

## PENINGKATAN KESADARAN DAN DETEKSI DINI PENURUNAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA: EDUKASI DEMENSIA DAN DELIRIUM DI KOMUNITAS

Mishelei Loen<sup>1</sup>, Siti Nurlatifah<sup>2\*</sup>, Esti Damayanti<sup>3</sup>, Mulia Rahmah<sup>4</sup>, Pretty Failasufa Aziza<sup>5</sup>, Anisa Pramitasari<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Fakultas Ekonomi, Universitas Krisnadwipayana

<sup>5,6</sup> Fakultas Ilmu Administrasi, Universitas Krisnadwipayana

Email : sitinurlatifah@unkris.ac.id

### Abstrak

*Penurunan fungsi kognitif pada lanjut usia (lansia), khususnya demensia dan delirium, merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang semakin signifikan seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai gejala awal dan perbedaan antara demensia dan delirium sering kali menyebabkan keterlambatan dalam deteksi dan penanganan, sehingga memperburuk kualitas hidup lansia dan meningkatkan beban keluarga serta sistem layanan kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai penurunan fungsi kognitif pada lansia melalui pendekatan edukatif yang interaktif dan berbasis komunitas. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 Oktober 2025 di Universitas Krisnadwipayana sebagai bagian dari program Sekolah Lansia Poge Hebat, yang dibentuk oleh Lembaga Indonesia Ramah Lansia (IRL) bekerja sama dengan Universitas Krisnadwipayana dan Kecamatan Pondokgede, Bekasi. Sebanyak 107 peserta lansia mengikuti rangkaian kegiatan yang meliputi pemeriksaan kesehatan, senam terapi ringan, ceramah interaktif, dan diskusi kelompok. Hasil kegiatan menunjukkan peserta aktif dalam kegiatan, menunjukkan antusiasme tinggi, serta adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai gejala, faktor risiko, dan strategi pencegahan demensia dan delirium. Peserta juga menunjukkan perubahan sikap yang lebih proaktif dalam mendeteksi dan merawat lansia dengan gangguan kognitif. Kesimpulan dari kegiatan ini menegaskan pentingnya edukasi komunitas sebagai strategi preventif yang efektif. Direkomendasikan agar program serupa diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin posyandu lansia dan didukung oleh lintas sektor, termasuk Tenaga Kesehatan, Universitas dan Pemerintah Daerah untuk memperkuat dampak berkelanjutan.*

**Kata kunci :** *Penurunan fungsi kognitif, Lansia, Demensia, Delirium, Edukasi komunitas, Pengabdian Kepada Masyarakat*

### Abstract

*Cognitive decline in older adults, particularly dementia and delirium, is an increasingly significant public health challenge in line with rising life expectancy. Limited public understanding of early symptoms and the distinctions between dementia and delirium often leads to delays in detection and*

*treatment, thereby worsening the quality of life for older individuals and increasing the burden on families and healthcare systems. This community service initiative aimed to enhance public awareness and knowledge regarding cognitive decline in the elderly through an interactive, community-based educational approach. The activity was conducted on October 3, 2025, at Universitas Krisnadwipayana as part of the “Sekolah Lansia Poge Hebat” program, established by the Indonesia Ramah Lansia (IRL) Foundation in collaboration with Universitas Krisnadwipayana and the Pondokgede District, Bekasi. A total of 107 elderly participants engaged in a series of activities including health screenings, light therapeutic exercises, interactive lectures, and group discussions. The results indicated high levels of participant engagement and enthusiasm, along with a notable increase in knowledge related to symptoms, risk factors, and preventive strategies for dementia and delirium. Participants also demonstrated a more proactive attitude in identifying and caring for older adults with cognitive impairments. The findings affirm the importance of community education as an effective preventive strategy. It is recommended that similar programs be integrated into routine activities at elderly health posts (posyandu lansia) and supported through cross-sector collaboration involving healthcare professionals, universities, and local governments to strengthen long-term impact.*

**Keywords :** *Cognitive decline, Elderly, Dementia, Delirium, Community education, Community Engagement Activity*

## **PENDAHULUAN**

Lansia merupakan tahapan seseorang pada fase akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan mengalami suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaan. Menua adalah suatu keadaan diaman terjadi pada kehidupan manusia. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang dialami seseorang setelah melalui tiga tahapan yaitu anak, dewasa dan tua. Lansia merupakan seseorang yang berusia 60 tahun keatas baik pria maupun wanita, yang masih aktif beraktivitas dan bekerja ataupun mereka yang tidak berdaya untuk mencari nafkah sendiri sehingga bergantung kepada orang lain untuk menghidupi dirinya. Menurut World Health Organisation (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang memiliki tahapan akhir dari fase kehidupannya (1). Proses menua merupakan proses yang terus menerus atau berkelanjutan secara alamiah dan umumnya dialami oleh semua makhluk hidup. Manusia akan mengalami kemunduran baik struktur maupun fungsi organ dan keadaan tersebut dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan terhadap lingkungan. Menua adalah proses yang kompleks dari perubahan biologi, psikologi, budaya dan perubahan pengalaman (2)

Peningkatan usia harapan hidup di Indonesia menyebabkan bertambahnya jumlah penduduk lanjut usia (lansia). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah lansia terus meningkat setiap tahun dan diperkirakan pada tahun 2045 mencapai lebih dari 60 juta jiwa. Dari hasil Proyeksi Penduduk Tahun 2021, didapatkan penduduk lansia di Jawa Timur pada tahun 2021 telah mencapai 13,57% yang menandakan bahwa struktur penduduk Jawa Timur tergolong penduduk tua (BPS Profinsi Jawa Timur, 2021). Pada tahap akhir lansia mengalami proses menua yang biasa disebut dengan tahap penuaan, ada proses penuaan ini mengakibatkan penurunan tingkat fungsi kognitif (3). Bertambahnya usia dan populasi lebih tua memiliki resiko lebih tinggi terhadap gangguan fungsi

kognitif. Kondisi ini menuntut perhatian lebih terhadap aspek kesehatan fisik maupun mental lansia, salah satunya adalah penurunan fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada lansia, ditandai dengan gangguan pada memori, perhatian, orientasi, bahasa, dan kemampuan berpikir. Dua kondisi yang sering muncul pada lansia terkait penurunan kognitif adalah demensia dan delirium.

Demensia adalah gangguan penurunan fisik otak yang mempengaruhi emosi, daya ingat dan pengambilan keputusan dan biasa disebut pikun. Kepikunan seringkali dianggap biasa dialami oleh lansia sehingga demensia seringkali tidak terdeteksi, padahal gejalanya dapat dialami sejak usia muda (*early on-set demensia*) dan deteksi dini membantu penderita dan keluarganya untuk dapat menghadapi pengaruh psiko-sosial dari penyakit ini dengan lebih baik (4). Estimasi jumlah penderita demensia di Indonesia pada tahun 2025 diperkirakan mendekati 4 juta orang. Jumlah itu diperkirakan akan meningkat drastis menjadi dua kali lipat pada tahun 2030, dan menjadi empat juta orang pada tahun 2050. Angka penderita demensia yang mengalami peningkatan akan berpengaruh pada kemampuan dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri dalam melakukan aktivitas sehari-hari pada lansia. (5).

Delirium adalah kondisi ketika seseorang mengalami kebingungan parah sehingga terjadi penurunan kesadaran terhadap lingkungan sekitar. Delirium terjadi ketika otak secara tiba-tiba mengalami gangguan akibat penyakit mental atau fisik tertentu. Seseorang yang mengalami delirium memiliki ciri-ciri utama yang sering terlihat mengigau atau melamun seperti penderita demensia. Bedanya, delirium bersifat sementara dan umumnya dapat hilang sepenuhnya(4). Pada tahun 2025 belum terdapat data spesifik untuk jumlah penderita delirium di Indonesia, tetapi dapat diestimasi berdasarkan data prevalensi di populasi khusus. Estimasi kasar dapat didasarkan pada prevalensi 22% pada pasien yang dirawat inap dan 50% pada lansia yang dirawat inap.

Permasalahan yang dihadapi usia lanjut pada perubahan yang dialaminya baik fisik, mental, maupun emosional akan menimbulkan suatu pengaruh besar dalam kehidupan. Para lansia dihadapkan pada persoalan penurunan fungsi anggota tubuh bahkan perubahan kognitif dan yang lebih memperberat lansia mengalami gangguan kognitif maupun demensia bahkan dapat menyebabkan gangguan dalam pemenuhan kebutuhan secara mandiri. Untuk itu perlu dilakukan perbaikan pada kualitas sumber daya manusia usia lanjut usia, kita perlu mengetahui kondisi lansia di masa lalu dan masa sekarang sehingga seorang lansia dapat diarahkan menuju kondisi kemandirian. Dalam mewujudkan kemandirian kepada Lansia dalam hal ini Universitas Krisnadwipayana berkolaborasi dengan Yayasan Indonesia Ramah Lansia, melalui pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan akan pentingnya Menyadari dan mengenali Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia (demensia dan delirium).

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai demensia dan delirium melalui edukasi tentang gejala awal, faktor risiko, dan langkah-langkah preventif yang dapat dilakukan secara mandiri maupun bersama keluarga. Selain itu, kegiatan ini mendorong partisipasi aktif dari keluarga dan kader kesehatan dalam upaya deteksi dini, serta mengembangkan media edukatif yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan di tingkat komunitas. Dengan pendekatan edukatif yang partisipatif dan berbasis lokal, kegiatan ini diharapkan mampu membangun kapasitas



komunitas dalam menghadapi tantangan kesehatan lansia secara lebih inklusif, adaptif, dan berkelanjutan.

## METODE PELAKSANAAN

### Waktu dan Lokasi

Sekolah Lansia Poge Hebat ini dibentuk oleh Lembaga IRL (Indonesia Ramah Lansia) yang bekerjasama dengan Universitas krisnadwipayana dan Kecamatan Pondokgede, Bekasi. Peserta atau murid dari Sekolah Lansia Poge Hebat berasal dari wilayah di Kecamatan Pondokgede. Kegiatan diawali pada Jumat, 3 Oktober 2025 bertempat di Ruang MT, Fakultas Teknik UNKRIS. Pada kegiatan tersebut, seluruh peserta sekolah turut hadir dimana berjumlah sekitar 107 lansia. Kegiatan dilakukan dengan 3 tahapan:

#### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ini adalah dengan membuat pre planning atau perencanaan dengan melakukan persiapan kegiatan: persiapan tempat sesuai dengan jenis kegiatan, persiapan media, menyiapkan alat tekanan darah dan pengecekan tulang.

#### 2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan diawali pengukuran tekanan darah dilanjutkan dengan pengecekan tulang, setelah itu senam pagi bersama. Setelah melakukan senam bersama dilanjutkan dengan pemaparan materi.

Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh instruktur yang menyampaikan salam dan menyambut peserta secara hangat untuk menciptakan suasana yang kondusif dan inklusif. Selanjutnya, peserta diajak membacakan doa bersama sebagai bentuk refleksi spiritual dan pembentukan suasana belajar yang tenang.

Sesi inti dimulai dengan pemaparan materi tentang demensia oleh instruktur selama 25 menit, yang mencakup pengenalan konsep dasar, gejala awal, faktor risiko, serta strategi pencegahan dan deteksi dini. Materi disampaikan secara interaktif dengan bantuan infografis dan ilustrasi visual agar mudah dipahami oleh peserta dari berbagai latar belakang. Setelah sesi ceramah, dilanjutkan dengan diskusi singkat selama 5 menit, di mana peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan, pengalaman pribadi, atau tanggapan terhadap materi yang telah disampaikan.

Sebagai bentuk terapi ringan dan stimulasi kognitif, peserta diajak melakukan “tepuk lansia,” yaitu gerakan sederhana yang dirancang untuk melatih koordinasi, fokus, dan semangat kebersamaan. Kegiatan ini juga berfungsi sebagai pemecah ketegangan dan penguatan interaksi sosial antar peserta.

#### 3. Tahap Penutup

Pembelajaran ditutup dengan penyampaian kesimpulan oleh instruktur, diikuti dengan pesan-pesan kesehatan terkait pentingnya deteksi dini gangguan kognitif pada lansia. Sebagai penutup, peserta kembali membacakan doa bersama sebagai bentuk refleksi dan rasa syukur atas kegiatan yang telah



berlangsung. Kelas kemudian dinyatakan selesai, dan peserta diarahkan untuk mengisi lembar evaluasi sebagai bagian dari dokumentasi dan penilaian kegiatan.

Sebagai bagian dari strategi pemberdayaan komunitas, pendekatan partisipatif-emansipatoris juga diterapkan dalam kegiatan edukasi lansia ini. Kegiatan tidak hanya berfokus pada transfer pengetahuan, tetapi juga membangun kapasitas lokal melalui keterlibatan aktif warga, khususnya perempuan yang tergabung dalam kepengurusan PKK setempat. Mereka dilibatkan sebagai agen perubahan dan role model dalam penyebaran informasi mengenai penurunan fungsi kognitif lansia. Sosialisasi dilakukan secara berjenjang dan informal melalui mekanisme getok tular, yaitu penyebaran informasi dari satu individu ke individu lain dalam kegiatan rutin PKK, pengajian, dan pertemuan warga. Pendekatan ini terbukti efektif dalam menjangkau kelompok lansia dan keluarga yang tidak selalu hadir dalam forum formal.

Secara garis besar, metode pelaksanaan juga mencakup pendekatan kepada warga dan pemangku kepentingan (stakeholders). Dengan warga, interaksi dilakukan melalui komunikasi tatap muka, dialog terbuka, dan pertemuan komunitas yang berlangsung tidak hanya saat kegiatan utama, tetapi juga dalam proses persiapan dan tindak lanjut. Dengan stakeholders, dilakukan upaya kolaborasi dan dialog lintas sektor, melibatkan pemerintah daerah (kelurahan, kecamatan), tenaga kesehatan, kader posyandu lansia, serta institusi pendidikan dan organisasi sosial. Pendekatan multi-stakeholder ini bertujuan untuk memperkuat ekosistem edukasi lansia yang berkelanjutan, serta membuka peluang integrasi program ke dalam kebijakan lokal dan kegiatan rutin masyarakat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat bertajuk “Menyadari dan Mengenali Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia (Demensia dan Delirium)” dilaksanakan pada Jumat, 3 Oktober 2025, bertempat di Ruang MT, Fakultas Teknik Universitas Krisnadwipayana. Kegiatan ini merupakan bagian dari program Sekolah Lansia Poge Hebat yang dibentuk oleh Lembaga Indonesia Ramah Lansia (IRL), bekerja sama dengan Universitas Krisnadwipayana dan Kecamatan Pondokgede, Bekasi. Sebanyak 107 peserta lansia dari wilayah Pondokgede turut hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang terbagi dalam tiga tahapan utama: persiapan, pelaksanaan, dan penutupan.

Pada tahap persiapan, tim pelaksana menyusun perencanaan teknis kegiatan, termasuk penataan ruang, penyusunan media edukasi, dan penyediaan alat kesehatan seperti tensimeter dan alat pengecekan kepadatan tulang. Tahap pelaksanaan dimulai pukul 08.00 WIB dengan kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan pengecekan tulang sebagai bentuk skrining awal terhadap kondisi fisik peserta. Setelah itu, peserta mengikuti senam pagi bersama sebagai bentuk terapi gerak ringan yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menjaga fleksibilitas tubuh, dan merangsang fungsi kognitif.

Kegiatan diawali dengan sambutan hangat dari instruktur yang membuka sesi dengan ucapan salam kepada seluruh peserta. Suasana pembelajaran yang kondusif dan inklusif dibangun sejak awal

melalui komunikasi yang ramah dan penuh empati. Setelah itu, peserta diajak untuk membacakan doa bersama sebagai bentuk refleksi spiritual dan pembentukan suasana belajar yang tenang.



**Gambar 1** Pembukaan Kegiatan Doa Bersama

Kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi edukatif mengenai demensia dan delirium, yang disampaikan secara naratif dan visual agar mudah dipahami oleh peserta dari berbagai latar belakang pendidikan dan pengalaman.



**Gambar 2** Dr. Eva Handayani, MARS Instruktur memaparkan materi



**Gambar 3** Instruktur memaparkan materi demensia dan delirium

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti seluruh rangkaian acara. Sesi ceramah dan diskusi berlangsung interaktif, dengan beberapa peserta menyampaikan pengalaman pribadi dalam merawat anggota keluarga yang mengalami gangguan kognitif.



**Gambar 4** Para Lansia sedang menyimak materi

Peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan, berbagi pengalaman pribadi, atau memberikan tanggapan terhadap materi yang telah disampaikan. Diskusi berlangsung aktif dan menunjukkan bahwa peserta memahami isu yang dibahas serta memiliki pengalaman langsung dalam merawat lansia dengan gangguan kognitif.



**Gambar 5** Peserta mengajukan pertanyaan dan berdiskusi dengan instruktur dengan antusiasme tinggi

Sebagai bentuk terapi ringan dan stimulasi kognitif, peserta diajak melakukan aktivitas fisik sederhana berupa “tepek lansia.” Gerakan ini dirancang untuk melatih koordinasi, fokus, dan semangat kebersamaan. Kegiatan ini juga berfungsi sebagai pemecah ketegangan dan memperkuat interaksi sosial antar peserta. Suasana menjadi lebih hangat dan menyenangkan, dengan tawa dan semangat yang terpancar dari para lansia.



**Gambar 6** Peserta melakukan gerakan “tepek lansia” bersama-sama ibu Yuli Dame, SE, M.M. Pd selaku Ka. UPTD PP Kecamatan Pondokgede



**Gambar 7** Rektor Universitas Krisnadwipayana Irjen. Pol. (Purn.) Dr. Drs. Ali Johardi, SH, MH Memberikan Semangat kepada Lansia

Pembelajaran ditutup dengan penyampaian kesimpulan oleh instruktur, yang merangkum poin-poin penting mengenai demensia dan delirium. Disampaikan pula pesan-pesan kesehatan terkait pentingnya deteksi dini, dukungan keluarga, dan gaya hidup sehat bagi lansia.



**Gambar 8** Membaca Doa Bersama

Sebagai penutup, peserta kembali membacakan doa bersama sebagai bentuk rasa syukur atas kegiatan yang telah berlangsung. Kelas dinyatakan selesai, dan peserta diarahkan untuk mengisi lembar evaluasi sebagai bagian dari dokumentasi dan penilaian kegiatan. Kegiatan ditutup dengan penyampaian pesan kesehatan dan doa bersama, yang memperkuat nilai spiritual dan sosial dalam proses edukasi.



**Gambar 9** Penutupan dan Foto Bersama

Penurunan fungsi kognitif pada lansia merupakan proses multidimensional yang melibatkan perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Demensia dan delirium merupakan dua kondisi utama yang sering muncul, dengan karakteristik klinis yang berbeda namun sering kali disalahartikan oleh masyarakat awam. Demensia bersifat progresif dan tidak reversibel, sedangkan delirium bersifat akut dan dapat pulih jika ditangani secara cepat dan tepat. Minimnya literasi kesehatan serta stigma terhadap gangguan mental menjadi faktor utama keterlambatan diagnosis dan intervensi, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia dan peningkatan beban psikososial keluarga.

Masalah utama yang diidentifikasi dalam kegiatan ini adalah rendahnya pemahaman masyarakat terhadap gejala awal penurunan fungsi kognitif. Banyak peserta yang sebelumnya menganggap kepikunan sebagai bagian normal dari proses penuaan, tanpa menyadari bahwa gejala tersebut dapat menjadi indikator gangguan kognitif yang lebih serius. Kegiatan ini menjadi upaya solutif untuk menjembatani kesenjangan tersebut melalui pendekatan edukatif yang sederhana, partisipatif, dan berbasis komunitas.

Salah satu temuan penting dari kegiatan ini adalah bahwa dukungan keluarga memiliki peran krusial dalam menjaga kesejahteraan fisik dan psikologis lansia dengan gangguan kognitif. Lansia yang mendapatkan perhatian, pengertian, dan kasih sayang dari keluarga cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dan tidak merasa terisolasi. Edukasi kepada keluarga mengenai demensia dan delirium menjadi kunci agar mereka mampu memberikan dukungan yang tepat, baik secara emosional maupun praktis.

Selain itu, aktivitas fisik terbukti memiliki dampak positif terhadap fungsi kognitif lansia. Mengacu pada studi (7), aktivitas fisik dapat meningkatkan konsentrasi, memperbaiki suasana hati, dan menurunkan risiko demensia. Kegiatan yang melibatkan gerakan dan tugas kognitif, seperti senam lansia dan permainan sederhana, mampu merangsang kerja otak dan menjaga daya ingat. Aktivitas fisik juga berkontribusi terhadap peningkatan mood, yang secara tidak langsung

memperkuat fungsi kognitif dan kesejahteraan emosional lansia. Oleh karena itu, pendekatan edukatif yang menggabungkan gerakan fisik dan stimulasi mental menjadi strategi yang efektif dalam upaya preventif terhadap penurunan fungsi kognitif.

Kegiatan ini sejalan dengan prinsip promotif dan preventif dalam kesehatan masyarakat, serta mendukung kerangka teori *Health Belief Model* (HBM), yang menekankan bahwa persepsi terhadap kerentanan dan manfaat intervensi berperan penting dalam mendorong perubahan perilaku. Dengan membangun kesadaran dan empati melalui edukasi komunitas, kegiatan ini berkontribusi pada upaya deteksi dini dan perawatan yang lebih baik bagi lansia dengan gangguan kognitif.

Pendekatan edukatif yang digunakan dalam kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap isu penurunan fungsi kognitif. Penyampaian materi secara naratif dan visual mampu menjembatani kesenjangan literasi kesehatan, terutama bagi lansia dan keluarga yang belum familiar dengan istilah medis seperti demensia dan delirium. Aktivitas fisik ringan seperti senam pagi dan “tepuk lansia” juga berfungsi sebagai stimulasi kognitif dan sosial, yang penting dalam menjaga kesehatan mental dan memperkuat interaksi antar peserta.

Meskipun kegiatan ini tidak disertai dengan pengukuran kuantitatif melalui pre-test dan post-test, dampak positif dapat dilihat dari respons peserta, kualitas diskusi, dan komitmen untuk meneruskan edukasi di lingkungan masing-masing. Beberapa peserta bahkan mengusulkan agar materi yang disampaikan dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin posyandu lansia dan pelatihan kader kesehatan. Hal ini menunjukkan potensi keberlanjutan dan replikasi kegiatan di tingkat komunitas.

Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, antara lain durasi kegiatan yang terbatas, belum adanya sistem monitoring pasca kegiatan, serta perlunya penguatan kapasitas kader dan relawan untuk mendampingi lansia secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan kolaborasi lintas sektor antara institusi pendidikan, layanan kesehatan, dan organisasi sosial untuk memperluas jangkauan edukasi dan memastikan keberlanjutan dampaknya.

Kegiatan ini merupakan bagian dari program Sekolah Lansia Poge Hebat, yang dibentuk oleh Lembaga Indonesia Ramah Lansia (IRL) bekerja sama dengan Universitas Krisnadwipayana dan Kecamatan Pondokgede, Bekasi. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melalui pendekatan edukatif, promotif, dan preventif yang berfokus pada kesehatan fisik, mental, sosial, dan spiritual. Sekolah Lansia Poge Hebat dirancang sebagai wadah pembelajaran sepanjang hayat bagi lansia, agar mereka tetap aktif, mandiri, dan berdaya dalam menghadapi proses penuaan. Selain itu, program ini mendorong partisipasi lansia dalam kegiatan komunitas, memperkuat jejaring sosial, serta memberikan edukasi tentang isu-isu penting seperti penurunan fungsi kognitif, nutrisi, aktivitas fisik, dan kesejahteraan emosional.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Universitas Krisnadwipayana pada tanggal 3 Oktober 2025 berhasil memberikan edukasi yang relevan dan berdampak terhadap peningkatan kesadaran masyarakat mengenai penurunan fungsi kognitif pada lansia. Melalui pendekatan ceramah, diskusi, dan terapi gerak ringan, peserta menunjukkan keterlibatan aktif dan



pemahaman yang lebih baik terhadap gejala demensia dan delirium. Meskipun tidak dilakukan pengukuran kuantitatif, observasi langsung menunjukkan bahwa metode yang digunakan efektif dalam membangun empati, literasi kesehatan, dan semangat kebersamaan. Aktivitas “tepek lansia” juga terbukti menjadi media stimulasi yang menyenangkan dan inklusif bagi lansia dan keluarga.

Salah satu temuan penting dari kegiatan ini adalah bahwa dukungan keluarga memiliki peran krusial dalam menjaga kesejahteraan fisik dan psikologis lansia dengan gangguan kognitif. Lansia yang mendapatkan perhatian, pengertian, dan kasih sayang dari keluarga cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dan tidak merasa terisolasi. Edukasi kepada keluarga mengenai demensia dan delirium menjadi kunci agar mereka mampu memberikan dukungan yang tepat, baik secara emosional maupun praktis. Selain itu, aktivitas fisik ringan seperti senam dan gerakan sederhana terbukti membantu menjaga fungsi tubuh dan merangsang kemampuan kognitif lansia, sehingga dapat mengurangi gejala demensia secara bertahap.

Untuk memperkuat dampak kegiatan edukasi, disarankan agar materi tentang demensia dan delirium diintegrasikan ke dalam program posyandu lansia secara berkelanjutan, didukung oleh pengembangan modul visual dan naratif yang mudah dipahami. Pelatihan kader dan relawan perlu dilakukan agar mereka mampu menjadi fasilitator deteksi dini di komunitas. Kolaborasi lintas sektor antara institusi pendidikan, layanan kesehatan, dan organisasi sosial sangat penting untuk memperluas jangkauan edukasi, serta diperlukan sistem dokumentasi dan monitoring sederhana guna menilai keberlanjutan dampak kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Suwarni, S., Setiawan, S., & Syatibi MM. Hubungan Usia Demensia Dan Kemampuan Fungsional Pada Lansia. (n.d.). J Keterampilan Fis [Internet]. 2017;2(1),:34–41. Available from: <https://doi.org/10.37341/jkf.v2i1.77>
2. DeLaune SC. Fundamentals of nursing. 2011;
3. Rasyid W. MW. Screening dan Strategi Pencegahan Delirium Pada Lansia Di Puskesmas Andalas Padang. Empower J Pengabdian Masyarakat [Internet]. 2022;1(22):168-171. Available from: <https://journal.sinergicendikia.com/index.php>
4. Kuniarsih, E. & Pradana AA (2022). Telaah Pengetahuan Keluarga Akan Kondisi Demensia Pada Lansia. J Ilmu Kesehat Dharmas Indones. 2022;02, No 1,.
5. Klimova, B., & Dostalova R. The impact of physical activities on cognitive performance among healthy older individuals. Brain Sci [Internet]. 2020;10 (6):1–14. Available from: <https://doi.org/10.3390/brainsci1006037>
6. Kemenkes RI. (2017). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Diunduh.
7. Zhang, Y., Mei, D., Pei, H., & Chen, G. (n.d.). (2022) The Dynamic Relationship Between multidimensional Environment And Physical Activity Participation. [https://academic.oup.com/innovateage/article/6/Supplement\\_1/799/693970](https://academic.oup.com/innovateage/article/6/Supplement_1/799/693970)