

Peningkatan Kognitif Pada Lansia yang Mengalami Demensia Di Desa Dutuhe Barat Kecamatan Kabila

Nasrun Pakaya¹, Windha Abubakar¹, Rahmiyanti Tangahu¹, Nurlin¹, Zakia I. Dotutinggi^{1*}, Nur Sasya Aulia Kaluku¹

¹Departemen Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo

Email: zakiaadtgg@gmail.com

Riwayat Artikel :

Diterima: 18 Agustus 2026

Direvisi: 20 Agustus 2026

Diterima: 25 Agustus 2026

Kata kunci: Lansia, Demensia, Fungsi Kognitif, Stimulasi Kognitif, Pengabdian Masyarakat

Abstrak

Demensia merupakan gangguan fungsi kognitif yang sering terjadi pada lansia, ditandai dengan penurunan kemampuan mengingat, berpikir, berkomunikasi, dan melakukan aktivitas sehari-hari. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif melalui stimulasi kognitif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kemampuan kognitif lansia dengan demensia di Desa Dutuhe Barat melalui stimulasi kognitif. Metode kegiatan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan dilakukan melalui edukasi tentang demensia, latihan daya ingat, permainan kognitif, aktivitas mengenang pengalaman, serta latihan konsentrasi dan komunikasi. Evaluasi dilakukan dengan mengamati kemampuan mengingat, perhatian, komunikasi, dan keterlibatan lansia. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan partisipasi, kemampuan berinteraksi, dan stimulasi fungsi kognitif setelah kegiatan dilakukan secara bertahap. Stimulasi kognitif dapat menjadi upaya sederhana bagi keluarga dan masyarakat untuk membantu mempertahankan fungsi kognitif lansia dengan demensia serta meningkatkan kualitas hidup secara berkelanjutan.

Article History

Received: August 18, 2026

Revised: August 20, 2026

Accepted: August 25, 2026

Key Word: Eiderly, Dementia, Cognitive Function, Community Service

Abstract

Dementia is a common cognitive disorder among older adults, characterized by declines in memory, thinking, communication, and the ability to perform daily activities. This condition can negatively affect quality of life, highlighting the need for promotive and preventive interventions through cognitive stimulation. This community service activity aimed to improve cognitive function among older adults with dementia in Dutuhe Barat Village through cognitive stimulation activities. The implementation consisted of preparation, implementation, and evaluation stages. Activities included health education on dementia, memory exercises, cognitive games, reminiscence activities, and simple exercises involving concentration and communication. Evaluation was conducted by observing changes in memory, attention, communication, and participation. The results demonstrated increased participation, improved interaction, and enhanced cognitive stimulation following the gradual implementation of the activities. Cognitive stimulation can serve as a simple intervention for families and communities to help maintain cognitive function among older adults with dementia and improve their quality of life sustainably.



Pendahuluan

Lansia merupakan kelompok penduduk yang mengalami proses penuaan dan berbagai perubahan dalam fungsi fisik maupun psikologis, termasuk penurunan fungsi kognitif. Berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2025, proporsi penduduk lanjut usia berusia 60 tahun ke atas di Indonesia mencapai 11,97%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Indonesia telah memasuki fase ageing population, sehingga perhatian terhadap kesehatan dan kualitas hidup lansia menjadi semakin penting. Di Provinsi Gorontalo, proporsi penduduk lansia juga menunjukkan angka yang cukup tinggi, yaitu sebesar 11,50%, sedangkan di Kabupaten Bone Bolango mencapai 12,93%.

Salah satu masalah kesehatan yang dapat terjadi pada lansia adalah demensia. Demensia merupakan kondisi yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif yang dapat memengaruhi kemampuan mengingat, berpikir, berkomunikasi, mengenali lingkungan, serta melakukan aktivitas sehari-hari. Penurunan fungsi kognitif tersebut dapat berdampak terhadap kemandirian dan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif yang dapat dilakukan secara sederhana dan berkelanjutan di lingkungan masyarakat.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Desa Dutohe Barat, Kecamatan Kabila, ditemukan lansia yang mengalami keluhan berupa mudah lupa, penurunan daya ingat, serta berkurangnya kemampuan dalam melakukan aktivitas secara mandiri. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk memberikan perhatian terhadap pemeliharaan fungsi kognitif lansia di lingkungan masyarakat. Identifikasi awal dilakukan melalui observasi dan komunikasi dengan lansia mengenai keluhan yang berkaitan dengan kemampuan mengingat dan aktivitas sehari-hari. Hasil observasi tersebut menjadi dasar dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi dan stimulasi kognitif.

Stimulasi kognitif sederhana dipilih karena dapat dilakukan melalui aktivitas yang mudah dipahami dan tidak membutuhkan fasilitas yang kompleks. Kegiatan seperti latihan mengingat, komunikasi, permainan kognitif, diskusi, serta aktivitas mengenang pengalaman dapat melibatkan kemampuan perhatian, konsentrasi, daya ingat, dan interaksi sosial lansia. Selain itu, kegiatan sederhana dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga dan masyarakat sehingga diharapkan dapat

membantu mempertahankan kemampuan kognitif lansia.

Kegiatan pengabdian ini memiliki perbedaan dengan kegiatan sebelumnya yang telah dilakukan di Desa Dutohe Barat. Kegiatan sebelumnya lebih berfokus pada penyuluhan pola hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan seperti tekanan darah, kolesterol, serta antropometri. Sementara itu, kegiatan pengabdian ini secara khusus berfokus pada penyuluhan pola hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan seperti tekanan darah, kolesterol, serta antropometri. Sementara itu, kegiatan pengabdian ini secara khusus berfokus pada peningkatan pengetahuan mengenai demensia dan stimulasi fungsi kognitif melalui edukasi, diskusi, latihan daya ingat, permainan kognitif, serta aktivitas yang melibatkan konsentrasi dan komunikasi. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pendekatan promotif dan preventif yang lebih spesifik terhadap pemeliharaan fungsi kognitif lansia.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan stimulasi kognitif pada lansia yang mengalami demensia di Desa Dutohe Barat, Kecamatan Kabila. Melalui kegiatan edukasi dan stimulasi kognitif sederhana, diharapkan lansia dapat lebih memahami demensia, mengenali faktor risiko dan tanda-tandanya, serta terdorong untuk melakukan aktivitas yang dapat membantu mempertahankan fungsi kognitif dan meningkatkan kualitas hidup. peningkatan pengetahuan mengenai demensia dan stimulasi fungsi kognitif melalui edukasi, diskusi, latihan daya ingat, permainan kognitif, serta aktivitas yang melibatkan konsentrasi dan komunikasi. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pendekatan promotif dan preventif yang lebih spesifik terhadap pemeliharaan fungsi kognitif lansia.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan stimulasi kognitif pada lansia yang mengalami demensia di Desa Dutohe Barat, Kecamatan Kabila. Melalui kegiatan edukasi dan stimulasi kognitif sederhana, diharapkan lansia dapat lebih memahami demensia, mengenali faktor risiko dan tanda-tandanya, serta terdorong untuk melakukan aktivitas yang dapat membantu mempertahankan fungsi kognitif dan meningkatkan kualitas hidup.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Prolanis Puskesmas Kabila, Kabupaten Bone Bolango pada tanggal 18 Juni 2026 dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang lansia. Peserta kegiatan merupakan lansia yang mengikuti kegiatan Prolanis dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Kabila serta menyiapkan materi pendidikan kesehatan tentang demensia, kuesioner pretest dan posttest, serta kegiatan stimulasi kognitif.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pretest kepada 25 peserta. Pretest dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal lansia mengenai demensia sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Selanjutnya diberikan pendidikan kesehatan mengenai demensia yang meliputi pengertian, tanda dan gejala, faktor risiko, serta upaya pencegahan penurunan fungsi kognitif. Pendidikan kesehatan dilakukan melalui metode Focus Group Discussion (FGD), yaitu diskusi kelompok yang memberikan kesempatan kepada lansia untuk berinteraksi, menyampaikan pengalaman, serta mengajukan pertanyaan terkait materi yang diberikan.

Setelah pemberian pendidikan kesehatan, kegiatan dilanjutkan dengan stimulasi kognitif sederhana melalui latihan daya ingat, permainan kognitif, komunikasi, aktivitas mengenang pengalaman, serta latihan yang melibatkan konsentrasi dan perhatian. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan stimulasi terhadap fungsi kognitif sekaligus meningkatkan keterlibatan dan interaksi sosial lansia. Tahap evaluasi dilakukan dengan pemberian posttest setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Posttest bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan lansia setelah diberikan pendidikan kesehatan dan stimulasi kognitif. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan tentang demensia yang telah diuji validitas dan reliabilitas oleh peneliti sebelumnya (Nabila, 2023). Hasil pretest dan posttest kemudian dibandingkan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian.

Hasil

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	2	8
Perempuan	23	92
Pendidikan		
SD	11	44
SMP	7	28
SMA	7	28
Sarjana	0	0
Umur		
55-65	11	44
66-74	12	48
75-90	2	8
Status Pernikahan		
Menikah	21	84
Duda	0	0
Janda	4	16
Sudah Terpapar Informasi Terkait		
Kepikunan	25	100
Tidak	0	
Ya		

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden dengan jenis kelamin Perempuan sebesar 23 responden, berusia 66-74 tahun sebesar 12 responden, Pendidikan terakhir SD sebesar 11 responden, responden berstatus menikah yaitu sebanyak 21 responden, dan responden yang belum terpapar informasi terkait kepikunan sebanyak 25 (100%).

Tabel 2. Tingkat pengetahuan *pretest* & *posttest*

Tingkat Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	%	N	%
Baik	0	0	21	84
Cukup	9	36	4	16
Buruk	16	64	0	
Total	25	100	25	100

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Prolanis Puskesmas Kabila, Kabupaten Bone Bolango pada tanggal 18 Juni 2026 dan diikuti oleh 25 orang lansia. Kegiatan diawali dengan pemberian *pretest* untuk mengetahui tingkat

pengetahuan awal peserta mengenai demensia. Selanjutnya, peserta diberikan pendidikan kesehatan mengenai demensia melalui penyampaian materi dan diskusi kelompok menggunakan metode Focus Group Discussion (FGD). Materi yang diberikan meliputi pengertian demensia, tanda dan gejala, faktor risiko, serta upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah penurunan fungsi kognitif seperti pada gambar 1.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan stimulasi kognitif sederhana yang melibatkan latihan daya ingat, permainan kognitif, komunikasi, aktivitas mengenang pengalaman, serta latihan konsentrasi dan perhatian. Selama kegiatan berlangsung, lansia terlihat mengikuti kegiatan dan berpartisipasi dalam diskusi serta aktivitas yang diberikan. Kegiatan kemudian diakhiri dengan pemberian posttest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan setelah peserta memperoleh pendidikan kesehatan.

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan menunjukkan adanya perubahan antara hasil pretest dan posttest. Pada pretest, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan buruk, yaitu sebanyak 16 orang (64%), sedangkan 9 orang (36%) berada pada kategori cukup dan tidak terdapat peserta dengan kategori baik. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dan kegiatan stimulasi kognitif, hasil posttest menunjukkan bahwa 21 orang (84%) berada pada kategori baik dan 4 orang (16%) berada pada kategori cukup, sedangkan tidak terdapat lagi peserta dalam kategori buruk.

Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian. Peningkatan terlihat dari bertambahnya jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik dari 0 orang (0%) pada pretest menjadi 21 orang (84%) pada posttest. Sementara itu, peserta dengan kategori pengetahuan buruk mengalami penurunan dari 16 orang (64%) menjadi 0 orang (0%). Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan pendidikan kesehatan yang diberikan dapat membantu meningkatkan pemahaman lansia mengenai demensia dan upaya mempertahankan fungsi kognitif. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan lansia mengenai demensia setelah diberikan pendidikan kesehatan dan stimulasi kognitif. Pada hasil pretest, sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori buruk, yaitu sebanyak 16 orang (64%), sedangkan 9 orang (36%) berada dalam kategori cukup dan tidak terdapat peserta dengan kategori baik. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dan kegiatan stimulasi kognitif, hasil posttest

menunjukkan adanya peningkatan, yaitu sebanyak 21 orang (84%) berada dalam kategori baik dan 4 orang (16%) berada dalam kategori cukup. Tidak terdapat lagi peserta dengan tingkat pengetahuan dalam kategori buruk.



Gambar 1. Tim Pengabdian memberikan Penyuluhan

Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dapat membantu lansia memperoleh informasi dan pemahaman baru mengenai demensia. Materi yang diberikan meliputi pengertian demensia, tanda dan gejala, faktor risiko, serta upaya mempertahankan fungsi kognitif. Penyampaian materi secara langsung melalui diskusi kelompok memberikan kesempatan kepada lansia untuk menerima informasi sekaligus menyampaikan pertanyaan dan pengalaman yang berkaitan dengan kondisi yang mereka alami.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2018) bahwa pengetahuan dapat meningkat setelah seseorang memperoleh informasi melalui proses pendidikan kesehatan. Informasi yang diberikan secara langsung dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dapat membantu peserta memahami materi yang disampaikan. Dalam kegiatan ini, proses edukasi dilakukan melalui diskusi kelompok

sehingga peserta tidak hanya menerima informasi secara satu arah, tetapi juga dapat berinteraksi selama kegiatan berlangsung.

Selain pendidikan kesehatan, kegiatan juga disertai dengan stimulasi kognitif sederhana berupa latihan daya ingat, permainan kognitif, komunikasi, aktivitas mengenang pengalaman, serta latihan yang melibatkan konsentrasi dan perhatian. Aktivitas tersebut memberikan kesempatan kepada lansia untuk menggunakan kemampuan mengingat, berkonsentrasi, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan peserta lainnya. Kegiatan yang dilakukan secara berkelompok juga dapat meningkatkan keterlibatan sosial lansia selama proses pengabdian seperti pada gambar 2.

Diskusi

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Juniarti et al. (2021) yang menunjukkan bahwa kegiatan berupa latihan dan pembelajaran dapat memberikan manfaat terhadap fungsi kognitif dan aktivitas lansia dengan demensia. Selain itu, Yuniar et al. (2021) juga menjelaskan pentingnya aktivitas yang dapat memberikan stimulasi terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan demensia. Dengan demikian, kombinasi edukasi dan stimulasi kognitif sederhana dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat diterapkan dalam kegiatan promotif dan preventif di lingkungan komunitas.

Kegiatan pengabdian ini penting dilakukan karena demensia tidak hanya berdampak pada kemampuan mengingat, tetapi juga dapat memengaruhi kemandirian dan interaksi sosial lansia. Peningkatan pengetahuan mengenai demensia dapat membantu lansia dan keluarga mengenali kondisi tersebut lebih awal serta memahami pentingnya melakukan aktivitas yang dapat mendukung pemeliharaan fungsi kognitif. Kegiatan yang sederhana juga memungkinkan keluarga dan masyarakat untuk melanjutkan aktivitas stimulasi kognitif dalam kehidupan sehari-hari.

Selama pelaksanaan kegiatan, keterlibatan lansia dalam edukasi, diskusi, dan aktivitas stimulasi kognitif menjadi bagian penting dalam keberhasilan kegiatan. Lansia diberikan kesempatan untuk berinteraksi, menjawab pertanyaan, serta mengikuti latihan yang diberikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan dengan pendekatan sederhana dan interaktif dapat membantu menciptakan suasana pengabdian yang lebih mudah diterima oleh peserta.



Gambar 2. Peserta dan tim Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan hanya 25 orang dan pelaksanaan dilakukan dalam satu kali kegiatan sehingga perubahan yang diperoleh belum dapat menggambarkan dampak jangka panjang terhadap fungsi kognitif lansia. Selain itu, hasil evaluasi yang digunakan dalam kegiatan ini lebih menekankan pada perubahan tingkat pengetahuan melalui pretest dan posttest, sehingga belum dapat menggambarkan perubahan fungsi kognitif secara klinis. Oleh karena itu, kegiatan selanjutnya dapat dilakukan secara berkala dengan jumlah peserta yang lebih besar serta menggunakan instrumen penilaian fungsi kognitif yang sesuai

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan stimulasi kognitif pada lansia di Prolanis Puskesmas Kabila, Kabupaten Bone Bolango menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan lansia mengenai demensia. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan buruk sebanyak 16 orang (64%), sedangkan setelah diberikan edukasi dan stimulasi

kognitif, hasil posttest menunjukkan peningkatan kategori baik menjadi 21 orang (84%) dan tidak terdapat lagi peserta dengan kategori pengetahuan buruk.

Selama kegiatan berlangsung, lansia menunjukkan respons yang baik melalui keterlibatan dalam penyampaian materi, diskusi, latihan daya ingat, permainan kognitif, komunikasi, dan aktivitas yang melibatkan konsentrasi. Kegiatan dengan pendekatan sederhana dan interaktif dapat membantu meningkatkan pemahaman lansia mengenai demensia serta memberikan pengalaman dalam melakukan aktivitas yang dapat menstimulasi kemampuan kognitif. Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang dapat diterapkan secara berkelanjutan oleh lansia, keluarga, dan masyarakat untuk membantu mempertahankan kemampuan kognitif dan meningkatkan kualitas hidup lansia

Daftar Referensi

- Ariestya, T. P., Lestari, A., & Irianto, G. (2022). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Yayasan Srikandi Bandar Surabaya Lampung Tengah tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(2), 155–164. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i2.1024>
- Juniarti, N., Mz, I. A., Sari, C. W. M., & Haroen, H. (2021). The Effect Of Exercise And Learning Therapy On Cognitive Functions And Physical Activity Of Older People With Dementia In Indonesia. *Journal of Aging Research*, 2021, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2021/6647029>
- Pratiwi, A., & Wulandari, R. (2021). Gambaran fungsi kognitif pada lansia dan faktor yang berhubungan dengan demensia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(2), 120–128.
- Rahmawati, N., & Putri, M. E. (2023). Pencegahan penurunan fungsi kognitif pada lansia melalui aktivitas fisik dan stimulasi otak. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 5(1), 33–41.
- Sari, D. P., & Yuliana, E. (2022). Faktor risiko kejadian demensia pada lanjut usia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45–53.
- World Health Organization. (2023). Dementia.
- Yuniar, R. D. M., Achwan, & Kurniawati, N. (2021). Pengaruh Aerobic Exercise Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia: Studi literatur. *Journal of Health Education and Literacy*, 4(1). <https://doi.org/10.31605/j-healt.v4i1.1128>.