenkes: Kementrian Kesehatan

MMSE: *Mini Mental State Examination*

SPMSQ: *Short Portable Mental Status Questionnaire*

WHO: *World Health Organization*

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiona, M., Saputra, A. U., Rosadi, E., Romadhon, M., Keperawatan, P. S., Kebidanan, F., & Palembang, U. K. B. (2024). *PENGARUH SENAM OTAK (BRAIN GYM) TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PENDERITA DEMENSIA PADA LANSIA PENDAHULUAN Menurut Kemenkes 2019 bahwa , Indonesia mulai memasuki periode aging population , dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan orang. 16(2), 61–70.*
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 10(2)*, 371–379.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.621>
- Fadli, F., Patoding, S., & Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Mega Buana Palopo, P. (2023). Pengaruh Terapi Brain Gym Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia yang Menderita Demensia The Effect of Brain Gym Therapy on Improving Cognitive Function in Elderly People Suffering from Dementia. *Politeknik Kesehatan Makassar, 14(2)*, 2087–2122.
- Haiga, Y., & Chaniago, R. S. (n.d.). *Demensia. 283–291.*
- Hasmar, W., & Faridah, F. (2022). Edukasi Senam Otak pada Lansia di Desa Kasang Kumpeh. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 4(2)*, 159.
<https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.290>
- Hidayati, S., Baequny, A., & Fauziah, A. (2023). Pemberdayaan Keluarga Melalui Gerakan Sayangi Empowerment of Family Through the Movement of Love for the Elderly (Gsl) in the Effort To Realize Healthy , Independent , Active and Productive (Smart). *Jurnal Lintas Pengabdian Masyarakat, 3(1)*, 1–10.
- Ivanka, S. A., Hikmatun, I., Fadila, N. T., Syah, D. A., Listiarini, S., Nada, K. Q., Maulana, Y. I., Aktifah, N., & Kartikasari, D. (2023). Pengaruh Senam Otak

- Terhadap Kemampuan Kognitif Siswa di MTS Al-Hikmah Proto. *Justek : Jurnal Sains Dan Teknologi*, 6(2), 222–228.
- Ningsih, R. Y., & Iqomh, M. K. B. (2025). *EFEKTIVITAS PENERAPAN SENAM OTAK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA DI RUMAH SAKIT. 1*, 9–14.
- Novita Wulan Sari, & Margiyati Margiyati. (2024). Penerapan Terapi Musik Klasik Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Sekaran Semarang. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(2), 01–30.
<https://doi.org/10.55606/detector.v2i2.3693>
- Tadung, F. P., Mamuko, M. R., & Matsino, R. P. (2022). Pendampingan Pastoral Bagi Kaum Lansia Di Panti Werda Damai Ronomuut. *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling*, 3(2), 26–43. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v3i2.1228>
- Triyulianti, S., & Ayuningtyas, L. (2022). Pengaruh Brain Gym dan Resistance Exercise Pada Lansia dengan Kondisi Demensia Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 5(02), 22–26.
<https://doi.org/10.36341/jif.v5i02.2678>
- Waddin, A. Z., Oktaviani, N., & Hermansyah, H. (2020). Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Dusun Ciook Kecamatan Darma Tahun 2019. *National Nursing Conference*, 1(1), 9.
<https://doi.org/10.34305/nnc.v1i1.115>
- Yakub, S., & Ilham, R. (2025). *Efektifitas Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Yang Menderita Dimensia Di Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo. 10*(1).
- Yoanita Widjaja, Joshua Kurniawan, Agnes Marcella, & Yohanes Firmansyah. (2023). Kewaspadaan Penyakit Dementia Melalui Edukasi Gaya Hidup Dan Skrining Albuminuria, Low-Density Lipoprotein (Ldl), Serta Asam Urat. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 24–36.

<https://doi.org/10.56910/sewagati.v2i2.640>

Yulia Aida, & Syafitria Riana. (2019). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia yang Mengalami Demensia. *Ensiklopedia of Journal*, 2(1), 169–173. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>