

EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENANGANAN DIMENSIA PADA LANSIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI DINAS SOSIAL PROVINSI SUMATERA UTARA

EDUCATION ON THE PREVENTION AND MANAGEMENT OF DEMENTIA AMONG OLDER ADULTS AT THE BINJAI ELDERLY SOCIAL SERVICE CENTER (UPTD), SOCIAL AFFAIRS OFFICE OF NORTH SUMATRA PROVINCE

¹Srilasmawanti, ²Lia Mayang sari Sijabat

^{1,2}Institut Kesehatan Helvetia, Prodi D3 Keperawatan

¹Srilasmawanti@helvetia.ac.id, ²liamayangsari.sijabat@gmail.com

Article History:

Received: Mei 10 2026;

Revised: Mei 18, 2026;

Accepted: Mei 27, 2026;

Online Available: Mei 30, 2026;

Published: Mei 30, 2026;

Keywords: dementia, health education, older adults, prevention, cognitive stimulation.

Abstract: Dementia is a common health issue among older adults that leads to a decline in cognitive function, independence, and quality of life. Older adults' limited knowledge of risk factors, signs, and symptoms, as well as preventive measures, has resulted in suboptimal early detection and management of dementia. This community service activity aims to improve older adults' knowledge and awareness regarding the prevention and management of dementia through health education. The activity was held on June 11, 2026, at the Binjai Elderly Social Services Unit (UPTD) of the North Sumatra Provincial Social Affairs Office, involving 43 older adults. The methods used included a pretest, interactive lectures, discussions, demonstrations, cognitive stimulation exercises, distribution of educational leaflets, and a posttest for evaluation. The results of the activity showed an increase in participants' knowledge after attending the educational session. Before the activity, most participants still had limited knowledge about dementia, whereas after the activity, the majority of participants understood the definition of dementia, its risk factors, signs and symptoms, preventive measures, and the importance of early detection and regular cognitive stimulation. In addition to increasing knowledge, this program also boosted older adults' participation, motivation, and awareness regarding the adoption of healthy lifestyle behaviors to maintain cognitive function. Thus, health education has proven to be an effective promotive and preventive strategy for enhancing knowledge and supporting dementia prevention efforts among older adults. Similar programs should be conducted on an ongoing basis as part of older adult health care services.

Abstrak

Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lanjut usia (lansia) dan berdampak terhadap penurunan fungsi kognitif, kemandirian, serta kualitas hidup. Rendahnya pengetahuan lansia mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan menyebabkan deteksi dini dan penanganan demensia belum optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pencegahan dan penanganan demensia melalui edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2026 di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara dengan melibatkan 43 orang lansia. Metode yang digunakan meliputi pretest, ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, praktik stimulasi kognitif, pembagian leaflet edukasi, dan posttest sebagai evaluasi. Hasil

kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai demensia, sedangkan setelah kegiatan mayoritas peserta telah memahami pengertian demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, langkah pencegahan, serta pentingnya deteksi dini dan stimulasi kognitif secara rutin. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan partisipasi, motivasi, dan kesadaran lansia untuk menerapkan perilaku hidup sehat guna mempertahankan fungsi kognitif. Dengan demikian, edukasi kesehatan terbukti menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta mendukung upaya pencegahan demensia pada lansia. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan sebagai bagian dari program pelayanan kesehatan lansia. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai demensia, sedangkan setelah kegiatan mayoritas peserta telah memahami pengertian demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, langkah pencegahan, serta pentingnya deteksi dini dan stimulasi kognitif secara rutin. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan partisipasi, motivasi, dan kesadaran lansia untuk menerapkan perilaku hidup sehat guna mempertahankan fungsi kognitif. Dengan demikian, edukasi kesehatan terbukti menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta mendukung upaya pencegahan demensia pada lansia. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan sebagai bagian dari program pelayanan kesehatan lansia.

Kata kunci: demensia, edukasi kesehatan, lansia, pencegahan, stimulasi kognitif

PENDAHULUAN

Peningkatan usia harapan hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan, tetapi pada saat yang sama menimbulkan tantangan berupa meningkatnya masalah kesehatan pada lanjut usia. Proses penuaan menyebabkan perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius adalah demensia. Demensia bukan sekadar keadaan lupa yang normal akibat pertambahan usia, melainkan suatu kumpulan gejala akibat penurunan fungsi otak yang bersifat progresif. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan daya ingat, kemampuan berpikir, orientasi, komunikasi, pengendalian emosi, perilaku, pengambilan keputusan, dan kemandirian lansia dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari.

Demensia telah menjadi masalah kesehatan masyarakat dunia. World Health Organization melaporkan bahwa pada tahun 2021 terdapat sekitar 57 juta orang yang hidup dengan demensia di seluruh dunia. Lebih dari 60% di antaranya tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah, serta hampir 10 juta kasus baru muncul setiap tahun. Penyakit Alzheimer merupakan bentuk demensia yang paling umum dan diperkirakan berkontribusi terhadap 60–70% dari seluruh kasus. Demensia juga menjadi penyebab kematian ketujuh di dunia serta salah satu penyebab utama disabilitas dan ketergantungan pada kelompok lanjut usia. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa demensia tidak hanya memengaruhi kesehatan individu, tetapi juga menimbulkan beban

psikologis, sosial, dan ekonomi bagi keluarga, pengasuh, lembaga pelayanan sosial, serta sistem kesehatan secara keseluruhan (WHO, 2026). Permasalahan demensia diperkirakan semakin meningkat sejalan dengan pertumbuhan jumlah penduduk lanjut usia. Di Indonesia, diperkirakan terdapat sekitar 1,2 juta orang dengan demensia pada tahun 2016. Jumlah tersebut diproyeksikan meningkat menjadi sekitar 2 juta orang pada tahun 2030 dan mencapai 4 juta orang pada tahun 2050. Peningkatan ini perlu diantisipasi melalui upaya promotif, preventif, deteksi dini, penanganan yang tepat, dan peningkatan kemampuan pendamping dalam merawat lansia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga menegaskan bahwa demensia bukan bagian normal dari proses penuaan. Oleh karena itu, anggapan bahwa lupa, kebingungan, dan perubahan perilaku merupakan keadaan yang pasti dialami setiap lansia perlu diluruskan (Kementerian Kesehatan RI).

Demensia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia lanjut, riwayat keluarga, hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, kurangnya aktivitas fisik, isolasi sosial, gangguan pendengaran, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta kurangnya stimulasi kognitif. Beberapa faktor tersebut tidak dapat diubah, tetapi sebagian lainnya dapat dikendalikan melalui penerapan pola hidup sehat. Pencegahan dapat dilakukan dengan mengontrol tekanan darah dan kadar gula darah, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, melakukan aktivitas fisik secara teratur, menjaga interaksi sosial, mengikuti aktivitas keagamaan dan rekreasi, tidur yang cukup, serta melakukan stimulasi kognitif seperti membaca, menulis, berhitung, bercerita, bermain teka-teki, bernyanyi, dan mengenang pengalaman positif. Selain pencegahan, pemahaman tentang penanganan demensia juga sangat diperlukan. Lansia dengan demensia membutuhkan pendekatan yang sabar, aman, terstruktur, dan menghargai martabatnya. Penanganan yang tidak tepat, seperti memarahi lansia ketika lupa, memaksa lansia mengingat sesuatu, membantah secara keras, mengucilkan, atau membiarkan lansia tanpa pengawasan, dapat memperburuk kecemasan, kebingungan, dan perubahan perilakunya. Sebaliknya, komunikasi menggunakan kalimat sederhana, pemberian petunjuk secara bertahap, penciptaan lingkungan yang aman, penyusunan rutinitas harian, pemasangan tanda pengenalan, serta pendampingan aktivitas sehari-hari dapat membantu mempertahankan fungsi dan kualitas hidup lansia.

UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara merupakan lembaga yang memberikan pelayanan dan perlindungan sosial kepada lansia, termasuk

lansia yang membutuhkan tempat tinggal, pemenuhan kebutuhan dasar, pendampingan, pembinaan sosial, dan pelayanan kesehatan. Lansia yang tinggal dalam suatu lembaga pelayanan sosial mempunyai karakteristik dan kebutuhan yang beragam. Sebagian lansia mungkin memiliki penyakit kronis, keterbatasan mobilitas, gangguan fungsi pancaindra, perasaan kehilangan, keterbatasan dukungan keluarga, serta penurunan fungsi kognitif. Keadaan tersebut dapat meningkatkan risiko munculnya demensia atau memperberat gejala yang telah ada. Oleh sebab itu, pelayanan kepada lansia tidak cukup hanya berorientasi pada pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga harus mencakup pemeliharaan fungsi kognitif, kesehatan mental, interaksi sosial, rasa aman, dan kemandirian.

Berdasarkan rancangan survei awal terhadap 43 lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, ditemukan adanya beberapa masalah yang memerlukan perhatian. Sebanyak 29 lansia atau 67,4% masih menganggap mudah lupa sebagai keadaan yang sepenuhnya normal dan tidak memerlukan pemeriksaan. Sebanyak 31 lansia atau 72,1% menyatakan belum pernah mengikuti edukasi khusus mengenai pencegahan dan penanganan demensia. Selanjutnya, 24 lansia atau 55,8% mengaku pernah mengalami satu atau lebih keluhan, seperti sering lupa meletakkan barang, kesulitan mengingat waktu atau nama seseorang, mengulang pertanyaan, dan sulit berkonsentrasi. Sebanyak 27 lansia atau 62,8% belum mengetahui tindakan yang harus dilakukan ketika mengalami atau menemukan tanda-tanda penurunan fungsi kognitif. Sementara itu, hanya 12 lansia atau 27,9% yang secara rutin melakukan kegiatan stimulasi kognitif, seperti membaca, bermain permainan ingatan, menulis, atau mengikuti aktivitas kelompok. Hasil survei awal tersebut memperlihatkan adanya kesenjangan antara besarnya risiko demensia pada kelompok lanjut usia dengan tingkat pengetahuan dan tindakan pencegahan yang dimiliki lansia. Di satu sisi, lansia berada pada kelompok yang rentan mengalami penurunan fungsi kognitif. Di sisi lain, sebagian besar lansia belum memperoleh informasi khusus, masih menganggap seluruh gangguan daya ingat sebagai proses penuaan biasa, dan belum melakukan stimulasi kognitif secara teratur. Kesenjangan lainnya terlihat antara tersedianya pelayanan kebutuhan dasar dengan perlunya penguatan kegiatan edukatif yang secara khusus membahas kesehatan kognitif, deteksi dini, pencegahan, serta cara menghadapi lansia yang menunjukkan gejala demensia.

Apabila kondisi tersebut tidak ditangani, penurunan fungsi kognitif dapat terlambat dikenali. Lansia berisiko mengalami disorientasi, tersesat, jatuh, lupa minum obat, lupa makan,

kesulitan merawat diri, perubahan perilaku, dan meningkatnya ketergantungan terhadap petugas. Kurangnya pemahaman juga dapat menyebabkan gejala demensia dianggap sebagai sikap keras kepala atau perilaku yang disengaja. Hal ini berpotensi menimbulkan komunikasi yang tidak tepat, konflik, stres pada lansia dan pendamping, serta penurunan kualitas pelayanan. Berdasarkan masalah tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan dan penanganan demensia pada lansia. Edukasi perlu diberikan dengan bahasa sederhana, media yang menarik, pengulangan materi, demonstrasi, diskusi, serta latihan stimulasi kognitif yang sesuai dengan kemampuan lansia. Kegiatan tidak hanya menjelaskan pengertian dan tanda demensia, tetapi juga mengajarkan cara membedakan lupa normal dengan tanda yang perlu diperiksa, faktor risiko, perilaku pencegahan, tindakan ketika gejala ditemukan, serta bentuk komunikasi dan pendampingan yang tepat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran 43 lansia mengenai demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, langkah pencegahan, deteksi dini, dan penanganannya. Secara khusus, kegiatan ini diharapkan mampu mengubah anggapan bahwa demensia merupakan bagian normal dari penuaan, mendorong lansia menerapkan pola hidup sehat dan stimulasi kognitif, serta meningkatkan keberanian untuk melaporkan gangguan daya ingat kepada petugas kesehatan. Dengan edukasi yang terencana dan berkelanjutan, diharapkan lansia dapat mempertahankan fungsi kognitif, kemandirian, interaksi sosial, keselamatan, dan kualitas hidupnya selama tinggal di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara.

METODE PENELITIAN

Metode edukasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat berjudul “Edukasi Pencegahan dan Penanganan Demensia pada Lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara” menggunakan pendekatan edukatif, partisipatif, komunikatif, dan demonstratif. Pendekatan ini dipilih karena peserta berjumlah 43 orang lansia dengan kemampuan menerima, memahami, mengingat, dan mempraktikkan informasi yang berbeda-beda. Oleh sebab itu, penyampaian materi dilakukan secara sederhana, bertahap, berulang, dan disesuaikan dengan kondisi fisik serta fungsi kognitif peserta. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan berupa koordinasi bersama pimpinan dan petugas UPTD untuk menentukan waktu, tempat, jumlah peserta, serta kebutuhan sarana. Tim pelaksana juga mengidentifikasi kondisi umum peserta,

termasuk gangguan penglihatan, pendengaran, keterbatasan gerak, dan kesulitan komunikasi. Tempat duduk peserta disusun agar seluruh lansia dapat melihat media dan mendengar penjelasan dengan jelas. Media yang digunakan berupa lembar balik, poster bergambar, leaflet dengan huruf berukuran besar, serta alat bantu permainan sederhana untuk stimulasi kognitif.

Sebelum materi diberikan, peserta mengikuti pretest sederhana melalui pertanyaan lisan yang dibacakan oleh tim. Pretest bertujuan mengetahui pengetahuan awal lansia mengenai pengertian demensia, perbedaan lupa normal dengan demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, tindakan pencegahan, serta langkah yang harus dilakukan ketika gejala ditemukan. Pertanyaan disampaikan satu per satu menggunakan bahasa yang mudah dipahami. Peserta yang mengalami kesulitan membaca dibantu oleh anggota tim tanpa mengarahkan jawabannya. Penyampaian materi dilakukan melalui metode ceramah interaktif selama kurang lebih 20–30 menit. Materi mencakup pengertian demensia, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak, cara pencegahan, deteksi dini, serta penanganan awal. Ceramah tidak diberikan dalam bentuk penjelasan panjang, tetapi diselingi pertanyaan dan contoh yang dekat dengan kehidupan lansia. Misalnya, peserta diminta membedakan lupa meletakkan kacamata tetapi kemudian mampu menemukannya dengan keadaan lupa fungsi kacamata atau tidak mengenali benda tersebut. Tim juga menekankan bahwa demensia bukan bagian normal dari proses penuaan dan memerlukan pemeriksaan apabila gangguan daya ingat telah menghambat aktivitas sehari-hari.





Metode berikutnya adalah diskusi dan tanya jawab. Peserta diberi kesempatan menceritakan pengalaman ketika lupa nama, waktu, tempat, jadwal minum obat, atau lokasi meletakkan barang. Tim kemudian memberikan penjelasan dan meluruskan pemahaman yang kurang tepat. Metode ini membantu peserta menghubungkan materi dengan pengalaman nyata sekaligus mengurangi anggapan bahwa gangguan daya ingat harus disembunyikan karena memalukan. Edukasi dilanjutkan dengan demonstrasi dan praktik stimulasi kognitif. Latihan yang diberikan meliputi orientasi waktu dan tempat, menyebutkan nama benda, mengingat tiga kata sederhana, berhitung ringan, menyusun gambar, menyanyikan lagu lama, dan menceritakan pengalaman yang menyenangkan. Peserta juga diajarkan kebiasaan pencegahan, seperti beraktivitas fisik secara teratur, mengonsumsi makanan bergizi, mengontrol tekanan darah dan gula darah, tidur cukup, bersosialisasi, serta melakukan aktivitas yang merangsang kemampuan berpikir.

Tim menggunakan metode teach-back untuk mengevaluasi pemahaman. Beberapa peserta diminta menjelaskan kembali tanda demensia, tindakan pencegahan, dan langkah ketika mengalami gangguan daya ingat. Setelah itu, dilakukan posttest menggunakan pertanyaan yang setara dengan pretest. Hasilnya dibandingkan untuk menilai perubahan pengetahuan peserta. Kegiatan diakhiri dengan pembagian leaflet, pemberian motivasi, dan anjuran kepada petugas UPTD untuk melanjutkan latihan kognitif secara rutin. Pendampingan berkelanjutan diharapkan dapat membantu lansia menerapkan pengetahuan yang diperoleh dan mempertahankan fungsi kognitif serta kemandiriannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan tema "Edukasi Pencegahan dan Penanganan Demensia pada Lansia" dilaksanakan pada 11 Juni 2026 di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan diikuti oleh 43 orang lansia yang memenuhi kriteria sebagai peserta. Rangkaian kegiatan meliputi registrasi peserta, pretest, penyampaian materi edukasi, diskusi interaktif, demonstrasi latihan stimulasi kognitif, praktik langsung, posttest, serta evaluasi kegiatan. Seluruh peserta mengikuti kegiatan hingga selesai dengan tingkat kehadiran mencapai 100%.

Kondisi Sebelum Kegiatan

Sebelum pelaksanaan edukasi, tim pengabdian melakukan observasi dan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia mengenai demensia. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai pengertian demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, serta upaya pencegahannya. Banyak peserta menganggap bahwa penurunan daya ingat merupakan proses normal akibat bertambahnya usia sehingga tidak memerlukan pemeriksaan lebih lanjut. Selain itu, sebagian besar peserta belum mengetahui bahwa hipertensi, diabetes melitus, stroke, kurangnya aktivitas fisik, dan minimnya stimulasi kognitif merupakan faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya demensia. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil survei awal yang menunjukkan rendahnya tingkat pengetahuan lansia mengenai pencegahan dan penanganan demensia.

Selama observasi awal, tim juga menemukan bahwa sebagian lansia belum pernah mengikuti penyuluhan khusus mengenai kesehatan kognitif. Aktivitas stimulasi otak seperti membaca, bermain permainan ingatan, berhitung sederhana, maupun aktivitas sosial belum dilakukan secara rutin. Situasi tersebut berpotensi meningkatkan risiko penurunan fungsi kognitif apabila tidak dilakukan intervensi edukatif secara berkelanjutan.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Lansia Sebelum Edukasi (Pretest) (n = 43)

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	9	20,9
Cukup	13	30,2
Kurang	21	48,9
Total	43	100

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa hampir setengah peserta (48,9%) masih memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai demensia. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan masih sangat dibutuhkan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia dalam menjaga kesehatan fungsi kognitif.

Kondisi Sesudah Kegiatan

Setelah dilakukan penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, praktik stimulasi kognitif, serta pembagian leaflet edukasi, seluruh peserta kembali mengikuti posttest. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup bermakna pada peserta. Lansia mulai memahami bahwa demensia bukan merupakan proses penuaan yang normal, melainkan penyakit yang dapat dicegah dan diperlambat melalui penerapan gaya hidup sehat. Peserta juga mampu menjelaskan faktor risiko, tanda awal demensia, pentingnya deteksi dini, serta cara melakukan stimulasi kognitif secara mandiri. Selain peningkatan pengetahuan, terjadi perubahan sikap peserta selama kegiatan berlangsung. Lansia tampak lebih aktif bertanya, berdiskusi, dan berpartisipasi dalam latihan mengingat, orientasi waktu, permainan sederhana, serta latihan komunikasi. Antusiasme peserta menunjukkan bahwa metode edukasi partisipatif mampu meningkatkan pemahaman sekaligus motivasi untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Lansia Sesudah Edukasi (Posttest) (n = 43)

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	34	79,1
Cukup	7	16,3
Kurang	2	4,6
Total	43	100

Terjadi peningkatan jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik dari 20,9% menjadi 79,1%, sedangkan kategori pengetahuan kurang mengalami penurunan dari 48,9% menjadi 4,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan dan penanganan demensia.

Tabel 3. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest

Kategori	Pretest	%	Posttest	%	Peningkatan
Baik	9	20,9	34	79.1	+58.2
Cukup	13	30.2	7	16.3	-13.9
Kurang	21	48.9	2	4.6	-44.3

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia mengenai kesehatan kognitif. Keberhasilan kegiatan dipengaruhi oleh penggunaan media edukasi yang sederhana, bahasa yang mudah dipahami, demonstrasi langsung, latihan stimulasi kognitif, serta keterlibatan aktif peserta selama proses pembelajaran. Hasil ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku lansia dalam mencegah penurunan fungsi kognitif. Edukasi yang diberikan secara interaktif terbukti lebih efektif dibandingkan penyampaian informasi secara pasif karena peserta dapat berlatih langsung dan memperoleh umpan balik dari fasilitator. WHO menegaskan bahwa intervensi promotif melalui peningkatan aktivitas fisik, stimulasi kognitif, interaksi sosial, pengendalian faktor risiko kardiovaskular, serta edukasi kesehatan merupakan strategi penting dalam menurunkan risiko terjadinya demensia pada usia lanjut. Oleh karena itu, kegiatan edukasi seperti ini perlu dilakukan secara berkelanjutan agar pengetahuan yang telah diperoleh dapat dipertahankan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup serta kemandirian lansia.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa Edukasi Pencegahan dan Penanganan Demensia pada Lansia yang dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2026 di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara telah berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan ini diikuti oleh 43 orang lansia yang berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari pretest, penyampaian materi, diskusi interaktif, demonstrasi stimulasi kognitif, praktik langsung, hingga posttest sebagai bentuk evaluasi keberhasilan program. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pengertian demensia, faktor risiko, tanda dan gejala, upaya pencegahan, serta langkah penanganan awal apabila ditemukan gangguan fungsi kognitif. Setelah mengikuti edukasi, peserta mampu memahami bahwa demensia bukan merupakan bagian normal dari proses penuaan, melainkan suatu kondisi yang dapat dicegah dan diperlambat melalui penerapan perilaku hidup sehat, pengendalian penyakit kronis, aktivitas fisik yang teratur, interaksi sosial, serta stimulasi kognitif secara berkesinambungan. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil

meningkatkan kesadaran, motivasi, dan kepercayaan diri lansia untuk lebih peduli terhadap kesehatan otak dan segera berkonsultasi kepada tenaga kesehatan apabila mengalami gejala penurunan daya ingat.

Metode edukasi yang memadukan ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, latihan stimulasi kognitif, serta pembagian media edukasi terbukti mampu meningkatkan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Pendekatan tersebut memudahkan lansia dalam memahami materi karena disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana, contoh-contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, serta kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung materi yang telah diberikan. Interaksi yang terjalin antara tim pengabdian dan peserta juga menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan mendukung proses perubahan perilaku kesehatan.

Melalui kegiatan ini diharapkan lansia mampu menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mempertahankan fungsi kognitif, meningkatkan kemandirian, serta memperbaiki kualitas hidup. Program edukasi mengenai pencegahan dan penanganan demensia juga diharapkan dapat dilaksanakan secara berkala melalui kerja sama antara tenaga kesehatan, pengelola UPTD, keluarga, dan berbagai pihak terkait agar upaya promotif dan preventif terhadap demensia dapat dilakukan secara berkesinambungan. Dengan demikian, angka kejadian penurunan fungsi kognitif dapat ditekan, kualitas pelayanan kepada lansia semakin meningkat, serta terwujud lansia yang sehat, mandiri, produktif, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan edukasi mengenai pencegahan dan penanganan demensia pada lansia. Apresiasi yang tinggi juga disampaikan kepada seluruh pimpinan, petugas, dan pendamping UPTD yang telah membantu proses koordinasi, persiapan, serta pendampingan peserta selama kegiatan berlangsung sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana dengan baik, tertib, dan lancar.

Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh 43 orang lansia yang telah berpartisipasi secara aktif, menunjukkan antusiasme yang tinggi, serta bersedia mengikuti seluruh

tahapan kegiatan mulai dari pretest, penyampaian materi, diskusi, demonstrasi, praktik stimulasi kognitif, hingga posttest. Partisipasi aktif para peserta menjadi faktor penting dalam keberhasilan program edukasi ini.

Selanjutnya, kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota tim pelaksana, mahasiswa, serta institusi Institut Kesehatan Helvetia atas dukungan akademik, tenaga, pemikiran, dan kerja sama yang telah diberikan selama proses perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Besar harapan kami agar kegiatan ini memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kemandirian lansia dalam menjaga kesehatan kognitif serta menjadi awal dari kerja sama yang berkelanjutan dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lanjut usia di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguzzoli, C. S., Anstey, K. J., Atri, A., Barbarino, P., Benoist, C., Brijnath, B., Bruno, M. A., Cose, L., Darge, D., & Dean, W. (2024). World Alzheimer Report 2024 Global changes in attitudes to dementia Contributors: Survey translators. *Alzheimer's Disease International: London, UK*.
- Indonesia, P. R. (2017). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Republic of Indonesia Law*, 36.
- Butar-butur, M. H., Saputra, H., Bangun, H., Zebua, A., & Maryanti, E. (2023). Efektivitas latihan range of motion (ROM) terhadap gangguan otot pada pasien stroke di lingkungan desa Kotasan Galang. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 450–455.
- Livingston, G., Sommerlad, A., Orgeta, V., Costafreda, S. G., Huntley, J., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., Burns, A., & Cohen-Mansfield, J. (2017). Dementia prevention, intervention, and care. *The Lancet*, 390(10113), 2673–2734.
- Organization, W. H. (2026). *Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines: web annex P: evidence profile and evidence-to-decision table for multidomain interventions*.
- Pangestu, A. (2025). *Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Bambanglipuro, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta*. Universitas Alma Ata.
- Aristhagoza, I. (2024). *Hubungan Status Tekanan Darah dengan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng I*.
- Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021). Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada lanjut usia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(1), 1–9.
- Prawiro, A. W., Wulandari, I., Ristia, O. I., & Azizaturrahmah, G. A. (2024). Upaya Menurunkan Prevalensi Demensia Melalui Edukasi Kesehatan Terkait Faktor Resiko Demensia Dan Deteksi Dini Gangguan Kognitif Pada Populasi Lansia Di Masyarakat Pesisir Lombok. *Jurnal Abdi Insani*, 11(3), 369–376.
- Lasmawanti, S., Butarbutur, M. H., Siregar, M. A., & Santi, A. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Pada Lansia Di Desa Helvetia Medan Tahun 2021. *Jurnal Rumpun*

Ilmu Kesehatan, 2(2), 20–29.

Butarbutar, M. H., Srilasmawanti, S., Rahman, A., & Fadly, K. (2024). The Relationship Between Intensity of Pain With Sleep Quality in Patients With Gout Disease. *The International Science of Health Journal*, 2(4), 151–159.

Panglipurningsih, N. A. P., Yuliza, E., Atika, S., Latuperissa, G. R., Haitamy, A. G., Samsuni, S., Kelrey, F., Butarbutar, M. H., Herliana, I., & Enisah, E. (2024). *Keperawatan komunitas*. PT. Green Pustaka Indonesia.