



## Pelatihan Deteksi Dini Penyakit Alzheimer Di Kalangan Lansia Di Desa Tantuha Kecamatan Simpang Tiga

Rizkidawati\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: rizkidawati\_pspd@abulyatama.ac.id<sup>1</sup>

Diterima 27 Agustus 2023; Disetujui 11 September 2023; Dipublikasi 28 September 2023

**Abstract:** *Alzheimer's disease is one of the most common forms of dementia that occurs in the elderly, causing memory impairment, cognitive decline, and behavioral changes. Early detection is crucial in efforts to slow the progression of this disease and improve the quality of life for patients. This training program aims to educate the community, especially the families of the elderly, about how to detect the early signs of Alzheimer's and the appropriate prevention and care strategies. The methods used in this activity include lectures, discussions, and early detection simulations. The results of this activity show an increase in participants' understanding of the importance of early detection of Alzheimer's and the steps that can be taken to prevent the worsening of the patient's condition.*

**Keywords:** *Alzheimer, Early Detection, Elderly*

**Abstrak:** Penyakit Alzheimer merupakan salah satu bentuk demensia yang paling umum terjadi pada lansia, yang menyebabkan gangguan memori, penurunan fungsi kognitif, dan perubahan perilaku. Deteksi dini sangat penting dalam upaya memperlambat progresivitas penyakit ini serta meningkatkan kualitas hidup penderita. Program pelatihan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat, terutama keluarga lansia, tentang cara mendeteksi tanda-tanda awal Alzheimer serta strategi pencegahan dan perawatan yang tepat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi, serta simulasi deteksi dini. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya deteksi dini Alzheimer dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah perburukan kondisi penderita.

**Kata Kunci:** *Alzheimer, Deteksi Dini, Lansia*

Penyakit Alzheimer merupakan penyakit neurodegeneratif yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif secara progresif dan berdampak besar

terhadap kualitas hidup penderita serta keluarganya. Penyakit ini menjadi tantangan utama dalam kesehatan lansia di berbagai negara, termasuk Indonesia.

Faktor risiko Alzheimer meliputi usia, faktor genetik, gaya hidup, serta kondisi medis tertentu seperti hipertensi dan diabetes. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai tanda-tanda awal penyakit ini menyebabkan banyak kasus baru terdiagnosis pada tahap yang sudah lanjut, sehingga terapi menjadi kurang efektif.

Oleh karena itu, deteksi dini menjadi langkah krusial dalam memperlambat perkembangan penyakit dan meningkatkan kualitas hidup penderita serta mengurangi beban keluarga dan tenaga kesehatan.

## **KAJIAN PUSTAKA**

Sianturi (2021) membahas secara mendalam mengenai diagnosis dan stadium perkembangan penyakit Alzheimer, yang terdiri dari tiga tahap utama, yaitu tahap awal, tahap menengah, dan tahap lanjut. Setiap tahap memiliki gejala spesifik yang mempengaruhi kualitas hidup penderita serta membebani keluarga dan tenaga medis yang merawatnya.

Arfina (2021) menyoroti pentingnya edukasi bagi masyarakat dalam meningkatkan kesadaran terhadap penyakit Alzheimer, dengan menyatakan bahwa rendahnya pemahaman mengenai penyakit ini sering kali menyebabkan keterlambatan dalam diagnosis dan penanganan yang optimal.

Wisnu Widyantoro (2021) menjelaskan

hubungan erat antara demensia dan Alzheimer pada lansia, serta faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan penyakit ini, termasuk aspek genetika dan lingkungan.

Susanti et al. (2024) meneliti berbagai faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang terkena Alzheimer, seperti usia lanjut, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang buruk, serta adanya riwayat penyakit metabolik seperti hipertensi dan diabetes.

Kasprata & Harahap (2023) mengkaji gangguan tidur yang sering dialami oleh penderita Alzheimer dan dampaknya terhadap kesehatan mental serta kualitas hidup mereka. Studi ini menekankan pentingnya terapi tidur sebagai bagian dari perawatan holistik bagi penderita Alzheimer.

Nugroho et al. (2022) membahas intervensi psikososial yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup penderita Alzheimer dengan melibatkan keluarga serta komunitas dalam memberikan dukungan emosional dan mental.

Sari & Ramadhani (2020) mengevaluasi efektivitas program deteksi dini Alzheimer dalam membantu mengidentifikasi gejala awal penyakit sebelum mencapai tahap yang lebih parah, sehingga intervensi medis dapat dilakukan lebih awal.

Fauziah et al. (2021) meneliti hubungan antara pola makan dan risiko terkena Alzheimer,

dengan menyoroti bahwa konsumsi makanan tinggi antioksidan dan asam lemak omega-3 dapat membantu mengurangi risiko penyakit ini.

Yusuf & Ramadhani (2023) mengulas dampak psikososial yang dialami oleh keluarga serta pengasuh penderita Alzheimer, yang sering kali mengalami tekanan emosional dan beban ekonomi akibat perawatan yang diperlukan secara terus-menerus.

Lestari & Wibowo (2022) menyoroti peran aktivitas fisik dalam pencegahan Alzheimer, dengan menyatakan bahwa olahraga teratur dapat meningkatkan fungsi kognitif serta menghambat proses degeneratif otak.

Handayani & Putri (2020) membahas skrining kognitif pada lansia sebagai langkah awal dalam deteksi dini penyakit Alzheimer, yang sangat penting untuk memberikan perawatan yang lebih baik sejak dini.

Kurniawati & Saputra (2023) mengeksplorasi hubungan antara tingkat pendidikan seseorang dan risiko Alzheimer, dengan menemukan bahwa individu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki risiko lebih rendah terkena penyakit ini akibat stimulasi mental yang lebih baik sepanjang hidup mereka.

Sugito et al. (2022) mengusulkan strategi intervensi berbasis komunitas sebagai metode efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai Alzheimer, melalui kampanye penyuluhan dan pelatihan khusus bagi

tenaga kesehatan.

Rahmadani (2023) menyoroti peran penting tenaga kesehatan dalam mendukung deteksi dini Alzheimer, dengan menekankan perlunya kolaborasi antara tenaga medis dan keluarga dalam menangani penderita secara holistik.

Prasetyo & Nugraha (2021) membahas pengaruh stres terhadap perkembangan Alzheimer, di mana stres kronis dapat meningkatkan risiko inflamasi otak yang mempercepat proses degenerasi neuron.

#### **Putri & Santoso (2021)**

Hubungan antara gaya hidup sehat dan penurunan risiko Alzheimer.

#### **Hidayat et al. (2022)**

Pengaruh konsumsi antioksidan terhadap penurunan progresivitas Alzheimer.

#### **Rahmawati & Sugiarto (2023)**

Efektivitas terapi musik dalam meningkatkan kualitas hidup penderita Alzheimer.

#### **Saputra et al. (2020)**

Peran dukungan sosial dalam memperlambat perkembangan gejala Alzheimer.

### **Handayani & Pratama (2021)**

Studi mengenai keterkaitan antara gangguan tidur dan penyakit Alzheimer.

### **Kusuma & Wibisono (2022)**

Dampak aktivitas fisik terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan risiko Alzheimer.

### **Setiawan et al. (2023)**

Intervensi kognitif sebagai metode pencegahan demensia dan Alzheimer.

### **Dewi & Nugraha (2020)**

Analisis peran pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran Alzheimer.

### **Wijaya et al. (2021)**

Hubungan antara stres psikologis dan peningkatan risiko Alzheimer.

### **Prasetyo & Lestari (2023)**

Pengaruh terapi reminiscence terhadap pasien Alzheimer.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode penyuluhan ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan: Survei lokasi, pengurusan

izin, penyusunan materi pelatihan.

2. Tahap Pelaksanaan: Penyuluhan dalam bentuk ceramah, diskusi interaktif, dan simulasi pemeriksaan awal.

3. Evaluasi: Pengukuran tingkat pemahaman peserta melalui pre-test dan post-test serta observasi keterlibatan peserta dalam diskusi dan simulasi..

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan pelatihan deteksi dini Alzheimer berlangsung dengan lancar dan mendapatkan antusiasme tinggi dari para peserta yang terdiri dari keluarga lansia, tenaga kesehatan, serta masyarakat umum yang memiliki kepedulian terhadap pentingnya penanganan dini penyakit Alzheimer.

Serangkaian kegiatan dalam pelatihan ini mencakup pemberian materi yang disampaikan secara komprehensif mengenai penyakit Alzheimer, mulai dari faktor risikonya, gejala awal yang sering kali tidak disadari, hingga metode pencegahan yang dapat diterapkan secara efektif untuk mengurangi kemungkinan berkembangnya penyakit ini pada usia lanjut.

Selain penyampaian materi, peserta juga diberikan kesempatan untuk melakukan sesi simulasi dalam mendeteksi tanda-tanda awal Alzheimer melalui metode skrining sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah atau dengan bantuan tenaga kesehatan terlatih.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan

menggunakan metode pre-test dan post-test guna mengukur peningkatan pemahaman peserta sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat pemahaman peserta mengenai Alzheimer, baik dalam mengenali tanda-tanda awal, mengetahui faktor risiko, maupun memahami langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan secara mandiri.

Diskusi interaktif yang dilakukan selama sesi pelatihan juga menjadi salah satu aspek penting dalam kegiatan ini, di mana peserta diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman pribadi mereka terkait perawatan lansia yang memiliki gejala Alzheimer, serta mendapatkan solusi dan saran langsung dari tenaga medis yang berkompeten di bidangnya.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai urgensi deteksi dini Alzheimer, yang mana sebelum mengikuti pelatihan banyak peserta yang masih memiliki pemahaman terbatas mengenai penyakit ini dan cenderung mengabaikan tanda-tanda awal yang muncul pada anggota keluarga mereka. Melalui pelatihan ini, para peserta tidak hanya memperoleh wawasan yang lebih luas, tetapi juga mendapatkan keterampilan praktis dalam mengenali dan menangani Alzheimer secara lebih efektif.

Dengan demikian, pelatihan ini memberikan dampak positif yang nyata dalam meningkatkan kesiapan masyarakat dalam

menghadapi tantangan yang dihadapi oleh lansia dengan Alzheimer, serta memperkuat upaya pencegahan dan intervensi dini yang dapat meningkatkan kualitas hidup penderita secara keseluruhan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Program pelatihan deteksi dini Alzheimer ini memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai penyakit Alzheimer, khususnya dalam mengenali gejala awal dan melakukan langkah-langkah pencegahan yang tepat.

### **Saran:**

1. Perlu dilakukan pelatihan lanjutan dengan cakupan peserta yang lebih luas.
2. Pemerintah dan tenaga kesehatan setempat disarankan untuk mengembangkan program pemeriksaan rutin bagi lansia guna mendukung deteksi dini penyakit Alzheimer.
3. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas berbagai strategi pencegahan Alzheimer.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Sianturi, A. G. M. (2021). Diagnosis dan stadium penyakit Alzheimer. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 2(2), 39–44.
- Arfina, A. (2021). Peran edukasi dalam meningkatkan kesadaran masyarakat

- terhadap Alzheimer. *Health Care Journal*, 10(1), 256–261.
- Wisnu Widyantoro (2021). Hubungan antara demensia dan Alzheimer pada lansia. *Jurnal Neurologi Indonesia*, 5(3), 112-120.
- Susanti, N. et al. (2024). Faktor risiko Alzheimer dan pencegahannya. *Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5736–5743.
- Kasprata, H. N., & Harahap, H. S. (2023). Gangguan tidur pada penderita Alzheimer. *Jurnal Malahayati*, 10(3), 1672–1680.
- Nugroho et al. (2022). Intervensi psikososial untuk meningkatkan kualitas hidup penderita Alzheimer. *Jurnal Psikologi Klinis*, 8(1), 98-107.
- Sari & Ramadhani (2020). Efektivitas program deteksi dini Alzheimer. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 6(2), 87-95.
- Fauziah et al. (2021). Hubungan antara pola makan dan risiko Alzheimer. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9(3), 67-78.
- Yusuf & Ramadhani (2023). Dampak Alzheimer terhadap keluarga dan pengasuh. *Jurnal Psikologi Sosial*, 7(2), 145-157.
- Lestari & Wibowo (2022). Peran aktivitas fisik