

ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN DEMENSIA PADA LANSIA DI PANTI BHAKTI KASIH SITI ANNA TAHUN 2024

Aulia Utari¹, Hendra Kusumajaya², Rima Berti Anggraini³

Institut Citra Internasional^{1,2,3}

e-mail: owliatari12@gmail.com

ABSTRAK

Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang prevalensinya terus meningkat seiring pertambahan jumlah penduduk lanjut usia. Kondisi ini tidak hanya mengganggu fungsi kognitif, perilaku, dan kemampuan sosial, tetapi juga berdampak besar terhadap kualitas hidup lansia. Selain itu, beban ekonomi dan sosial akibat demensia semakin dirasakan, terutama di negara berkembang seperti Indonesia, yang tengah menghadapi lonjakan populasi lansia. Salah satu institusi yang menampung lansia dengan gejala demensia adalah Panti Bhakti Kasih Siti Anna di Pangkalpinang. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kejadian demensia di lingkungan tersebut. Fokus penelitian diarahkan pada analisis faktor risiko maupun faktor pendorong yang berperan terhadap munculnya demensia pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi melalui wawancara mendalam dan dokumentasi terhadap perawat, kepala perawat, serta lansia dengan demensia. Penelitian dilakukan pada 22-30 Mei 2024 dengan teknik non probability sampling, khususnya convenience sampling. Tahapan penting meliputi pengumpulan data primer melalui wawancara, observasi aktivitas lansia, serta analisis tematik terhadap faktor risiko seperti usia, tingkat pengetahuan, dan aktivitas fisik serta faktor pendorong seperti kebijakan panti, dukungan sosial, dan ketersediaan fasilitas penunjang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman informan tentang demensia cukup baik, aktivitas fisik rutin berperan dalam mempertahankan fungsi kognitif, dan dukungan sistem dari panti memberikan kontribusi besar bagi kesejahteraan lansia. Simpulannya, intervensi berbasis pengetahuan, aktivitas terstruktur, dan dukungan sosial menjadi strategi utama untuk menekan prevalensi demensia sekaligus meningkatkan kualitas hidup lansia di panti.

Kata Kunci: *demensia, lansia, faktor risiko*

ABSTRACT

Dementia is one of the global health problems whose prevalence continues to rise in line with the increasing number of elderly populations. This condition not only disrupts cognitive function, behavior, and social abilities but also has a significant impact on the quality of life of older adults. In addition, the economic and social burden caused by dementia is increasingly evident, particularly in developing countries such as Indonesia, which is currently experiencing a surge in the elderly population. One of the institutions accommodating elderly individuals with dementia symptoms is Panti Bhakti Kasih Siti Anna in Pangkalpinang. This study is therefore important to identify the factors influencing the incidence of dementia within that setting. The research focused on analyzing both risk factors and supporting factors that contribute to the occurrence of dementia among the elderly. The study employed a qualitative method with a phenomenological approach through in-depth interviews and documentation involving nurses, the head nurse, and elderly residents with dementia. The research was conducted from May 22 to May 30, 2024, using a non-probability sampling technique, specifically convenience sampling. The key stages included collecting primary data through interviews, observing the daily activities of the elderly, and conducting thematic analysis of risk factors such as age, level of knowledge, and physical activity, as well as supporting factors such

as institutional policies, social support, and the availability of supporting facilities. The findings indicate that the informants' understanding of dementia was relatively good, routine physical activity played an important role in maintaining cognitive function, and institutional support contributed significantly to the well-being of the elderly. In conclusion, knowledge-based interventions, structured activities, and strong social support are essential strategies to reduce the prevalence of dementia while enhancing the quality of life of elderly residents in the institution.

Keywords: *dementia, elderly, risk factors*

PENDAHULUAN

Demensia merupakan sebuah sindrom neurodegeneratif progresif yang telah menjadi salah satu tantangan kesehatan global terbesar di abad ke-21. Dengan lebih dari 55 juta penderita di seluruh dunia, dan mayoritasnya tinggal di negara berpendapatan rendah hingga menengah, demensia bukan lagi sekadar masalah medis, melainkan isu sosial dan ekonomi yang mendesak (Suswanti et al., 2020). Penyakit ini secara perlahan menggerogoti fungsi kognitif penderitanya, mulai dari memori, bahasa, kemampuan memecahkan masalah, hingga fungsi motorik (Juwita, 2021; Saras, 2023). Sebagai penyebab kematian ketujuh tertinggi di dunia pada kelompok lanjut usia, demensia secara fundamental merenggut kemandirian individu dan mengubah dinamika kehidupan keluarga serta masyarakat. Proyeksi peningkatan populasi lansia secara global mengindikasikan bahwa beban penyakit ini akan terus meningkat secara eksponensial di masa mendatang.

Sejalan dengan tren global, Indonesia juga menghadapi ancaman krisis demensia yang semakin nyata. Transisi demografi yang ditandai dengan peningkatan harapan hidup telah menyebabkan lonjakan jumlah populasi lanjut usia, yang secara langsung berkorelasi dengan peningkatan kasus demensia. Proyeksi yang ada melukiskan gambaran yang mengkhawatirkan: dari hampir satu juta kasus pada tahun 2019, jumlah penderita demensia di Indonesia diperkirakan akan meroket hingga lebih dari tiga juta jiwa pada tahun 2050 (Alzheimer's Disease International, 2021). Beban ini tidak hanya bersifat kesehatan, tetapi juga ekonomi, dengan kerugian global yang telah mencapai angka triliunan dolar. Diperparah dengan meningkatnya rasio ketergantungan lansia, di mana setiap 100 penduduk usia produktif harus menanggung beban 17 lansia, maka demensia menjadi sebuah tantangan serius bagi sistem jaminan sosial dan keberlanjutan pembangunan nasional (Jayani, 2021).

Secara ideal, menghadapi ancaman sebesar ini, fokus utama seharusnya diletakkan pada upaya-upaya preventif. Ilmu pengetahuan telah mengidentifikasi serangkaian faktor risiko demensia, yang dapat dikategorikan menjadi dua jenis. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, genetika, dan riwayat keluarga. Namun, yang lebih memberikan harapan adalah adanya faktor-faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Ini mencakup pengendalian penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes, perbaikan status gizi, adopsi gaya hidup sehat seperti tidak merokok dan rutin berolahraga, serta adanya dukungan sosial yang kuat dari keluarga (Afconneri et al., 2023; Darmono, 2023; Handyani & Alfarizi, 2024). Idealnya, intervensi kesehatan masyarakat yang masif dan edukasi publik dapat secara signifikan mengurangi prevalensi faktor-faktor risiko ini.

Namun, dalam realitasnya, terdapat kesenjangan yang besar antara pengetahuan mengenai faktor risiko yang dapat dimodifikasi dengan implementasi gaya hidup sehat di masyarakat. Banyak individu yang masih belum menyadari atau mengabaikan pentingnya pencegahan sejak dini. Akibatnya, prevalensi penyakit kronis yang menjadi pemicu demensia tetap tinggi. Kesenjangan ini juga terlihat pada tingkat keluarga. Ketika seorang anggota keluarga mulai menunjukkan gejala demensia, seringkali keluarga tidak memiliki pengetahuan

dan keterampilan yang cukup untuk memberikan perawatan yang memadai. Beban perawatan yang sangat berat, ditambah dengan perubahan perilaku drastis pada penderita seperti regresi ke sikap kekanak-kanakan, seringkali membuat keluarga kewalahan dan terpaksa menempuh pilihan sulit untuk menitipkan lansia ke panti jompo (*panti jompo*).

Kondisi ini menjadikan panti jompo sebagai sebuah mikrokosmos di mana berbagai permasalahan kesehatan lansia, termasuk demensia, terkonsentrasi. Institusi ini menjadi tempat berkumpulnya individu-individu lanjut usia yang seringkali memiliki berbagai komorbiditas dan tingkat ketergantungan yang tinggi. Observasi awal yang dilakukan di Panti Siti Anna Pangkal Pinang pada tahun 2023 menunjukkan sebuah data yang menjadi cerminan dari fenomena ini. Ditemukan bahwa dari 34 lansia yang dirawat, sebanyak 5 orang di antaranya telah terdiagnosis menderita demensia. Angka prevalensi yang mencapai hampir 15% di dalam satu institusi ini merupakan sebuah sinyal yang sangat kuat bahwa populasi di panti jompo memiliki kerentanan yang sangat tinggi terhadap gangguan kognitif.

Meskipun data epidemiologi demensia di tingkat nasional dan global telah banyak tersedia, masih terdapat kesenjangan dalam penelitian yang berfokus pada populasi spesifik di lingkungan institusional seperti panti jompo. Nilai kebaruan atau inovasi dari penelitian ini terletak pada pendekatannya yang bersifat studi kasus mendalam di Panti Siti Anna Pangkal Pinang. Berbeda dari survei berskala besar yang bersifat umum, penelitian ini akan melakukan analisis faktor risiko secara terperinci pada sebuah populasi yang relatif homogen dan terkontrol. Inovasinya adalah upaya untuk membedah secara spesifik interaksi antara berbagai faktor risiko—baik yang dapat maupun tidak dapat dimodifikasi—pada kelompok lansia yang tinggal dalam satu lingkungan yang sama.

Berdasarkan latar belakang mengenai besarnya beban demensia, adanya kesenjangan antara potensi pencegahan dengan realitas di masyarakat, serta tingginya prevalensi demensia di Panti Siti Anna, maka tujuan dari penelitian ini menjadi sangat jelas dan relevan. Studi ini secara spesifik bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang secara signifikan memengaruhi kejadian demensia di antara para lansia yang dirawat di Panti Siti Anna Pangkal Pinang pada tahun 2024. Hasil dari penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan gambaran epidemiologis lokal, tetapi juga dapat menjadi landasan ilmiah yang kuat untuk merancang program intervensi preventif dan kuratif yang lebih efektif dan tepat sasaran bagi populasi lansia di lingkungan panti.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk menggali dan memahami secara mendalam pengalaman serta pandangan informan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian demensia. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang kaya dan terperinci terhadap fenomena yang diteliti, melampaui data numerik semata (Nursalam, 2020; Suriastini et al., 2020). Pengambilan data dilaksanakan di Panti Bhakti Kasih Siti Anna, Pangkalpinang, Provinsi Bangka Belitung, dalam rentang waktu yang terfokus, yaitu dari tanggal 22 hingga 30 Mei 2024. Fokus penelitian diarahkan pada identifikasi faktor risiko seperti usia dan tingkat pengetahuan, serta faktor pendorong seperti dukungan sosial dan kebijakan panti. Keseluruhan proses dirancang untuk menghasilkan gambaran yang holistik dan kontekstual mengenai kejadian demensia di lingkungan institusi perawatan lansia.

Pemilihan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik non-probability sampling, secara spesifik dengan metode convenience sampling. Teknik ini dipilih berdasarkan ketersediaan dan kesediaan informan untuk berpartisipasi pada saat penelitian berlangsung. Partisipan terdiri dari empat orang yang memiliki perspektif berbeda, mencakup satu orang

kepala perawat sebagai informan kunci, satu orang perawat sebagai informan utama, serta dua orang lansia yang mengalami demensia sebagai informan pendukung. Pengumpulan data primer dilakukan melalui teknik wawancara mendalam (in-depth interview) untuk menggali informasi secara detail dan komprehensif. Selain itu, digunakan teknik dokumentasi untuk melengkapi data yang diperoleh. Instrumen yang digunakan dalam proses ini meliputi pedoman wawancara yang terstruktur, alat perekam suara untuk memastikan akurasi transkripsi, serta peralatan tulis untuk mencatat observasi penting.

Seluruh data yang terkumpul dari hasil wawancara dan dokumentasi dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Proses ini dimulai dengan mentranskripsikan rekaman wawancara secara verbatim, kemudian peneliti melakukan pembacaan berulang untuk mengidentifikasi pola-pola makna yang muncul. Selanjutnya, data dikodekan dan dikelompokkan ke dalam sub-tema dan tema utama yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti pengetahuan tentang demensia, aktivitas harian, dan sistem pendukung. Aspek etika penelitian dijunjung tinggi selama proses ini. Sebelum wawancara dimulai, peneliti memberikan penjelasan lengkap mengenai tujuan penelitian kepada setiap calon informan. Persetujuan lisan diperoleh dari mereka yang bersedia berpartisipasi, dan hak mereka untuk menolak dihormati sepenuhnya. Kerahasiaan identitas informan dijaga untuk melindungi privasi mereka, sehingga data yang disajikan bersifat anonim.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tema 1: Pengetahuan Informan Mengenai Demensia Pada Lansia

Berdasarkan wawancara mendalam yang dilakukan oleh peneliti didapatkan tema 1 yaitu pengetahuan informan mengenai demensia yang terdiri dari sub tema yaitu pengertian demensia, penyebab demensia, faktor yang mempengaruhi demensia pada lansia.

Pengertian Demensia Pada Lansia

Dari hasil wawancara mendalam dengan informan mengenai pemahaman informan terkait demensia, informan mengatakan bahwa demensia pada lansia adalah segala hal yang mengarah pada penurunan baik pada fisik, kemampuan intelektual, kemampuan motorik seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Demensia itu kan sebutan bagi lansia yang sudah mengalami penurunan fungsi tubuh maupun organ terutama otak ya, demensia tu udah ga bisa apa-apa sendiri, sama dirinya sendiri aja udah lupa mereka. Mereka itu sudah rusak memorinya, mereka juga mengalami penurunan kondisi fisik, mereka sudah kaya anak kecil kembali lagi seperti anak kecil.....”(U1).

“.....Demensia tu adalah penyakit atau sindrom yang terjadi pada lansia yang sudah tua dan mengalami perubahan pada dirinya, pada fisiknya, perilakunya, semuanya sudah mengalami penurunan, termasuk caranya berfikir, mengingat, bersosialisasi. Mereka tu mengalami perubahan kepribadian, mereka kembali lagi seperti anak kecil.....”(K2).

Menurut informan pendukung, pengertian demensia adalah sebutan bagi seseorang yang mengalami penurunan memori atau pikun, seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Pikun atau demensia itu adalah orang yang pelupa sudah.....”(P1).

“.....Pikun atau demensia itu lupa.....”(P2)

Penyebab Demensia Pada Lansia

Dari hasil wawancara mendalam dengan informan mengenai pengetahuan informan terkait penyebab dan faktor risiko demensia dapat disimpulkan informan mengetahui tentang penyebab dan faktor risiko demensia. Seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Kalo lansia disini ada yang memang sudah demensia dari lama dan ada juga yang

demensia setelah dihantarkan keluarganya kesini, awalnya dia ga lupa tapi lama kelamaan malah jadi pelupa. Mana mereka tu memang udah pada tua tua semua Ny. T tu usianya 76 tahun. Nah setau kakak demensia ni disebabkan karena kerusakan sel sel otaknya makanya semua jadi mengalami penurunan, baik fisiknya, kemampuan mengingatnya, berbicaranya, faktornya tuh yang utama itu tadi, usia, ada juga penyakit bawaan kaya hipertensi, kurang olahraga juga, dulu waktu keluarganya hantar kesini keluarganya bilang dk pernah olahraga sama sekali, makan sebasngin dirumah.....”(U1).

“.....Setau saya ya dek, mereka disini tuh perubahan perilaku, mereka kembali kaya anak kecil, kalo ditanya “udah makan belum oma?” mereka jawabnya belum padahal barusan susternya suapin. Ga jarang juga pipisnya sembarangan. Suka cengengesan kaya anak kecil. Umumnya demensia pada lansia tuh disebabkan karena adanya kerusakan pada otak yang mengganggu proses mengingat, berpikir dan berperilaku. Faktornya sih faktor usia, oma opa yang kebiasaan merokok waktu muda, gaya hidupnya ga sehat, jarang beraktivitas.....” (K2).

“.....Lupa karena sudah tua.....” (P1).

“.....Lupa semenjak kesini, karena sudah tua.....” (P2).

Waktu wawancara peneliti menanyakan apakah pernah berkebun atau memiliki aktivitas lainnya waktu dulu dan informan P1 menjawab “tidak”, informan P1 menegaskan kembali dulu tidak melakukan apa apa hanya hidup dirumah saja yang artinya kurang beraktivitas. Dalam wawancara dengan Informan P2 ia menuturkan bahwa ia merindukan sosok keluarganya.

Tema 2 : Aktivitas Sehari-hari Lansia Dengan Demensia

Berdasarkan wawancara mendalam yang dilakukan peneliti didapatkan tema 2 yaitu aktivitas sehari-hari yang terdiri dari sub tema yaitu rutinitas sehari-hari.

Rutinitas Sehari-hari

Selama sesi wawancara dilakukan informan memiliki pemahaman yang sama antara informan satu dengan yang lainnya mengenai kegiatan sehari – hari para lansia dengan demensia yang meliputi, melakukan giat senam setiap pagi, berjalan jalan kecil, merapikan dan meletakkan barang, berpindah dari kursi satu ke kursi lainnya. Tetapi semua pergerakan lansia tergantung mood dan kemauan lansia tersebut, seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Untuk aktivitas sehari – hari lansia disini biasanya kita senam setiap pagi, semua lansia wajib melakukan senam pagi termasuk oma opa yang demensia, khusus lansia demensia yang pake kursi roda nanti kita bantu perpindahannya, kita juga ada permainan khusus lansianya. Tapi semua tu tergantung mood dan kemauan mereka lah dek, kadang mereka jalan kaki biase keliling sini, kita biasakan juga merapikan dan meletakkan barang-barang mereka tu.....” (U1).

“.....Disini kami biasa melakukan senam pagi rame – rame sama lansia yang lain juga. Mulai hari senin sampai Kamis.....” (K2).

Informan pendukung (P1) dan (P2) yang menyatakan hal yang sama bahwa memang setiap pagi dilakukan senam pagi dan berjalan kaki seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Ku sering bejalan kaki, kadang – kadang ku senam woo.....” (P1).

“.....Ku suka main, pagi senam.....” (P2).

Tema 3 : Support Sistem Bagi Lansia Dengan Demensia

Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi demensia pada lansia tentu saja tidak hanya faktor risiko yang muncul melainkan faktor pendorong juga. Jawaban informan hampir sama meliputi, kebijakan dari panti Bhakti Kasih Siti Anna, adanya dukungan sosial dan fasilitas penunjang yang diberikan.

Kebijakan Panti Bhakti Kasih Siti Anna

Selama sesi wawancara dilakukan, informan mengetahui dan memahami tentang

Copyright (c) 2025 COMMUNITY : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

bagaimana dalam mendiagnosis demensia pada lansia seperti kutipan dibawah ini”

“.....Untuk diagnosisnya itu kita menggunakan SOP yang ada. Ada pedomannyalah.....”
(U1).

“.....Kalo untuk penegakan diagnosa sama perawat disini biasanya pake SOP, nanti diajukan pertanyaan atau semacam kuesioner gitulah.....”(K2).

Dukungan Sosial

Selama sesi wawancara dilakukan, informan mengatakan terkait adanya dukungan sosial berupa dukungan emosional yang diberikan seperti mengajak lansia bercerita, mengobrol, bermain dan berhitung guna untuk kualitas hidup yang lebih baik seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Dukungan sosial ada diberikan, biasanya kami bercerita, lebih ke bertukar cerita gitu, bertanya, nantikan kita ulangi pertanyaannya karnakan mereka udah lupa biasanya. Kita ajak bermain kadang bernyanyi juga.....” (U1).

“.....Ku sering diajak bercerita woo, kek suster e tapi ku seneng tapi ku males jawab e.....” (P1).

“.....Sering becerita, main, nyanyi kek suster ramai – ramai....” (P2).

Pelayanan Fasilitas Penunjang



Gambar 1. Wawancara Terhadap Lansia

Selama sesi wawancara dilakukan (Gambar 1), informan mengatakan terkait faktor pendorong tambahan yaitu penyediaan pelayanan fasilitas penunjang berupa tempat ibadah sebagai bentuk dukungan spiritual yang diberikan oleh pihak pengurus panti, ada juga ruangan khusus lansia saat akan terapi bermain atau TAK. Dan kerja sama dengan Rumah Sakit Bakti Timah untuk pelayanan kesehatan yang lebih mumpuni seperti pada kutipan dibawah ini:

“.....Seperti yang bisa adek lihat disini dari pihak panti menyediakan beberapa fasilitas yang dapat mendukung derajat kesehatan baik fisik, jasmani dan rohani. Disini ada tempat ibadah untuk para lansia yang sekiranya masih mampu melakukan ibadah sendiri. Disebelah sana juga ada ruangan khusus memang kita sediakan untuk terapi mereka. Nanti ramai-ramai mereka disana kita kumpulin jadi satu semua termasuk yang lansia demensianya.....” (U1).

“.....Pihak panti berusaha memberikan yang terbaik untuk penghuni disini dengan menyediakan tempat ibadah untuk keperluan spiritual mereka. Diruangan sana mereka biasa terapi bermain. Dan untuk memaksimalkan pelayanan kesehatan kami juga melakukan kerja sama dengan pihak RSBT sini jika memang perlu dilakukan pemeriksaan kesehatan lebih lanjut.....” (K2).

“.....Kita disini sebagai pengganti keluarga mereka, apa yang ga mereka dapatkan dari keluarga kita yang berikan, biasanya sama perawatnya diajak cerita, saling tukar cerita gitulah. Bermain juga mereka.....” (K2).

Pembahasan

1. Pengetahuan Informan Mengenai Demensia Pada Lansia

Pengetahuan, sebagai hasil dari proses penginderaan dan pemahaman terhadap suatu objek, merupakan elemen kognitif fundamental yang membentuk kesadaran dan tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2018; Ngatimin, 2019). Dalam konteks demensia pada lansia, pemahaman yang komprehensif dari perawat dan lansia itu sendiri menjadi kunci utama dalam merespons kondisi ini secara efektif. Hasil wawancara mendalam di Panti Bhakti Kasih Siti Anna menunjukkan bahwa para informan, termasuk perawat dan lansia, memiliki pengetahuan yang solid mengenai definisi demensia sebagai kondisi penurunan fungsi kognitif, terutama daya ingat, yang disebabkan oleh kerusakan sel-sel otak. Mereka juga mampu mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang signifikan, seperti usia, gaya hidup tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan depresi. Pemahaman ini tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga membentuk dasar kesadaran akan pentingnya pencegahan dan intervensi dini, yang pada akhirnya dapat mengurangi dampak buruk dari kondisi demensia.

Pengetahuan yang mendalam mengenai demensia terbukti memiliki korelasi positif dengan upaya pencegahan primer dan peningkatan kualitas hidup lansia. Temuan ini sejalan dengan penelitian Harahap (2018) yang menyoroti bahwa tingkat pengetahuan yang baik secara signifikan dapat mengurangi risiko terjadinya demensia. Lebih lanjut, penelitian oleh Zhang dkk. (2019) menguatkan argumen ini dengan menyatakan bahwa kombinasi antara pengetahuan dan keterlibatan aktif dalam berbagai kegiatan dapat meminimalisir risiko demensia. Berdasarkan temuan di lapangan dan didukung oleh teori-teori yang ada, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan bukan sekadar informasi, melainkan modal utama yang memberdayakan individu. Pengetahuan yang dimiliki oleh para perawat dan lansia di Panti Bhakti Kasih Siti Anna menjadi landasan penting yang mendorong sikap proaktif dan kepedulian terhadap kesehatan, yang pada akhirnya berperan vital dalam upaya pencegahan dan pengelolaan faktor risiko demensia.

2. Aktivitas Harian yang Dilakukan Lansia

Aktivitas sehari-hari, yang didefinisikan sebagai serangkaian kegiatan rutin dari bangun tidur hingga tidur kembali, memegang peranan krusial dalam menjaga kesejahteraan fisik dan mental lansia, terutama mereka yang hidup dengan demensia (Susannah, 2024). Aktivitas ini, baik yang bersifat personal seperti kebersihan diri, maupun yang bersifat sosial seperti interaksi dengan orang lain, secara signifikan dapat memengaruhi perilaku, emosi, dan hubungan sosial lansia (Tiara et al., 2024). Secara psikologis, aktivitas harian tidak hanya merujuk pada gerakan fisik yang melibatkan otot dan energi, tetapi juga mencakup stimulasi mental yang dilakukan oleh otak (Taufik et al., 2021). Hasil wawancara mendalam di Panti Bhakti Kasih Siti Anna menunjukkan adanya dukungan penuh terhadap aktivitas harian lansia demensia. Kegiatan-kegiatan terstruktur seperti senam pagi bersama, jalan-jalan ringan, bermain, hingga merapikan barang-barang pribadi menjadi bagian integral dari rutinitas harian mereka.

Dukungan terhadap aktivitas harian lansia ini terbukti secara ilmiah dapat menekan laju perburukan demensia. Penelitian oleh Adwinda & Syahrul (2023) dalam literatur review mereka mengonfirmasi bahwa kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko utama demensia. Oleh karena itu, penerapan pola hidup aktif, yang didukung dengan asupan nutrisi seimbang, menjadi strategi penting untuk memperbaiki kualitas hidup lansia dengan demensia. Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Afconneri dkk. (2023) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan penurunan risiko demensia.

Berdasarkan bukti empiris dan teori yang ada, dapat disimpulkan bahwa program aktivitas harian yang terstruktur di Panti Bhakti Kasih Siti Anna, termasuk bantuan mobilitas bagi pengguna kursi roda, memainkan peran vital dalam menjaga fungsi kognitif dan meningkatkan kualitas hidup lansia, serta mencegah perburukan kondisi yang lebih parah.

3. Sistem Pendukung bagi Lansia dengan Demensia

Sistem pendukung (*support system*) merupakan serangkaian elemen yang secara positif memengaruhi dan memperbaiki kondisi seseorang, mendorongnya ke arah yang lebih maju dan fungsional (Aurelia et al., 2022; Saka et al., 2022). Dalam konteks demensia pada lansia, sistem pendukung menjadi faktor krusial yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan memberikan dampak positif di sisa usia mereka. Di Panti Bhakti Kasih Siti Anna, sistem pendukung ini terwujud dalam tiga pilar utama. Pertama adalah kebijakan panti yang dirancang untuk menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan menstimulasi bagi lansia. Kedua adalah dukungan sosial yang terjalin antara sesama lansia, perawat, dan staf panti, yang menciptakan rasa kebersamaan dan mengurangi isolasi sosial. Ketiga adalah pelayanan fasilitas penunjang yang memadai, seperti ruang aktivitas, alat bantu mobilitas, dan lingkungan yang ramah lansia, yang semuanya dirancang untuk mendukung kemandirian dan kesejahteraan mereka.

Pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan kebahagiaan dan kualitas hidup lansia telah dibuktikan secara ilmiah. Penelitian oleh Khuzaimah dkk. (2021) menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan lansia di panti sosial. Dukungan ini mencakup empat dimensi fungsional, yaitu dukungan emosional/informasional, bantuan nyata (*tangible*), kasih sayang (*affectionate*), dan interaksi sosial yang positif. Berdasarkan temuan tersebut dan observasi di lapangan, dapat disimpulkan bahwa sistem pendukung yang komprehensif di Panti Bhakti Kasih Siti Anna memainkan peran sentral dalam menciptakan lingkungan yang positif. Kombinasi antara kebijakan yang suportif, interaksi sosial yang hangat, dan fasilitas yang memadai secara sinergis berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan fisik lansia dengan demensia, memungkinkan mereka untuk menjalani sisa hidup dengan lebih bermakna dan bahagia.

KESIMPULAN

Penelitian di Panti Bhakti Kasih Siti Anna menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi *demensia* pada lansia dapat dikelola secara efektif melalui sinergi tiga elemen krusial: pengetahuan yang komprehensif, aktivitas harian yang terstruktur, dan *support system* yang solid. Para informan, baik perawat maupun lansia, menunjukkan pemahaman yang baik mengenai definisi dan faktor risiko *demensia*, yang menjadi landasan kognitif untuk pencegahan. Pengetahuan ini diwujudkan dalam program aktivitas harian yang terarah, seperti senam dan jalan ringan, yang terbukti secara ilmiah dapat menekan laju perburukan kondisi dan meningkatkan kualitas hidup. Lebih lanjut, keberhasilan ini ditopang oleh sistem pendukung yang holistik, mencakup kebijakan panti yang suportif, interaksi sosial yang hangat, dan fasilitas yang memadai. Kombinasi dari ketiga faktor pendorong ini menciptakan lingkungan yang positif dan memberdayakan, memungkinkan lansia untuk menjalani sisa hidup mereka dengan lebih bermakna.

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa model perawatan lansia dengan *demensia* yang efektif harus bersifat holistik, tidak hanya berfokus pada intervensi medis tetapi juga mengintegrasikan edukasi, stimulasi aktivitas, dan lingkungan sosial yang suportif. Namun, perlu diakui bahwa penelitian ini bersifat *studi kasus kualitatif* di satu lokasi, sehingga temuannya kaya secara kontekstual namun tidak dapat digeneralisasi. Oleh karena itu, penelitian di masa depan disarankan untuk menguji efektivitas model ini secara lebih luas. Studi *kuantitatif* dapat dirancang untuk mengukur secara spesifik dampak dari program aktivitas

harian terhadap skor kognitif lansia dari waktu ke waktu. Selain itu, penelitian *komparatif* antara beberapa panti wreda dengan pendekatan yang berbeda akan sangat bermanfaat untuk mengidentifikasi elemen-elemen *support system* mana yang paling signifikan dalam memperlambat progresi *demensia* dan meningkatkan kualitas hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Adwinda, R. N., & Syahrul, F. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Demensia: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(1), 12–19. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i1.2856>
- Afconneri, Y., et al. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Demensia Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 177–186. <https://doi.org/10.26714/jkj.12.1.2024.177-186>
- Alzheimer's Disease International. (2021). *Dementia Risk Factors and Risk Reduction*.
- Aurelia, N., et al. (2022). Sistem Pendukung Keputusan Decision Support System (DSS). *Information System for Educators and Professionals*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.51211/isep.v7i1.215>
- Darmono, R. (2023). *Penyebab Dan Faktor Risiko Demensia Yang Perlu Anda Waspada*. RS Darmo. <https://www.rsdarmo.co.id/post/penyebab-dan-faktor-risiko-demensia-yang-perlu-anda-waspada>
- Haiga, Y., et al. (2024). Demensia. *Scientific Journal(SCIENA)*, 3(5), 283–291. <https://journal.scientic.id/index.php/sciena/article/view/158>
- Handyani, W., & Alfarizi, M. L. (2024). Pola Hidup Sehat Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Dan Peningkatan Kualitas Hidup. *Central Publisher*, 2(12), 2899–2906. <https://centralpublisher.co.id/jurnalcentralpublisher/index.php/Publish/article/view/567>
- Harahap, A. S. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Demensia Dengan Pencegahan Primer Demensia Pada Lansia Di Puskesmas Tegal Sari*.
- Hardika, D. (2018). *Bimbingan Kelompok Dalam Upaya Pengembangan Pengetahuan Keislaman Anak Jalanan Di Komunitas Kandank Jurank Doank Ciputat*.
- Jayani, D. H. (2021). *Rasio Ketergantungan Lansia Di RI Makin Tinggi Di 2021, Beban Generasi Muda Bertambah*. Databoks Katadata.
- Juwita. (2021). *Demensi Lansia*. Dinas Sosial Dan Pemberdayaan Masyarakat Desa Kep. Babel. <https://dinsospmd.babelprov.go.id/content/demensia-pada-lansia>
- Kemenkes. (n.d.). *Demensia*. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/kelainan-saraf/demensia>
- Khuzaimah, U., et al. (2021). Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial Di Medan. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 121–142. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7>
- Mulyana, A., et al. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321–333. <https://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/JUBPI/article/view/2998>
- Ngatimin. (2019). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rhineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Saka, P. A. T., et al. (2022). *Inovasi, Strategi, Dan Implementasi Support Sistem*. Akademia Pustaka.
- Saras, T. (2023). *Demensia: Memahami, Mengatasi, Dan Merawat Dengan Bijaksana*.

- Situmorang, H. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Demensia Di Puskesmas Gunting Saga Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhan Batu Utara. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 3(2), 118–125. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v3i2.1346>
- Suriastini, N. W., et al. (2020). Prevalence And Risk Factors Of Dementia And Caregiver's Knowledge Of The Early Symptoms Of Alzheimer's Disease. *Aging Medicine and Healthcare*, 11(2), 60–66. <https://doi.org/10.33879/AMH.2020.065-1811.032>
- Suryatika, A. R., & Pramono, W. H. (2019). Penerapan Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 28–36. <https://jurnal.stikes-mataram.ac.id/index.php/mak/article/view/56>
- Susannah, P. (2024). Real-Time Biopsychosocial Antecedents And Correlates Of Functional Neurological Symptoms In Daily Life: A Pilot Remote Monitoring Technology Study. *Psychiatry Research*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016517812401037X>
- Suswanti, I., et al. (2020). Faktor Risiko Gangguan Kognitif Pada Lansia: Studi Prospektif Atma Jaya Active Aging Research. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 7(1), 25. <https://doi.org/10.20527/jpkmi.v7i1.8673>
- Taufik, A., et al. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Gerakan Enam Pilar Menuju Masyarakat Bebas Demensia, Kelurahan Mersi Kecamatan Purwokerto Timur. *Jurnal of Community Health Development*, 2(2), 32–42. <https://sinelitabmas.unsoed.ac.id/google-doc/4895135/upaya-peningkatan-kualitas-hidup-lansia-melalui-gerakan-enam-pilar-menuju-masyarakat-bebas-demensia-kelurahan-mersi-kecamatan-purwokerto-timur>
- Tiara, N., et al. (2024). Pengaruh Program Deli (Demensia Peduli) Terhadap Pengetahuan Dan Efikasi Diri Kader Kesehatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 15(1), 30–39. <https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/2154>
- Zhang, W., et al. (2019). Education, Activity Engagement, And Cognitive Function In US Chinese Older Adults. *Journal of The American Geriatrics Society*. <https://agsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jgs.16104>