

Gerakan Literasi Masyarakat melalui Terapi Membaca dan Menulis untuk Mencegah Demensia pada Lansia

Tiara Kusumaningtiyas¹, Nur Septia Handayani², Dessy Harisanty³

Program Studi D4 Kearsipan dan Informasi Digital^{1,3}, Program Studi D4 Teknologi
Laboratorium Medik²
Universitas Airlangga

e-mail: tiarakusumaningtiyas@vokasi.unair.ac.id

Abstrak

Berdasarkan data selama 3 tahun 2017-2019 cakupan pelayanan kesehatan lansia di Kabupaten Blora mengalami fluktuasi. Sebagian Masyarakat Lansia di Kecamatan Randublatung tidak memiliki rutinitas yang bersifat kognitif maupun psikomotorik yang baik sehingga cenderung beresiko terkena Demensia, karena gaya hidup atau menurunnya kesehatan. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini bertujuan memberikan penyuluhan mengenai penyakit demensia kepada lansia untuk mengenal, mengetahui dan mencegah terdampak Demensia. Penerapan program literasi informasi melalui Gerakan Literasi Masyarakat dengan terapi membaca dan menulis untuk melatih fungsi otak lansia, seperti permainan Teka-Teki Silang dan Benar/Salah dirancang menyesuaikan materi penyuluhan mengenai Demensia. Kegiatan dilaksanakan dalam 2 tahap, pertama adalah survey, kedua adalah penyuluhan dan evaluasi. Peserta terdiri dari 68 orang dengan rata-rata usia 63 tahun. Peserta mengisi *pretest* dan *posttest* tentang pengetahuan dan sikap terhadap Demensia. Hasil kegiatan ialah meningkatnya pengetahuan peserta mengenai demensia 29,7%, pengetahuan tentang literasi sebesar 38,2% dan perubahan sikap terhadap demensia dan literasi meningkat dengan rata-rata 58,6%.

Kata Kunci: *Gerakan Literasi Masyarakat, Demensia, Literasi Informasi, Lansia, Membaca, Menulis.*

Abstract

Based on data for 3 years, from 2017 to 2019, the coverage of elderly health services in the Blora district has fluctuated. Some elderly people in Randublatung District do not have good cognitive or psychomotor routines, so they are prone to Dementia, due to lifestyle or declining health. This Community service activity aims to provide counseling about dementia to the elderly to recognize, understand, and prevent the impact of Dementia. The implementation of the information literacy program through the Community Literacy Movement, with reading and writing therapy to train the brain function of the elderly, such as Crossword Puzzles and True / False games, is designed to adjust the counseling material on Dementia. The activity was carried out in 2 stages: the first was a survey, the second was counseling and evaluation. Participants consisted of 68 people with an average age of 63 years. Participants completed a pretest and posttest about knowledge and attitudes towards Dementia. The results of the activity were an increase in participants' knowledge about dementia by 29.7%, knowledge about literacy by 38.2% and changes in attitudes towards dementia and literacy increased by an average of 58.6%.

Keywords: *Community Literacy Movement, Dementia, Information Literacy, Eldery, Reading, Writing.*

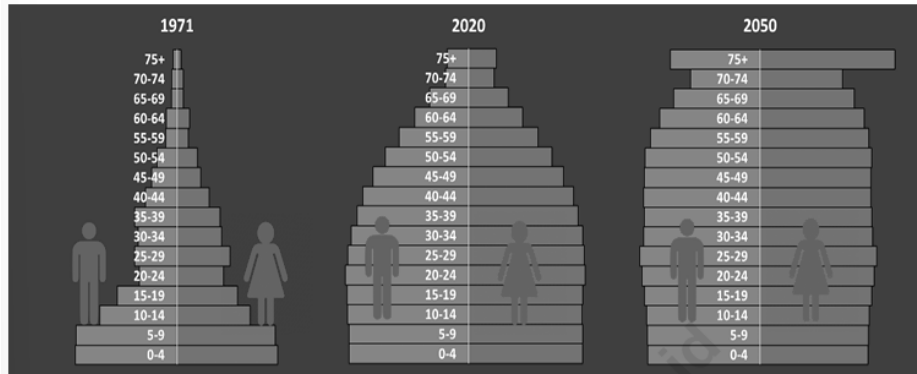
PENDAHULUAN

Demensia adalah istilah yang menggambarkan serangkaian gejala kehilangan memori, kesulitan berpikir dan pemecahan masalah bahkan kehilangan kata-kata atau kehilangan Bahasa. Demensia akan terjadi ketika otak seseorang mengalami kerusakan karena suatu penyakit (Achyar, A. 2023). Banyak factor yang mempengaruhi seseorang memiliki penyakit demensia. Demensia menyebabkan penurunan progresif dalam ingatan dan area kognitif, dan jika dalam keadaan yang cukup parah dapat menyebabkan terganggunya kehidupan sehari-hari penderitanya, sehingga menurunkan fungsi mandiri dan tergantung dengan orang lain. Beberapa gejala demensia yang dapat dikenali adalah delirium (keadaan kebingungan akut), penurunan memori usia, atau kondisi lain (gejala tidak konsisten) seperti informasi, toksisitas, kekurangan vit B-12, gangguan metabolisme, disfungsi hormonal, dan pseudodementia. Umumnya demensia dikaitkan dengan populasi lanjut usia, namun tidak menutup kemungkinan akan menyerang kepada individu yang masih muda (Achyar, 2023).

Wilayah Asia menjadi wilayah dengan penderita demensia tertinggi, Alzheimer Disease International memperkirakan peningkatan demensia di Asia, di Indonesia diperkirakan 1 juta orang akan menderita demensia di 2015 dan ini akan meningkat 2 kali lipat menjadi 2 juta orang di 2030 dan akan mencapai hingga 4 juta orang di 2050 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017; Suriastini et al., 2018; World Health Organization, 2023). Pencegahan demensia pada lansia menjadi salah satu kebutuhan mengingat adanya dampak pembangunan di seluruh dunia mengakibatkan adanya peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) sehingga saat ini masyarakat memiliki usia hidup yang lebih panjang dan berdampak pada peningkatan jumlah penduduk usia lanjut.

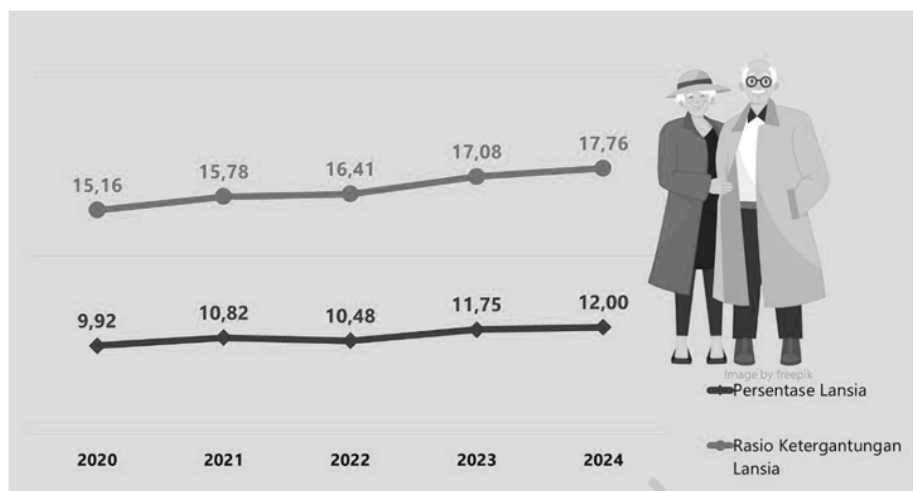
Peningkatan penduduk usia lanjut ini didominasi di wilayah Asia termasuk Indonesia yang penduduk usia lanjutnya berada paling banyak salah satunya di wilayah Jawa Tengah yang menempati posisi 3 jumlah lansia terbanyak berdasarkan laporan BPS tahun 2024 yaitu sekitar 15,46% (Badan Pusat Statistik, 2024). Indonesia yang saat ini memasuki masa ageing population dengan jumlah penduduk lansia mencapai 10,7% dari total populasi dan akan mencapai 1/5 dari total seluruh penduduk pada tahun 2045, sehingga dibutuhkan adanya strategi peningkatan pemerhatian pada penduduk lansia untuk menciptakan penduduk lansia yang sehat dan produktif dan menargetkan upaya peningkatan Kawasan yang ramah lansia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017; World Health Organization, 2023). Berdasarkan laporan BPS tahun 2024 (Badan Pusat Statistik, 2024), dinyatakan bahwa 5 tahun terakhir (2019–2024) presentasi jumlah lansia mencapai 12.000 persen, dan jumlahnya diprediksi akan semakin meningkat (gambar 1), sehingga rasio peningkatan ketergantungan lansia terhadap anggota keluarga yang masih

produktif juga ikut meningkat. Ketergantungan ini tidak hanya dalam masalah ekonomi, namun dalam berbagai masalah termasuk kesehatan dan kemandirian lansia. Berbagai permasalahan akan muncul ketika ketergantungan lansia kepada keluarga dengan usia produktif tinggi, terutama karena resiko besar penyakit demensia bagi lansia semakin tinggi dan mengganggu aktivitas mereka (gambar 2) (Badan Pusat Statistik, 2024)



Sumber: Badan Pusat Statistik, Sensus Penduduk 1971, Sensus Penduduk 2020, dan Proyeksi Penduduk 2050

Gambar 1. Ageing Population di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2024)



Sumber: Badan Pusat Statistik, Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Maret 2020–2024 dan Diolah dari Publikasi Proyeksi Penduduk 2020–2050

Gambar 2. Rasio Ketergantungan Lansia di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2024)

Pemerintah kabupaten Blora terus mengupayakan adanya perbaikan dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat serta status kesehatan masyarakat, termasuk masyarakat yang berada pada usia pra lansia (45-59 tahun) dan penduduk lansia (60 tahun keatas) mengingat usia pra lansia dan lansia merupakan saat dimana terjadinya penurunan kemampuan psikologis dan fisiologis tubuh yang masih mungkin untuk dapat dikendalikan dengan upaya dan strategi khusus. Berbagai macam substansi dari kesehatan pra lansia dan lansia yang menjadi perhatian termasuk diantaranya yaitu Kesehatan Jiwa dan Intelegensia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017).

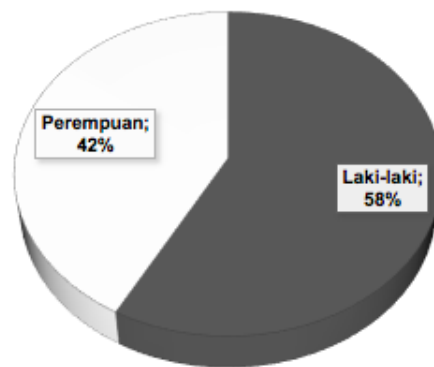
Kesehatan jiwa dan intelegensia masyarakat pra lansia dan lansia berkaitan dengan salah satu penyakit atau sindrom yang pada umumnya diderita oleh lansia yaitu sindrom demensia. Tahun 2021 penyakit demensia di dunia mencapai 55 juta dengan 10 juta kasus baru setiap tahunnya, 60% dari penyakit demensia di dunia diderita oleh para lansia di negara menengah ke bawah. Jika tidak dikendalikan, jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 78 juta pada tahun 2030 dan 139 juta pada tahun 2050. Dampak kompleks dari sindrom demensia termasuk dampak secara fisik, psikologis dan sosial ekonomi, hal ini tidak hanya berdampak pada lansia tersebut tetapi juga orang-orang sekitar para lansia dan masyarakat secara luas (World Health Organization, 2023).

Literasi kesehatan merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas Kesehatan masyarakat. Individu yang memahami dan kritis terkait masalah kesehatan akan berupaya untuk mampu menjalankan hidup sehat dan berusaha menekan resiko penyakit, dan diharapkan kualitas kesehatan masyarakat meningkat dan masyarakat mengutamakan pencegahan daripada pengobatan kesehatan. Literasi kesehatan harus dimiliki oleh para lansia untuk menghindari resiko demensia, namun juga perlu dimiliki oleh masyarakat produktif sebagai pendamping lansia maupun menyiapkan diri di masa mendatang. Literasi kesehatan dapat ditingkatkan dan dibudayakan melalui program Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) yang merupakan salah satu bagian dari Gerakan Literasi Nasional (GLN) yang bertujuan untuk membudayakan kegiatan literasi di kehidupan masyarakat. Program ini merupakan salah satu upaya pemerintah yang bertujuan membentuk kualitas SDM Indonesia yang unggul dan kritis dan berkemampuan *lifelong learning*. Diharapkan program GLM mampu memberikan ruang kontribusi komunitas literasi dan komunitas masyarakat untuk memberikan dukungan melalui kegiatan-kegiatan bermasyarakat dengan melaksanakan literasi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017a)

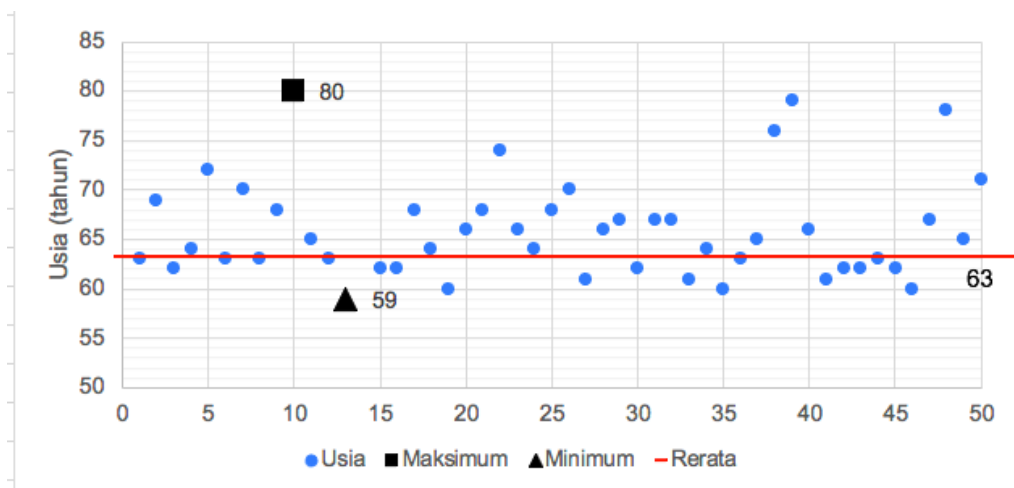
Kabupaten Blora merupakan salah satu kabupaten di provinsi Jawa Tengah. Kabupaten Blora memiliki luas wilayah 1.821 KM². Kabupaten Blora memiliki 16 kecamatan dan terbagi dalam 271 desa dan 24 kelurahan. Kecamatan yang memiliki wilayah terluas adalah Kecamatan Randublatung yaitu 211,13 km². Jumlah penduduk di kecamatan Randublatung menempati urutan kedua dengan jumlah 81.457. Secara garis besar berdasarkan data selama 3 tahun 2017-2019 cakupan pelayanan kesehatan lansia di kabupaten Blora mengalami fluktuasi naik-turun (Badan Pusat Statistik, 2021; Badan Pusat Statistik Kabupaten Blora, 2008) hal ini di khawatirkan dapat mempengaruhi kesehatan masyarakat lansia Kabupaten Blora, sehingga dibutuhkan adanya strategi tambahan untuk mempertahankan peningkatan derajat kesehatan masyarakat khususnya lansia termasuk strategi untuk peningkatan cakupan pelayanan kesehatan lansia secara konsisten salah satunya melalui program Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) dengan terapi Membaca dan Menulis.

METODE

Pengabdian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran umum mengenai pengetahuan peserta (lansia) mengenai penyakit demensia, memberikan edukasi untuk bersikap terhadap penderita demensia, hingga mencegah demensia bagi diri mereka, dan emnyadari resiko penyakit demensia terhadap mereka. Peserta pengabdian adalah kelompok pensiunan Guru dan Tenaga Kependidikan Dinas Pendidikan Kecamatan Randublatung, Kabupaten Blora. Jumlah peserta yaitu 63 lansia dengan persebarannya adalah mayoritas lansia laki-laki yaitu 58% dan wanita 42% (Gambar 3), sedangkan berdasarkan karakteristik usia, peserta pengabdian masyarakat memiliki rentang usia 59 hingga 80 tahun dan rerata usia 63 tahun (Gambar 4).



Gambar 3. Rasio persentase laki-laki dan perempuan peserta pengabdian masyarakat di Kecamatan Randublatung, Blora



Gambar 4. Detail persebaran usia lansia peserta pengabdian masyarakat di Kecamatan Randublatung, Blora

Pengumpulan data menggunakan metode observasi, dokumentasi, survey, dan wawancara sebagai konfirmasi dan pelengkap data yang telah dikumpulkan. Berikut ini adalah tahapan yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, yaitu:

Pada tahap persiapan, tim melakukan observasi dan wawancara kepada para masyarakat sekitar Randublatung dan pengurus mitra, kemudian menemukan permasalahan yang dihadapi di lingkungan sekitar Kecamatan

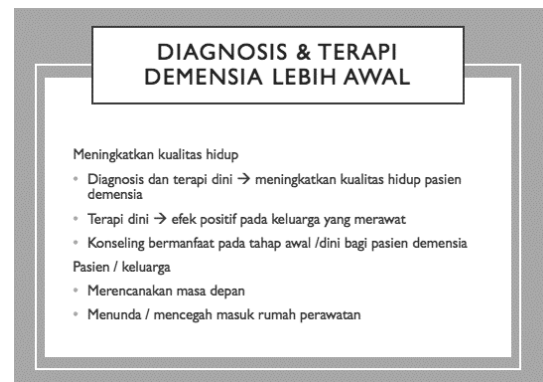
Randublatung, berdasarkan data observasi dan wawancara singkat masalah mengerucut pada lingkup kesehatan terutama bagi para lansia, banyak kasus para lansia sering lupa bahkan tingkat ketergantungan lansia terhadap anggota keluarga tinggi. Data tersebut kemudian menjadi latar belakang penyusunan pengabdian dengan menyusun Program Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) melalui terapi membaca dan menulis bagi Lansia. Pada tahap pelaksanaan dilakukan beberapa kegiatan yaitu:

Edukasi peserta melalui penyuluhan mengenai penyakit demensia.

Program GLM dengan menerapkan terapi membaca dan menulis, kegiatan yang dilakukan pertama yaitu dengan memberikan edukasi melalui penyuluhan dasar mengenai penyakit demensia mulai dari pengenalan, ciri-ciri, pencegahan dan saran pengobatan. Edukasi ini untuk memberikan gambaran kepada peserta mengenai penyakit demensia secara umum sehingga pengetahuan peserta terhadap penyakit demensia meningkat, hal ini akan memberikan dampak positif terhadap tindakan atau perilaku peserta terhadap penderita demensia dan usaha mencegah terkena penyakit demensia. Pelaksanaan penyuluhan yaitu melalui proses *pretest*-penyuluhan demensia-*posttest*.



(a)



(b)



(c)



(d)

Gambar 5. Proses penyuluhan atau pemberian pendidikan kesehatan terkait demensia

Proses penyuluhan terkait demensia yang diberikan kepada para peserta lansia dilakukan dengan metode penyuluhan atau pemberian pendidikan kesehatan terkait demensia. Adapun pengetahuan yang diberikan yaitu

penjelasan tentang demensia, cara pencegahan demensia, tips mencegah demensia dengan Gerakan literasi seperti membiasakan membaca dan menulis, termasuk demensia dari sisi klinis yang mencakup diagnosis dan terapi dini demensia (Gambar 5, a dan b). Semua peserta sangat antusias dengan materi yang disampaikan (Gambar 5, c dan d). Penyuluhan atau pemberian pendidikan kesehatan kepada lansia ini diharapkan dapat memberikan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap para lansia terkait demensia dan pencegahannya. Sebelum diberikan pengetahuan terkait demensia, para peserta diberikan *pretest* untuk mengukur pengetahuan dan sikap lansia sebelum diberi penyuluhan. Setelah diberikan penyuluhan peserta lansia kembali diberikan kuisioner *posttest* untuk mengukur adanya perubahan pengetahuan dan sikap para lansia terkait demensia. Berikut adalah pertanyaan survey *pretest-posttest* yang kami bagikan:

Tabel 1. Pertanyaan pretest dan posttest pengetahuan dan sikap lansia terhadap penyakit demensia dan hubungannya dengan literasi.

Variabel kuisioner	
Pengetahuan	Apakah anda pernah mendengar tentang demensia?
	1. Pernah
	2. Belum Pernah
	Apakah anda pernah mendengar tentang literasi?
	1. Pernah
	2. Belum Pernah
Sikap	Menurut anda apakah demensia bisa dicegah?
	1. Bisa
	2. Tidak bisa
	Demensia adalah salah satu kondisi yang dapat dicegah dengan literasi
	1. Setuju
	2. Tidak Setuju
	Demensia dapat berpengaruh pada kehidupan sosial seseorang di keluarga dan masyarakat?
	1. Setuju
	2. Tidak Setuju
	Apakah Anda merasa telah merasa memiliki ciri-ciri demensia?
	1. Setuju
	2. Tidak Setuju

Program Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) melalui terapi membaca dan menulis dengan media permainan Teka-Teki Silang dan Benar/Salah.

Kedua adalah terapi membaca dan menulis dilakukan dengan merancang program literasi informasi (Gerakan Literasi Masyarakat/GLM) menggunakan media permainan Teka Teki Silang dan Benar/Salah, media permainan ini dapat digunakan dan ditiru oleh peserta untuk memperkaya metode-metode yang dapat digunakan untuk menyusun program terapi membaca dan menulis secara mandiri. Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) yang merupakan salah satu bagian dari Gerakan Literasi Nasional (GLN) yang bertujuan untuk membudayakan kegiatan literasi di kehidupan masyarakat. Program ini merupakan salah satu upaya pemerintah yang bertujuan membentuk kualitas SDM Indonesia yang unggul dan kritis dan berkemampuan *lifelong learning*. Program GLM salah

satunya merupakan program penyediaan bahan bacaan yang beragam di ruang publik, dan perluasan pelibatan publik dalam berbagai bentuk kegiatan literasi. Diharapkan program GLM mampu memberikan ruang kontribusi komunitas literasi dan komunitas masyarakat untuk memberikan dukungan melalui kegiatan-kegiatan bermasyarakat dengan melaksanakan literasi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017b). Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, cara untuk meningkatkan literasi masyarakat salah satunya adalah dengan inovasi literasi informasi melalui media permainan kuis berupa Teka Teki Silang (TTS) dan Kuis pertanyaan Benar/Salah (Gambar 6).



Gambar 6. (a), (b), (c), dan (d) Bermain TTS dan Kuis Benar/Salah sebagai upaya untuk menstimulasi otak untuk mencegah demensia

Materi penyuluhan yang bertujuan untuk memberikan informasi mengenai penyakit demensia, digunakan sebagai salah satu materi pelaksanaan program literasi informasi GLM dengan inovasi literasi berupa permainan Teka-Teki Silang dan permainan Benar/Salah, kami memberikan pertanyaan menarik dengan mengolaborasikan pengetahuan melalui bacaan atau referensi kemudian memberikan pertanyaan melalui permainan. Inovasi program literasi ini dapat mendorong dan menstimulus para peserta untuk membaca dan mengingat baik kata maupun gambar. Pertanyaan yang dirancang untuk media literasi informasi ini adalah dari beberapa materi demensia yang telah disampaikan pada penyuluhan sebelumnya, hal ini merupakan upaya untuk menstimulus ingatan para peserta terhadap materi dan informasi yang disampaikan sebelumnya, media literasi salah satu cara yang digunakan untuk latihan-latihan mencegah penyakit demensia. Pada saat permainan dilaksanakan kami memberikan

beberapa reward kepada para peserta untuk mendorong partisipasi peserta dan memeriahkan permainan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan lanjut usia demi terciptanya penduduk lanjut usia yang sehat, aktif, produktif dan berdayaguna bagi keluarga dan masyarakat seperti yang diamanahkan oleh World Health Organization (WHO) dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia tahun 2016-2019, dimana pada peraturan ini tertuang bahwa yang menjadi sasaran langsung adalah penduduk pra lanjut usia (45-59 tahun), lanjut usia (60-69 tahun) dan lanjut usia risiko tinggi (>70 tahun). Sehingga pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu bentuk koordinasi lintas sektor dan profesi demi meningkatnya derajat kesehatan masyarakat lansia dan mencegah lansia dari penyakit demensia agar tetap dapat berdayaguna bagi keluarga dan masyarakat (Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019, 2016; Rudnicka et al., 2020).



Gambar 8. Proses pengisian kuisioner pretest (a) dan posttest (b)

Tabel 2. Perbandingan hasil pretest dan posttest pengetahuan dan sikap lansia terhadap penyakit demensia dan hubungannya dengan literasi.

Variabel kuisioner		Hasil	
		Pretest n (%)	Posttest n (%)
Pengetahuan	Apakah anda pernah mendengar tentang demensia?		
	1. Pernah	29 (46)	41 (83,7)
	2. Belum Pernah	34 (54)	8 (16,3)
	Apakah anda pernah mendengar tentang literasi?		
	1. Pernah	36 (59)	38 (79,2)
	2. Belum Pernah	25 (41)	10 (20,8)
Sikap	Menurut anda apakah demensia bisa dicegah?		
	1. Bisa	54 (87,1)	44 (93,6)
	2. Tidak bisa	8 (12,9)	3 (6,4)
	Demensia adalah salah satu kondisi yang dapat dicegah dengan literasi		

1. Setuju	55 (93,2)	47 (97,9)
2. Tidak Setuju	4 (6,8)	1 (2,1)
Demensia dapat berpengaruh pada kehidupan sosial seseorang di keluarga dan masyarakat?		
1. Setuju	54 (90)	38 (84,4)
2. Tidak Setuju	6 (10)	7 (15,6)
Apakah Anda merasa telah merasa memiliki ciri-ciri demensia?		
1. Setuju	34 (59,6)	28 (65,1)
2. Tidak Setuju	23 (40,4)	15 (34,9)

Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa banyak peserta lansia yang mengikuti kegiatan ini telah mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap yang positif terhadap pencegahan demensia. Hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan persentase jumlah peserta yang menjawab “bisa” pada pertanyaan “Menurut anda apakah demensia bisa dicegah?” (87,1% pada *pretest* meningkat menjadi 93,6% pada *posttest*), serta menjawab “setuju” pada pertanyaan “Demensia adalah salah satu kondisi yang dapat dicegah dengan literasi” (93,2% pada *pretest* meningkat menjadi 97,9% pada *posttest*) (Tabel 2). Selain itu, adanya peningkatan pengetahuan juga terlihat pada jawaban peserta pada pertanyaan “Apa ciri-ciri demensia?” dimana pada saat *pretest* peserta menjawab “tidak tahu” namun setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan terkait demensia peserta yang bersangkutan dapat menjelaskan ciri-ciri demensia yaitu “Gangguan fungsi memori, gangguan fungsi intelektual, berkurangnya ingatan”. Hal yang sama juga terjadi pada pertanyaan “Apa pengertian demensia menurut anda?”, setelah dilakukan penyuluhan peserta yang saat *pretest* menjawab “belum tahu” dapat menjelaskan pengertian demensia yaitu “Demensia tidak sama dengan pikun, penyakit yang menyebabkan penurunan daya ingat dan daya pikir sehingga mudah lupa”. Demensia tidak terbatas pada penurunan daya ingat saja namun menyebabkan gangguan dalam membuat perencanaan dan membuat keputusan, tidak mampu berbahasa dengan baik, kesulitan dan tidak mudah menerima sinyal visual dengan mata gangguan perilaku dan emosional.

Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa pengetahuan peserta lansia pada umumnya masih rendah terhadap informasi mengenai demensia, mengutip beberapa hasil wawancara singkat dengan peserta mereka pernah berinteraksi dengan penderita demensia di lingkungan sekitarnya namun bersikap acuh atau menormalisasi keadaan tersebut karena faktor usia atau masalah ekonomi. Berikut beberapa kutipan dari peserta “*Kula gadhah tetangga sing sampun lalian, kadang mboten eleng sopo wae keluargane* (saya punya tetangga yang sudah sering lupa, terkadang tidak ingat siapa saja anggota keluarganya)” (Ibu X). “*Rencang kula nggih enten sing mboten eleng kalih kula, yo kadang anake cerita nek ngamuk njaluk opo ngono nek ora dituruti* (teman saya juga ada yang sudah lupa dengan saya, terkadang mengamuk jika tidak diberikan apa yang diinginkan)” (Bapak B).

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa kekhawatiran para peserta terhadap penyakit demensia ini menjadi tinggi apalagi setelah mereka

mengetahui beberapa informasi mengenai demensia. Hal yang paling sering dirasakan adalah menurunnya ingatan mereka. Meskipun telah disampaikan bahwa demensia tidak hanya sekedar lupa ingatan, namun mereka belum bisa membedakan bagaimana lupa ingatan biasa dengan lupa ingatan yang menjadi salah satu ciri-ciri demensia. Namun mereka menyatakan bahwa penyuluhan yang disampaikan memberikan pengetahuan akan tindakan yang perlu mereka lakukan ketika ciri-ciri demensia mulai dirasakan oleh orang sekitar maupun diri mereka sendiri untuk segera menghubungi layanan kesehatan terdekat untuk mendapatkan penanganan medis dengan baik dan tepat.

Penelitian sebelumnya didapatkan bahwa intervensi berupa pemberian pengetahuan salah satunya dengan Powerpoint *presentation using pictures* termasuk informasi gaya hidup sehat bagi para lansia dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan gaya hidup sehat para lansia hingga dianggap dapat mencegah terjadinya alzheimer dan demensia. Program pendidikan kesehatan dan kampanye kesehatan untuk pencegahan demensia akan dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan khususnya yang langsung berfokus pada populasi lansia yang menekankan pada pengenalan faktor risiko dan upaya pencegahannya (Du & Hu, 2016; Liu et al., 2019).

Program literasi informasi TTS dan kuis Benar/Salah merupakan permainan sederhana yang mudah dicerna oleh peserta, mengingat semua peserta telah berusia lanjut. Model program literasi informasi tersebut juga dapat dilakukan secara mandiri di rumah bersama keluarga dengan melatih dan membiasakan membaca dan menulis sebagai upaya untuk mencegah para lansia yang sebagian besar telah memasuki masa pensiun terhindar dari penyakit demensia. Bekal pengetahuan peserta terhadap penyakit demensia yang telah disampaikan melalui penyuluhan dan simulasi program literasi informasi sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah diharapkan dapat menjadi usaha dalam menekan resiko terkena demensia. Penelitian sebelumnya yang membandingkan antara kelompok lansia yang berliterasi dengan kelompok lansia tidak berliterasi (tidak sekolah dan tidak dapat membaca atau menulis), hasil penelitian didapatkan bahwa 4 dari 21 atau 19% lansia yang berliterasi memiliki demensia, sedangkan pada lansia yang tidak berliterasi didapatkan hasil 4 dari 10 atau 40% lansia memiliki demensia (Resende et al., 2018).

Cara menyenangkan yang dapat membantu para lansia untuk mengembangkan aktivitas literasi untuk mencegah risiko demensia dapat dilakukan dengan memainkan permainan yang melibatkan Latihan otak seperti Teka Teki Silang. Aktivitas tersebut selain menyenangkan dan menghibur dapat pula membantu meningkatkan memori, keterampilan dan kesehatan mental para lansia. Selain itu adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat pula menjadi upaya meningkatkan kemampuan sosial lansia dengan adanya perkumpulan sosial (Nurhantoro & Putri, 2019; Pattanayak et al., 2021).

SIMPULAN

Demensia merupakan penyakit yang mengakibatkan menurunnya fungsi-fungsi kognitif (memori, berpikir, dan bernalar) yang cukup parah sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Ketergantungan seseorang terhadap individu lain jika mengidap penyakit ini sangat tinggi, sehingga dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan masyarakat seperti menurunnya produktifitas sehingga mengganggu berbagai aspek kehidupan masyarakat. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian tersebut, dapat disimpulkan bahwa usia lansia merupakan usia tidak produktif yang merupakan bagian dari masyarakat dan perlu mendapatkan perhatian karena resiko kesehatan yang dihadapi kelompok ini sangat tinggi termasuk resiko penyakit demensia. Secara umum, pemahaman terhadap definisi penyakit demensia masih rendah, perbedaan dengan pikun dan bagaimana ciri-ciri demensia masih belum banyak dikenal masyarakat. Salah satu usaha dalam mencegah resiko penyakit demensia bagi masyarakat lansia adalah dengan terapi membaca dan menulis, terapi ini dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti membaca koran, membaca kitab suci, menulis teka-teki silang dan lainnya. Namun perlu pelaksanaan program yang terstruktur dan terencana untuk dapat memaksimalkan terapi membaca dan menulis ini melalui program literasi informasi dengan memberdayakan masyarakat seperti program Gerakan Literasi Masyarakat (GLM).

DAFTAR PUSTAKA

- Achyar, A. (2023). *Demensia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2664/demensia
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Blora. (2008). *Kabupaten Blora dalam Angka 2022*. Badan pusat Statistik Kabupaten Blora.
- Du, L., & Hu, J. (2016). The effects of health education on knowledge about Alzheimer's disease and health-promoting behaviours of older Chinese adults in a nursing home: A pilot study. *International Journal of Nursing Practice*, 22(1), 31–42. <https://doi.org/10.1111/ijn.12349>
- Hartati, S., & Widayanti, C. G. (2010). Clock Drawing: Asesmen untuk Demensia (Studi Deskriptif pada Orang Lanjut Usia Di Kota Semarang). *Clock Drawing: Asesmen untuk Demensia (Studi Deskriptif Pada Orang Lanjut Usia Di Kota Semarang)*, 7(1), 1–10.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017a). Panduan Gerakan Literasi Nasional. In *Panduan Gerakan Literasi Nasional*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017b). Panduan Gerakan Literasi Nasional. In *Panduan Gerakan Literasi Nasional*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

- Liu, D., Cheng, G., An, L., Gan, X., Wu, Y., Zhang, B., Hu, S., Zeng, Y., & Wu, L. (2019). Public knowledge about dementia in China: A national wechat-based survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214231>
- Mainland, B. J., & Shulman, K. I. (2013). Clock Drawing Test. *Cognitive Screening Instruments*, 79–109. https://doi.org/10.1007/978-1-4471-2452-8_5
- Nurhantoro, T. S., & Putri, P. R. (2019). Language Games Reducing The Risk of Dementia in Elderly Adults. *1st International Respati Health Conference (IRHC) [Juli]*, 666–671.
- Pattanayak, A., Sonalika, S., & Singh, R. (2021). Lifestyle modification and prevention of dementia. *Nat Volatiles & Essent Oils*, 8(6), 584–591.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019, Kementerian kesehatan RI (2016).
- Resende, E. D. P. F., Tovar-Moll, F. F., Ferreira, F. M., Bramati, I., De Souza, L. C., Carmona, K. C., Guimarães, H. C., Carvalho, V. A., Barbosa, M. T., & Caramelli, P. (2018). White matter microstructure in illiterate and low-literate elderly brazilians: Preliminary findings. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 31(4), 193–200. <https://doi.org/10.1097/WNN.0000000000000173>
- Rudnicka, E., Napierała, P., Podfigurna, A., Męczekalski, B., Smolarczyk, R., & Grymowicz, M. (2020). The World Health Organization (WHO) approach to healthy ageing. *Maturitas*, 139(May), 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2020.05.018>
- Suriastini, Turana, Y., Witoelar, F., Supraptilah, B., Wicaksono, T. Y., & Dwi, E. (2018). Angka Prevalensi Demensia, Perlu Perhatian Kita Semua. *Pancanaka*, 1(2), 14.
- World Health Organization. (2023). *Dementia*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>