KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI SENAM YOGA UNTUK MENJAGA FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BENGKULU TAHUN 2025

DISUSUN OLEH:

AZIZ ZAGI
P01720222009

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM DIII KEPERAWATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2025

HALAMAN JUDUL
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI SENAM YOGA UNTUK MENJAGA FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BENGKULU TAHUN 2025

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan program studi Diploma III keperawatan pada prodi DIII keperawatan Bengkulu jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Disusun oleh:

AZIZ ZAGI
NIM.P01720222009

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM DIII KEPERAWATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI SENAM YOGA UNTUK MENJAGA FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BENGKULU TAHUN 2025

Disiapkan dan dipresentasikan oleh :

AZIZ ZAGI
NIM P01720222009

Karya tulis ilmiah ini telah diperiksa dan di setujui untuk di presentasikan dihadapan tim penguji
Program Studi Diploma III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada tanggal: 10 juli 2025

Pembimbing karya tulis ilmiah

Sariman Pardosi.,S.Kp.,M.Si (Psi)
NIP 196403031986031005

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI SENAM YOGA UNTUK MENJAGA FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun oleh :

AZIZ ZAGI
NIM P01720222009

Karya tulis ilmiah ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji
Program Studi Diploma III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 18 Juli 2025

Ketua Dewan Penguji

Ns. Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes
NIP 196810071988031005

Penguji 1	**Penguji 2**
Ns. Nehru Nugroho, S.Kep., M.Kep	**Sariman Pardosi, S.Kp.,M.Si (Psi)**
NIP 198412082010011011	**NIP 196403031986031005**

Mengetahui :

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Ns. Rahma Annisa, S.Kep.,M.Kep
NIP 198503232010122002

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Aziz Zagi
Nim	: P01720222009
Judul proposal penelitian	: Penerapan terapi senam yoga untuk menjaga fungsi kognitif pada lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu tahun 2025.

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan di sebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak di kemudian hari terbukti dalam karya tulis ilmiah ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 2025

Yang menyatakan



Aziz Zagi

P01720222009

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "penerapan terapi senam yoga untuk menjaga kemampuan kognitif pada lansia Demensia di Panti Sosial Tresna Werdha Provinsi Bengkulu tahun 2025".

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapatkan bimbingan dan bantuan baik materi maupun nasehat dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tepat pada waktunya. Oleh karna itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Ns. Erni Buston, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Bengkulu.
3. Ibu Ns. Rahma Anisa, S. Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Bapak Sariman Pardosi,.S.Kp.M.Si (Psi) selaku pembimbing yang telah menginspirasi dan banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun studi kasus ini.
5. Bapak dan ibu dewan penguji di prodi Diploma III Keperawatan.
6. Seluruh dosen dan staff di jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
7. Orang tua dan keluarga tercinta yang telah memberikan doa, motivasi, dan inspirasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini belum sempurna, oleh karna itu penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar penulis dapat lebih baik di masa yang akan datang. Penulis

berharap semoga Karya Tulis Ilmiah yang telah penulis susun ini dapat bermanfaat bagi semua pihak serta dapat membawa perubahan yang lebih baik bagi penulis dan mahasiswa Keperawatan Bengkulu.

Benngkulu, Juli 2025

Penulis

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

PERSEMBAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan untuk:

1. Terutama dan paling utama untuk Tuhanku Allah Subhanahuwata'ala yang telah memberikan kesempatan sehat jasmani dan rohani sehingga saya bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Pahlawan dan panutanku, bapak saya. Beliau yang selama ini mendidik, mendoakan, memberikan semangat dan motivasi tiada henti kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikanya sampai saat ini. Semoga Allah senantiasa memberkahi Ayah dengan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan dan umur panjang.
3. Pintu surgaku, Ibu. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program study penulis. Beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai lulus di bangku perkuliahan. Alhamdulillah kini penulis sudah berada ditahap ini, menyelesaikan karya tulis sederhana ini sebagai perwujudan terakhir. Terima kasih sudah melahirkan, merawat dan membesarkan penulia atas doa-doa yang telah engkau panjatkan sampai penulis bisa sekuat ini untuk tetap bertahan. Semoga Allah senantiasa memberkahi Ibu dengan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan dan umur panjang. Segala saya usahakan dan perjuangkan semata untuk membuat cinta pertama saya bangga.
4. Kedua saudara saya Arix Befiyarsan dan Ashabul Kahfi. Dengan tulus dan penuh rasa syukur penulis ingin mengucapkan terima kasih untuk segala perhatian, kasih sayang, doa dan dukungan tiada hentinya yang selalu diberikan kepada penulis.
5. Kakak Pembimbing dan adek asuh, Septa Wahyudi, Yolanda April S, Ardelia Salsabila A, M Rizki Kurniawan, M Erwin Dinata, Zakaria Al Anshori, Agneza Anggraini, Hezy Fahrani, Nandi Ramadhan, Erika Ayu, Anggrea, Aldimas. Karena telah memberikan banyak support kepada penulis.
6. Teman sepembimbing: Anindia Syakita, Weni Martalinda, yang telah memberikan dukungan kepada penulis dan saling bekerja sama dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Untuk semua orang yang penulis sayangi dan pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah banyak memberikan dukungan, bantuan serta doa untuk penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
8. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Aziz Zagi atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir karya tulis ilmiah ini. Terima kasih kepada diri saya sendiri yang sudah kuat melewati lika liku kehidupan hingga sekarang. Terima kasih pada hati yang masih tetap tegar dan ikhlas menjalani semuanya. Terima kasih pada raga dan jiwa yang masih tetap kuat dan waras hingga sekarang. Saya bangga pada diri saya sendiri. Kedepannya untuk raga yang tetap kuat, hati yang selalu tegar mari bekerjasama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **ii**

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iii**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**

PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **v**

KATA PENGANTAR ..... **vi**

PERSEMBAHAN ..... **viii**

DAFTAR ISI ..... **x**

DAFTAR TABEL ..... **xii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Penelitian 4

D. Manfaat Penelitian 5

BAB II TINJUAN PUSTAKA **6**

A. Konsep Lansia 6

B. Konsep Kognitif 9

C. Konsep Demensia 11

D. Konsep Dasar Yoga 19

BAB III METODE PENELITIAN **31**

A. Rancangan Studi Kasus 31

B. Subjek Studi Kasus 31

C. Fokus Studi Kasus 32

D. Definisi Operasional 32

E. Instrument Studi Kasus 32

F. Metode Pengumpulan Data 32

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

G. Prosedur Penelitian 33
H. Tempat dan Waktu 33
I. Analisis Data dan Penyajian Data 33
J. Etika Penelitian 34
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN 36
A. Jalannya Penelitian 36
B. Hasil Studi Kasus 38
C. Keterbatasan Penelitian 49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 50
A. Kesimpulan 50
B. Saran 51
DAFTAR PUSTAKA 53
LAMPIRAN

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Pemeriksaan MMSE ……..15
Table 2.2 Jurnal pendukung ……...24

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Biodata penulis

Lampiran 2: Surat Pra penelitian

Lampiran 3: Lembat Informed Consend

Lampiran 4: Surat permohonan respondent

Lampiran 5: Standar Operasional Prosedur

Lampiran 6 : Lembar Mini-Mental Status Examination (MMSE)

Lampiran 7 Surat etik

Lampiran 8 surat DPMPTSP

Lampiran 9 surat selesai penelitian

Lampiran 10 Lembar bimbingan

Lampiran 11 Dokumentasi penelitia

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu