

**MELAKSANAKAN PELATIHAN PENCEGAHAN DEMENSIA/ALZHEIMER DI
KELURAHAN TANJUNG GUSTA**

*CONDUCTING DEMENTIA/ALZHEIMER PREVENTION TRAINING AT TEGAL SARI
COMMUNITY HEALTH CENTER, MEDAN*

**¹⁾ Robin Ferdiansyah Sitopu, ²⁾ Rahmad Hidayat, ³⁾ Dewi Qurniawati, ⁴⁾ Eka della
⁵⁾ Hezatulo halawa**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan

Email: robinferdiyansyasitopu@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) adalah pelatihan pencegahan DEMENSIA bagi lansia di Kelurahan Tanjung Gusta . Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat mengenai pelatihan kader kesehatan tentang *Screening Demensia* Pada Lansia Menggunakan *Mini Mental State Examination (MMSE)* untuk meningkatkan kesehatan lansia dan masyarakat. Hasil survey dan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menderita hipertensi dan memiliki fungsi kognitif yang mengalami penurunan. Selain itu, ditemukan permasalahan bahwa masyarakat dan kader kesehatan masih banyak yang belum memahami mengenai cara *screening demensia* pada lansia pada lansia. Ditemukan permasalahan bahwa masyarakat dan kader kesehatan masih banyak yang belum memahami instrumen yang dipakai untuk *screening demensia* pada lansia. Oleh karena itu, kami mengadakan pelatihan kepada kader kesehatan Hal ini penting dilakukan untuk memberikan bantuan nyata untuk mewujudkan Indonesia yang ramah demensia, melalui salah satu komponen program pengembangan dan peningkatan kapasitas sumber daya manusia yang selaras dengan pro program ALZI yaitu edukasi. Oleh karena itu, kegiatan PKM ini dikemas dengan cara melakukan pelatihan dalam rangka sosialisasi pencegahan demensia pada lansia di Kelurahan Tanjung Gusta. . Kegiatan PKM ini memiliki manfaat dan tujuan sebagai berikut: 1. Mengidentifikasi karakteristik lansia (umur, jenis kelamin dan pendidikan) berdasarkan tingkat pengetahuan lansia di wilayah kerja Di Kelurahan Tanjung Gusta. 2. Mengidentifikasi karakteristik lansia (umur, jenis kelamin dan pendidikan) berdasarkan tingkat pencegahan primer lansia di wilayah kerja tanjung gusta 3. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang demensia pada lansia di wilayah kerja di Kelurahan Tanjung Gusta.

ABSTRACT

The Community Service Activity (PKM) carried out by the writing team is DEMENTIA prevention training for the elderly in Tanjung Gusta Village. This is important to do to provide real assistance to create a dementia-friendly Indonesia, through one of the components of the human resource capacity development and capacity building program. which is aligned with ALZI's pro program, namely education. Therefore, this PKM activity was packaged by conducting training in the framework of socializing prevention of dementia in the elderly in Tanjung Gusta Village. . This PKM activity has the following benefits and objectives: 1. To identify the characteristics of the elderly (age, gender and education) based on the level of knowledge of the elderly in the work area

in Tanjung Gusta Village. 2. Identifying the characteristics of the elderly (age, gender and education) based on the level of primary prevention of the elderly in the Tanjung Gusta working area 3. Knowing the level of knowledge about dementia in the elderly in the working area in Tanjung Gusta Village.

PENDAHULUAN

Alzheimer merupakan penyakit kronik, progresif, dan merupakan gangguan degeneratif otak dan diketahui mempengaruhi memori, kognitif dan kemampuan untuk merawat diri. (Brunner & Suddart, 2002) Alzheimer merupakan penyakit degeneratif yang ditandai dengan penurunan daya ingat, intelektual, dan kepribadian. Tidak dapat disembuhkan, pengobatan ditujukan untuk menghentikan progresivitas penyakit dan meningkatkan kemandirian penderita. (Dr. Sofi Kumala Dewi, dkk, 2008)

Demensia adalah istilah umum yang menggambarkan sekelompok gejala seperti kehilangan memori, penilaian, bahasa keterampilan motorik yang kompleks, dan fungsi intelektual lain yang disebabkan oleh kerusakan permanen atau kematian sel-sel saraf otak atau neuron. Demensia juga merupakan salah satu penyebab utama kecacatan dan ketergantungan antara orang-orang yang lebih tua diseluruh dunia. Hal ini tidak hanya untuk orang-orang yang memilikinya, tetapi juga untuk pengasuh dan

keluarga mereka. Sering kali ada kurangnya kesadaran dan pemahaman tentang demensia, sehingga stigmatisasi dan hambatan untuk diagnosis dan perawatan.² Demensia di persepsikan oleh masyarakat sebagai proses menua yang alamiah dikarenakan pencegahan lansia yang kurang terhadap demensia sehingga menyebabkan angka prevalensinya tinggi. Pencegahan yang kurang terhadap demensia akan mempercepat proses terjadinya demensia yang dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan daya ingat jangka pendek dan menerima informasi, sehingga lansia mengalami kesulitan berfikir dan cenderung menarik diri. Hal ini sebenarnya akan terjadi lebih cepat dan lebih parah pada lansia yang pengetahuan demensiannya kurang. Sehingga penatalaksanaan demensia yang diberikan lebih kompleks karena didukung oleh pengaktifan fungsi otak yang kurang maksimal tanpa memperhatikan kebutuhan tubuh terutama nutrisi sehingga mereka jatuh pada status gizi buruk yaitu terjadinya defisiensi vitamin dan mineral serta ketidakseimbangan konsumsi makanan yang menyebabkan gangguan

neurologik dan perubahan pada lobus frontalis dan hipokampus sehingga sel-sel ganglion kehilangan substansi nesle.

Alzheimer adalah penyakit yang merusak dan menimbulkan kelumpuhan, yang terutama menyerang orang berusia 65 tahun keatas (patofisiologi : konsep klinis proses- proses penyakit, juga merupakan penyakit dengan gangguan degeneratif yang mengenai sel-sel otak dan menyebabkan gangguan fungsi intelektual, penyakit ini timbul pada pria dan wanita dan menurut dokumen terjadi pada orang tertentu pada usia 40 tahun. (Perawatan Medikal Bedah : jilid 1 hal 1003). Sehingga dengan demikian Alzheimer adalah penyakit kronik, degeneratif yang ditandai dengan penurunan daya ingat, intelektual, kepribadian yang dapat mengakibatkan berkurangnya kemampuan merawat diri. Penyakit ini menyerang orang berusia 65 tahun keatas.

Demensia pada lansia bisa dicegah dengan jalan meningkatkan pengetahuan lansia dan tindakan pencegahan primer melalui edukasi pendidikan, yaitu : latihan- dan pengaktifan fungsi otak , program stimulasi dan aktivitas terapi kenangan, tehnik menghitung, latihan memori, adaptasi pada lingkungan, pemberian antioksidan, berkonsultasi pada dokter dan tim medis

lainnya, serta penyeimbangan konsumsi makanan yang bergizi.

Penulis sebagai tim PKM dalam kegiatan ini berharap keluarga melakukan sosialisasi pencegahan demensia kepada para lansia di wilayahnya masing-masing. Melalui pelatihan ini diharapkan keluarga dapat meningkatkan kepedulian para lansia dalam turut serta mencegah penyebaran Alzheimer di Kelurahan Tanjung Gusta. Kegiatan PKM ini dilakukan dengan metode komunikasi kepada lansia sebagai upaya sosialisasi dalam pencegahan demensia pada lansia .

- 1.Pengadaan PKM ini memiliki tujuan untuk Memberikan pengetahuan tentang penyakit demensia Alzheimer kepada lansia
- 2.Meningkatkan perilaku keluarga dalam merawat lansia alzheimer
- 3.Memperkuat hubungan social dan terbuka terhadap lansia.

METODE

Metode pelaksanaan PKM ini adalah: Pertama tim PKM memaparkan materi tentang pelatihan kemampuan berkomunikasi kepada masyarakat setempat untuk mampu menyampaikan sosialisasi pencegahan Alzheimer di Kelurahan Tanjung Gusta (2) Simulasi. Tim PKM melakukan simulasi agar masyarakat mempraktekkan kemampuan

komunikasinya, khususnya dalam sosialisasi di Kelurahan Tanjung Gusta

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keluarga harus mampu menjadi peran pendamping atau mitra peran, dan mampu memberi tugas sebuah peran kepada orang lain dan juga dapat memahami lebih baik bagaimana berperilaku dalam peran tersebut (Friedman, Browden & Jones, 2003). Keluarga merupakan motivator utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peranan keluarga dalam perawatan lansia antara lain, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi, serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia (Maryam, 2008). Keluarga mempunyai peran penting dalam kehidupan lansia. Ketika lansia membutuhkan bantuan, maka keluarga yang akan memberikan bantuan tersebut

Dukungan keluarga merupakan sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan akan berbeda dalam tahap-tahap siklus kehidupan manusia. Dalam setiap tahap siklus kehidupan, dukungan keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai hal dan akibatnya adalah meningkatnya

kesehatan dan adaptasi keluarga (Friedman, Bowden & Jones, 2003). Secara lebih spesifik, keberadaan dukungan keluarga yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas, lebih mudah sembuh dari penyakit, dan untuk kalangan lansia dapat meningkatkan fungsi kognitif, fungsi fisik dan menunjang kesehatan emosi (Ryan & Austin, 1989 dalam Friedman, Bowden & Jones, 2003).

Alzheimer dengan gangguan kemampuan orientasi di Kelurahan Tanjung Gusta. Keluarga berperan penting dalam menjaga dan merawat lansia Alzheimer untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Keluarga memberikan dukungan dan motivasi kepada lansia agar tidak mudah lupa dengan berkeaktifan. Masalah yang terjadi pada lansia mengalami disorientasi waktu dan tempat, kemampuan berkonsentrasi menurun dan cenderung harus mengulang pertanyaan beberapa kali. Kurangnya kegiatan yang diadakan juga merupakan masalah kemungkinan terjadinya penurunan daya ingat pada lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang telah dilakukan tim PKM dari Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Prima, penulis

menyimpulkan: (1) Adanya keluarga tentang pentingnya sosialisasi pencegahan demensia pada lansia di Kelurahan Tanjung Gusta; (2) Adanya peningkatan pengetahuan tentang kemampuan berkomunikasi dalam sosialisasi pencegahan demensia pada lansia; (3) Adanya peningkatan kemampuan komunikasi yang telah diberikan untuk melakukan sosialisasi pencegahan demensia

di Kelurahan Tanjung Gusta. Dengan terbitnya artikel ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak, terutama Universitas Prima Indonesia, pihak kepala sekolah mengirimkan perwakilan dari Kelurahan Tanjung Gusta untuk berpartisipasi dalam penyuluhan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alzheimer's Association 2014. About Alzheimer Disease [Serial Online]. http://www.alz.org/national/documents/topicsheet_alzdisease.pdf.
- Andarmoyo, Sulistyono. 2012. Keperawatan Keluarga: Konsep Teori, Proses dan Praktik Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arikunto. 2014. Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atun M. 2010. Pedoman Merawat dan Mendampingi Orang Lanjut Usia. Bantul: Kreasi Wacana
- Barbara, Koziar. 2008. Fundamental Of Nursing. Seventh Edition, Vol. 2. Jakarta: EGC.
- Dinas Kesehatan. 2016. Jumlah Lansia Terbanyak di Ponorogo. Ponorogo.
- Efendi, F., & Makhfudli. (2009). Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan. Salemba Medika, Jakarta.
- Friedman, M. 2008. Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori Dan Praktek. Jakarta: EGC.
- Harnilawati. 2013. Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga. Sulawesi Selatan: As Salam.
- Harrison. 2008. Prinsip-Prinsip Ilmu Penyakit Dalam Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Hidayat. 2009. Metode Penelitian

Kesehatan Paradigm Kuantitatif.
Surabaya:Health Books Publishing.

Data Statistik. Jakarta: Anggota
IKAPI.

Kartika, Ira. 2017. Buku Ajar Dasar-Dasar
Riset Keperawatan Dan Pengolahan

Kespro Jawa Timur. 2014. Data riset
kesehatan dasar.