



Upaya Pencegahan Demensia pada Lansia Melalui Intervensi Edukasi dalam Bentuk Seminar Interaktif

Efforts to Prevent Dementia in the Elderly Through Educational Interventions in the Form of Interactive Seminars

Novian Budi Santoso¹, Hanna Tabita Hasianna Silitonga^{2*}, Ronald Torang Marsahala Panggabean³, Hebert Adrianto⁴, Cindy Clara Sari⁵, Najmul Laila⁶, Nurul Illahi Muhammad Risha⁷, Etha Rambung⁸, Elizabeth Sulastri Nugraheni⁹, Ni Njoman Juliasih¹⁰

¹⁻¹⁰ Fakultas Kedokteran, Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

Alamat : CitraLand CBD Boulevard, Made, Kec. Sambikerep, Surabaya, Jawa Timur 60219

Korespondensi penulis : hanna.silitonga@ciputra.ac.id

Article History:

Received: Juni 16, 2025;

Revised: Juni 30, 2025;

Accepted: Juli 07, 2025;

Published: Juli 09, 2025

Keywords: elderly, dementia, seminar, education

Abstract: Physical and mental changes in the elderly can have an impact on the health of the elderly. Dementia is one of the main health problems experienced by the elderly, characterized by decreased cognitive function that impacts quality of life and independence. Lack of public understanding of early detection, treatment, and prevention of dementia increases the risk of delayed treatment and worsens the condition of the elderly. This community service aims to increase knowledge and awareness of dementia through interactive seminars for the elderly and their families at GKI Sepanjang Sidoarjo. The results of the interactive seminar showed that the percentage of correct answers in the post-test increased by 13.14% from the pre-test. As many as five out of 10 questions with correct answers amounted to more than 50% of the total respondents. Judging from the answers obtained, program participants were not familiar with examples of cognitive functions and the definition of Hoarding Syndrome. At the end of this activity, there was an increase in participants' understanding of improving the health of the elderly, but there were still questions that participants could not answer. In conclusion, this activity succeeded in increasing health literacy related to dementia among the elderly and their families at GKI Sepanjang Sidoarjo, but other educational methods or media are needed to further increase the knowledge of the elderly regarding dementia.

Abstrak

Perubahan fisik dan mental pada usia lansia dapat memberikan dampak terganggunya kesehatan pada lansia. Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang dialami oleh lansia, ditandai dengan penurunan fungsi kognitif yang berdampak pada kualitas hidup dan kemandirian. Kurangnya pemahaman masyarakat tentang deteksi dini, perawatan, dan pencegahan demensia meningkatkan risiko keterlambatan penanganan serta memperburuk kondisi lansia. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang demensia melalui seminar interaktif pada lansia dan keluarganya di GKI Sepanjang Sidoarjo. Hasil seminar interaktif didapatkan bahwa data persentase jawaban benar pada *post test* mengalami peningkatan sebesar 13,14 % dari *pre-test*. Sebanyak lima dari 10 pertanyaan dengan jawaban benar berjumlah di atas 50% dari total responden. Ditinjau dari jawaban yang diperoleh, peserta program belum familier dengan contoh-contoh fungsi kognitif serta definisi dari *Hoarding Syndrome*. Pada akhir kegiatan ini, didapatkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai peningkatan kesehatan lansia akan tetapi masih terdapat pertanyaan yang belum dapat dijawab peserta. Kesimpulannya, kegiatan ini berhasil meningkatkan literasi kesehatan terkait demensia di kalangan lansia dan keluarga di GKI Sepanjang Sidoarjo, akan tetapi perlu metode atau media edukasi lainnya untuk lebih meningkatkan pengetahuan lansia terkait demensia.

Kata kunci: lansia, demensia, seminar, edukasi

1. PENDAHULUAN

Data dari WHO menunjukkan trend peningkatan jumlah lansia di seluruh dunia pada tahun 2050 sebanyak 2.1 miliar orang (WHO, 2024). Data kementerian kesehatan menunjukkan bahwa Indonesia memiliki 281 juta penduduk yang tersebar di berbagai pulau, dengan jumlah lansia sekitar 29 juta orang. Indonesia pada saat ini memasuki fase *aging population*, yang dimana 12% penduduknya termasuk golongan lansia (Sehat Negeriku, 2024). Seseorang disebut lansia apabila memiliki usia melebihi 60 tahun.

Peningkatan fase usia ini akan menimbulkan berbagai masalah, baik masalah kesehatan fisik maupun mental. Berbagai masalah kesehatan mental seperti mudah lupa, mudah marah, pengontrolan emosional yang tidak stabil merupakan hal yang sering didapatkan pada lansia. Beberapa gangguan mental yang ditemukan pada lansia adalah kecemasan, depresi dan kondisi kronis seperti demensia, delirium, dan Alzheimer (Sharma & Morishetty, 2022). Penurunan kesehatan fisik seperti mata rabun, mudah lelah, serta rentan terhadap penyakit seperti penyakit jantung, penyakit saluran pernafasan, osteoporosis merupakan masalah kesehatan fisik yang sering dikeluhkan para lansia (Sharma & Morishetty, 2022).

Demensia ditandai dengan penurunan yang signifikan setidaknya satu domain kognisi, seperti fungsi eksekutif, perhatian kompleks, bahasa, pembelajaran, memori, persepsi-motorik, atau kognisi sosial (Arvanitakis et al., 2019). Penurunan tersebut merupakan perubahan dari tingkat kemampuan kognitif pasien sebelumnya, bersifat persisten dan progresif dari waktu ke waktu, dan tidak terkait secara eksklusif dengan episode delirium. Selain penurunan kognitif, harus ada juga penurunan kemampuan pasien untuk berfungsi dan melakukan tugas sehari-hari. Demensia menimbulkan dampak negatif yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari seperti, kehilangan ingatan, perubahan suasana hati, agresif, hingga kesulitan berkomunikasi (Arvanitakis et al., 2019). Bukti baru mendukung penambahan tiga faktor risiko yang dapat dimodifikasi—konsumsi alkohol berlebihan, cedera kepala, dan polusi udara, selain sembilan faktor lainnya pendidikan rendah, hipertensi, gangguan pendengaran, merokok, obesitas, depresi, kurangnya aktivitas fisik, diabetes, dan jarang bersosialisasi (Livingston et al., 2020).

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada para lansia mengenai bahaya penyakit demensia pada lansia. Terdapat kegiatan serupa sering diadakan yang memberikan dampak positif mengenai pengetahuan pada lansia yang mengikuti kegiatan. Hasil pada pengabdian masyarakat Wiraatmaja *et al.* (2024) menunjukkan adanya peningkatan nilai post-test pada lansia setelah diberikan media edukasi (Wiraatmaja et al., 2024).

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kelanjutan dari program pengabdian masyarakat sebelumnya dimana sebelumnya pelaksana pengabdian masyarakat mengambil tema pencegahan penyakit kardiovaskuler pada lansia (Silitonga et al., 2024). Metode yang diterapkan mencakup seminar kesehatan interaktif yang disertai dengan diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ini dilakukan pada Sabtu, 12 Oktober 2024 dan dihadiri 35 orang. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

1. Tahap persiapan

Kegiatan ini dimulai dari mempersiapkan segala keperluan untuk melakukan pengabdian masyarakat seperti penentuan waktu pelaksanaan, persiapan media dan peralatan yang akan digunakan dalam acara, serta koordinasi dengan pemimpin gereja.

2. Tahap pelaksanaan

Seminar mengenai demensia pada lansia (Gambar 1a dan 1b)

Hari/Tanggal : Sabtu, 12 Oktober 2024

Waktu : 10.30 - 12.30 WIB

Seminar kesehatan dibawakan oleh dua orang narasumber yaitu dr. Novian Budi Santoso, Sp.N dengan topik Demensia dan Penatalaksanaan terbaru dan dr. Elita Halimsetiono, M.Kes. dengan topik Epidemiologi Demensia.



Gambar 1. Seminar Kesehatan oleh dr. Novian Budi Santoso, Sp.N



Gambar 2. Seminar kesehatan oleh dr. Elita Halimsetiono, M.Kes

3. Tahap evaluasi

Di akhir kegiatan dilakukan evaluasi. Gambar 3 menunjukkan foto setelah kegiatan selesai. Tahap evaluasi mencakup dua aspek penilaian, yaitu proses kegiatan dan hasil kegiatan. Evaluasi proses kegiatan menilai sejauh mana kegiatan pengabdian masyarakat diterima jemaat gereja. Sedangkan evaluasi hasil didasarkan pada analisis perbandingan antara hasil pre-test dan post-test, serta laporan pengabdian masyarakat.



Gambar 3. Foto bersama

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik peserta

Karakteristik peserta dapat dilihat pada Tabel 1. Peserta program ini berjumlah 35 orang yang terdiri dari 14 orang laki-laki dan 21 orang perempuan. Pengelompokkan usia pada program ini dibagi menjadi 5 kategori berdasarkan definisi usia menurut WHO, yaitu dewasa muda (25-44 tahun), pertengahan (45-54 tahun), lansia awal (55-65 tahun), lansia muda (66-74 tahun), lansia tua (75-90 tahun).

Tabel 1. Karakteristik peserta

Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis kelamin		
Laki-laki	14	40%
Perempuan	21	60%
Usia		
45-54 tahun	6	17.1%
55-65 tahun	9	25.7%
66-74 tahun	12	34.3%

75-90 tahun	8	22.9%
Total	35	100%

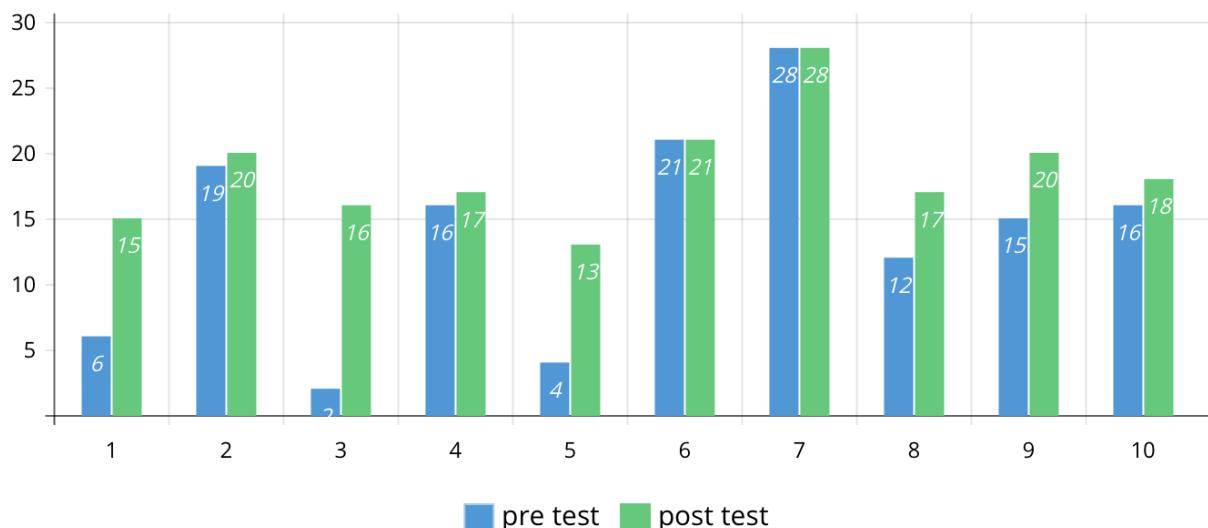
Berdasarkan hasil yang ada di Tabel 2, dapat dilihat bahwa 7 dari 10 pertanyaan *pre test* memiliki persentase jawaban benar di bawah 50% dan 3 dari 10 pertanyaan *pre test* dengan persentase jawaban benar di atas 50%. Rata-rata jawaban benar pada *post test* mengalami peningkatan sebesar 13,14% dari *pre-test* yaitu dari rata-rata menjawab benar di *pre-test* 39,71% menjadi 52,85% di *post-test*. Sebanyak lima dari 10 pertanyaan dengan jawaban benar berjumlah di atas 50% dari total responden. Ditinjau dari jawaban yang diperoleh, peserta program belum familier dengan contoh-contoh fungsi kognitif serta definisi dari *Hoardings Syndrome*.

Tabel 2. Hasil pre dan post test peningkatan pengetahuan peserta

No	Pertanyaan	Pre test (jumlah benar)		Post test (jumlah benar)	
		n benar	% benar	n benar	% benar
1	Yang tidak termasuk fungsi kognitif	6	17,14%	15	42,9%
2	Tipe demensia yang paling banyak	19	54,29%	20	57,14%
3	Gejala Alzheimer yang dapat menganggu sekitarnya	2	5,71%	16	45,71%
4	Seorang wanita 75 tahun datang dengan keluhan sering didatangi roh-roh nenek moyangnya, merupakan gangguan demensia tipe manakah ini?	16	45,71%	17	48,57%
5	Seorang wanita 80 tahun, didalam rumahnya banyak tersimpan sampah-sampah yang seharusnya sudah dibuang dari dulu, disebut apakah ini?	4	11,43%	13	37,14%
6	Salah satu cara mencegah demensia adalah dengan banyak berolahraga keras	21	60%	21	60%

7	Salah satu cara mencegah demensia adalah dengan merokok	28	80%	28	80%
8	Depresi pada lansia bukan gejala dementia	12	34,3%	17	45,6%
9	Suka mengutuki tidak termasuk gejala dementia	15	42,9%	20	57,14%
10	Demensia Alzheimer datangnya mendadak bukan pelan-pelan	16	45,71%	18	51,43%
	Rata-rata	13.9	39.71%	18.5	52.85%

Peserta mengalami peningkatan pengetahuan saat dilakukan perbandingan antara jawaban *pre test* dan *post test*. Pada Gambar 1 dapat dilihat peningkatan dari pengetahuan peserta sebelum dan sesudah seminar. Peningkatan yang paling signifikan ada pada pertanyaan nomor satu, tiga dan lima yang membahas tentang fungsi kognitif, gejala alzheimer dan pertanyaan terkait *hoarding syndrome*.



Gambar 4. Diagram peningkatan pengetahuan peserta pre test dan post test

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan lansia terkait berbagai isu kesehatan, termasuk demensia. Studi literatur sebelumnya menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan lansia tentang demensia berhubungan dengan pencegahan demensia (Firna & Pradana, 2021). Pendidikan kesehatan terkait demensia juga dapat meningkatkan pengetahuan keluarga pasien dalam merawat pasien demensia (Sarfika et al., 2019). Seminar yang interaktif dan

disampaikan dalam bahasa yang mudah dipahami diharapkan mampu meningkatkan pemahaman lansia terhadap cara menjaga fungsi kognitif. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan pada perilaku pencegahan demensia oleh lansia (Abdillah, 2019).

Edukasi tentang pencegahan demensia sangat penting karena banyak faktor risiko dapat dimodifikasi melalui gaya hidup sehat, seperti pola makan bergizi, aktivitas fisik teratur, dan stimulasi kognitif. Penelitian sebelumnya menunjukkan program pencegahan demensia dapat dilakukan melalui senam dan edukasi (Muliati et al., 2021). Aktifitas fisik penting untuk lansia, selain untuk mencegah demensia, juga dapat mengurangi insomnia sehingga para lansia perlu untuk aktif secara fisik (Wartiningsih et al., 2023). Hal lain adalah deteksi dini dan pemahaman para tenaga kesehatan tentang gejala awal demensia dan pemeriksaan fungsi kognitif pasien. Pelatihan para tenaga kesehatan terkait pemeriksaan fungsi kognitif pasien diharapkan dapat meningkatkan upaya deteksi dini di masyarakat dan penanganan pasien demensia secara cepat (Sweetasari et al., 2022).

Pemeriksaan kesehatan rutin pada lansia sangat penting dalam upaya pencegahan demensia karena dapat membantu mendeteksi faktor risiko demensia. Faktor risiko demensia meliputi hipertensi, diabetes, obesitas, perilaku merokok dan gangguan metabolismik lainnya yang berkaitan erat dengan penurunan kognitif (Priastana & Nurmaliyah, 2020). Pemeriksaan berkala juga memungkinkan intervensi lebih dini dan pemantauan progresif kondisi kesehatan lansia. Pemeriksaan kesehatan pada lansia berupa pemeriksaan berat badan, tekanan darah, kadar gula darah, kadar kolesterol dan asam urat. Pemeriksaan rutin fungsi kognitif menggunakan *Mini Mental State Examination* (MMSE) dapat mendeteksi secara dini gangguan fungsi kognitif dan mencegah perburukan dari demensia (Anggeriyane et al., 2024).

Dukungan keluarga memiliki peranan kunci dalam kualitas hidup lansia dengan demensia, baik dalam aspek emosional, sosial, maupun perawatan sehari-hari. Demensia pada lansia membutuhkan peran penting keluarga, sehingga hubungan pengetahuan keluarga tentang demensia sangatlah penting, untuk mengadopsi pendekatan yang berpusat pada keluarga dan memberikan pelatihan dan bimbingan (Kurniasih & Pradana, 2019).

Dalam mendeteksi kejadian demensia pada lansia dibutuhkan peran serta dari kader. Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama memiliki peran untuk melatih para kader di masyarakat dalam rangka meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan keterampilan mereka melakukan deteksi dini (Ikhtiyaruddin et al., 2024). Kader memainkan peran penting dalam memberikan informasi kesehatan, pelatihan perawatan, dan dukungan emosional kepada keluarga dan lansia penderita demensia di masyarakat (Sari & Margiyati, 2024), akan tetapi

belum semua kader memiliki pengetahuan tentang demensia(Simbolon et al., 2022). Oleh sebab itu, penting untuk meningkatkan pengetahuan kader melalui berbagai pelatihan atau pendidikan kesehatan (Hidayah & Rahmatika, 2022).

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Gereja Kristen Indonesia (GKI) Sepanjang, Sidoarjo telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun, meliputi pemeriksaan kesehatan dan seminar mengenai demensia. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah dilakukan seminar kesehatan, akan tetapi masih ada pertanyaan yang belum dapat dijawab sebagian besar peserta.

SARAN

Saran kedepannya edukasi terkait lansia dapat diberikan tambahan metode atau media agar peserta dapat lebih memahami topik demensia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra Surabaya yang telah memberi dukungan material dan non-material terhadap pengabdian masyarakat ini dan kepada pihak GKI Sepanjang Sidoarjo atas kerjasamanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, A. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan demensia pada lansia. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 10(3), 63–70. <https://doi.org/10.36089/NU.V1I1.109>
- Anggeriyane, E., Nurcahyani, A. R., Maretha, A., Nurhalidza, Ni'mah, A. H., & Zahrah, H. A. A. (2024). Optimizing the cognitive function of the elderly through health examinations using the Mini Mental State Examination (MMSE) in efforts to prevent dementia, 1(1), 51–58.
- Arvanitakis, Z., Shah, R. C., & Bennett, D. A. (2019). Diagnosis and management of dementia: Review. *JAMA*, 322(16), 1589–1599. <https://doi.org/10.1001/JAMA.2019.4782>
- Firna, F. D. S., & Pradana, A. A. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan terhadap pencegahan demensia pada lansia: Telaah literatur. *Public Health and Safety International Journal*, 1(02), 80–87. <https://doi.org/10.55642/PHASIJ.V1I02.117>
- Hidayah, N., & Rahmatika, A. (2022). Sidemen: Pemberdayaan kader posyandu lansia dalam pencegahan demensia. Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat,

3(Kesehatan keluarga dan masyarakat), 1013–1019.
<https://doi.org/10.18196/ppm.43.618>

Ikhtiyaruddin, Yunita, J., Marzuki, A., & Iswadi. (2024). Pemberdayaan kader dan pemeriksaan kesehatan lansia dalam upaya deteksi dini penyakit pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Bukit. 8(3), 368–374.

Kurniasih, E., & Pradana, A. A. (2019). Telaah pengetahuan keluarga akan kondisi demensia pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 2(1), 9–25.

Livingston, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., ... Cooper, C. (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *The Lancet*, 396, 413–459. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6)

Muliatie, Y. E., Jannah, N., & Suprapti, S. (2021). Pencegahan demensia/Alzheimer di Desa Prigen, Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan. Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 4, 379–387. <https://doi.org/10.37695/PKMC.R.V4I0.1308>

Priastana, I. K. A., & Nurmaliyah, F. F. (2020). Faktor risiko kejadian demensia berdasarkan studi literatur. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 15(2), 279–282. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v15i2.745>

Sarfika, R., Fernandes, F., & Mailia, G. (2019). Pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dalam merawat lansia demensia di Puskesmas Pauh, Kota Padang. *Warta Pengabdian Andalas*, 26(2), 97–101. <https://doi.org/10.25077/JWA.26.2.97-101.2019>

Sari, N. W., & Margiyati, M. (2024). IBM peran kader dalam lansia dengan demensia di Desa Deliksari, Gunungpati. *Natural: Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergeran Bersama Masyarakat*, 2(2), 26–32.

Sehat Negeriku. (2024). Indonesia siapkan lansia aktif dan produktif. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240712/2145995/indonesia-siapkan-lansia-aktif-dan-produktif/>

Sharma, G., & Morishetty, S. K. (2022). Common mental and physical health issues with elderly: A narrative review. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 23(S2), 1–11.

Silitonga, H. T. H., Panggabean, R. T. M., Rambung, E., Adrianto, H., Sheyoputri, R. E., & Xena, L. E. (2024). Education of cardiovascular disease in the elderly through health seminars and health corner. *Buletin Poltanesa*, 25(1), 134–139. <https://doi.org/10.51967/tanesa.v25i1.3032>

Simbolon, Y. A. S., Widagdo, T. M. M., & Djonggianto, J. K. (2022). Pengetahuan kader posyandu lansia tentang demensia di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Nommensen Journal of Medicine*, 8(1), 47–53. <https://doi.org/10.36655/njm.v8i1.745>

Sweetasari, A. G., Dikot, Y., Djajasasmita, D., Lesmana, S., Dassy, N. R. D. M., & Fuadi, L. N. (2022). Sosialisasi dan pelatihan pemeriksaan fungsi kognitif untuk deteksi dini penyakit demensia pada tenaga kesehatan di Puskesmas Wilayah Dinkes Kota Cimahi.

Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma, 3(2), 178–186.
<https://doi.org/10.26874/jakw.v3i2.261>

Wartiningsih, M., Juliasih, N. N., Silitonga, H. T. H., Ritunga, I., Mesaakh, B. D., Pratama, P. G. J. Y., ... Ilmiyah, F. L. N. (2023). Pengabdian bagi lansia: Aktivitas fisik dan permainan kognitif sebagai upaya penurunan tingkat insomnia pada lansia di Dusun Sidokerto, Malang. *Jurnal Abdimas Adi Buana*, 7(1), 11–19.

WHO. (2024). Ageing and health: Fact sheet. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Wiraatmaja, L. V., Herawati, T., Nainggolan, D., & Virgita Wiraatmaja, L. (2024). Peningkatan kualitas kesehatan fisik dan mental lansia di Kelurahan Situgede Kecamatan Bogor Barat. *BANTENESE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 81–93. <https://doi.org/10.30656/PS2PM.V6I1.7946>