

## **PKM POSYANDU LANSIA PEDULI DEMENSIA DI KELURAHAN KADIPIRO SURAKARTA**

**Ida Untari<sup>1)</sup> dan Retno Dewi Noviyanti<sup>2)</sup>**

Prodi DIII Keperawatan<sup>1)</sup> dan Prodi S1 Gizi<sup>2)</sup>  
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta

idauntari@itspku.ac.id<sup>1)</sup> dan retno.arvi2211@yahoo.com<sup>2)</sup>

### **Abstrak**

*Jumlah penduduk lansia secara nasional dan internasional setiap tahun cenderung meningkat dengan umur harapan hidup mencapai 72 tahun pada tahun 2018. Perubahan yang terjadi pada lansia dengan bertambah umur adalah penurunan fungsi kognitif atau daya ingat menjadi urutan kedua dari permasalahan kesehatan lansia. Posyandu (pos pelayanan terpadu) lansia merupakan kegiatan yang dilaksanakan dari masyarakat, oleh masyarakat dan untuk masyarakat sebagai wujud peran serta masyarakat dalam kemandirian melaksanakan kegiatan dalam bidang kesehatan yang ditujukan kepada lanjut usia. Pada pelaksanaan selama ini, buku Kartu Menuju Sehat (KMS) yang terdapat didalamnya skrining untuk fungsi kognitif tidak pernah digunakan kader untuk deteksi lansia terutama pada saat kegiatan posyandu. Salah satu faktor yang penyebabnya adalah ketidaktahuan dari kader akan hal tersebut dan petugas kesehatan kurang aktif dalam menyampaikan informasi kepada kader. Tujuan dari pengabdian ini adalah 1) Pendidikan dan pelatihan sebagai bentuk transformasi ilmu, pencegahan dan teknik perawatan untuk lansia dengan demensia di masyarakat berupa senam cegah pikun “Up Brain’s Game” sekaligus praktek pemilihan bahan makanan dan pengolahan sebagai nutrisi penting untuk kesehatan memori pada lansia, 3) Pendampingan pelaksanaan deteksi dini lansia yang mengalami demensia dan penyediaan menu di setiap pelaksanaan posyandu. Sasaran pengabdian ditujukan kepada keluarga yang mempunyai lansia di rumah dan kader kesehatan di posyandu Amarta dan Sari Waluyo Kelurahan Kadipiro. Media yang digunakan berupa buku pegangan kader peduli demensia dan buku menu makanan cegah demensia untuk lansia. Evaluasi keberhasilan berupa kader peduli dan mampu mendeteksi dini lansia dengan demensia, mahir mengajarkan senam cegah pikun dan penyediaan menu cegah demensia pada lansia.*

**Kata kunci :** Pendidikan dan Pelatihan, Kader, Peduli, Demensia, Lansia

### **A. PENDAHULUAN**

Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta mempunyai luas wilayah 508,8 ha, terbagi 33 RW dan 216 RT. Wilayah ini sebagian besar daerah perkotaan. Heterogenitas pendudukan cukup tinggi, baik dari segi pendidikan, ekonomi, sosial dan budaya. Dengan situasi dan kondisi yang demikian itu, maka menempatkan Kelurahan Kadipiro Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta merupakan daerah jasa dan perdagangan serta membudayakan peran dan fungsi hukum, pelaksanaan hak asasi manusia dan demokrasi bagi seluruh elemen masyarakat, utamanya para penyelenggara pemerintahan. Batas – batas wilayahnya: Utara berbatasan dengan Kabupaten Karanganyar, Selatan dengan Kelurahan Nusukan, Timur berbatasan dengan Kelurahan Jebres, dan Barat dengan Kelurahan Banyuanyar dan Kabupaten Boyolali. Kelurahan Kadipiro mempunyai 33 posyandu lansia yang berarti semua RW mempunyai posyandu lansia (Profil kelurahan Kadipiro, 2015). Dua dari 33 posyandu lansia di kelurahan Kadipiro adalah posyandu lansia Amarta dan posyandu lansia Sari Waluyo. Kepengurusan posyandu Amarta disahkan melalui surat keputusan Kepala Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta nomor 411.4/05/I/2014 tertanggal 30 Januari 2014 sedangkan posyandu Sari Waluyo disahkan melalui surat keputusan Kepala Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta dengan nomor 411.4/10/II/2014 tertanggal 19 Februari 2014.

STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta yang bertransformasi menjadi Institut Teknologi Sains dan Kesehatan (ITS) PKU Muhammadiyah Suakarta sejak tanggal 1 April

2019 mempunyai 7 program studi yaitu DIII Keperawatan, DIII Kebidanan dan S1 Ilmu Gizi, DIV Keperawatan Anestesiologi, DIV Teknik Elektromedis, S1 Profesi Ners dan S1 Informatika. Program Studi S1 Gizi merupakan salah satu program studi yang berhubungan erat dengan masalah gizi baik tingkat individu maupun komunitas sehingga layak sekali untuk ikut dilibatkan dalam mengatasi permasalahan yang ada dalam pelaksanaan Posyandu Lansia. Program studi DIII Keperawatan merupakan program studi yang berhubungan dengan perawatan kesehatan baik tingkat individu, kelompok-kelompok, keluarga dan masyarakat atau komunitas.

Posyandu lansia Amarta didirikan sejak tahun 2007, Jumlah anggota dalam setiap kegiatan kurang lebih 60 dari 135 lansia tercatat aktif hadir diposyandu. Kegiatan dilaksanakan setiap bulan sekali pada Minggu ke-2 dengan kegiatan berupa : pendaftaran, penimbangan dan pemeriksaan tekanan darah, pemberian multivitamin dan makanan tambahan. Dalam kegiatannya masih jarang melakukan kegiatan pengembangan seperti penyuluhan kesehatan mandiri oleh kader ataupun senam lansia. Pemberian makanan tambahan yang diberikan di posyandu sudah terjadwal namun belum terfokus pada kasus lansia dengan masalah kesehatan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan kader untuk mengelola variasi menu sehat bagi lansia. Adapun jumlah kader yang aktif sebanyak 15 orang (Laporan posyandu lansia Amarta, 2017). Begitu pula posyandu lansia Sari Waluyo, keadaan posyandu lansia Sari Waluyo hampir sama seperti posyandu lansia Amarta. Jumlah lansia hampir sama kurang lebih 50-60 dari 150 lansia tercatat aktif. Jarak kedua lokasi dengan Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta kurang lebih 1 km dari masing-masing posyandu dan kedua posyandu lansia Amarta dengan Sari Waluyo mempunyai jarak kurang lebih 1,5 km. Kedua posyandu melaksanakan secara rutin setiap bulan namun tidak pernah melakukan deteksi dini penurunan fungsi kognitif atau daya ingat pada semua anggota lansianya. Pihak petugas kesehatan dari Puskesmas juga belum pernah memberikan informasi bagaimana mendeteksi dini lansia yang mengalami penurunan daya ingat atau istilah lain pikun atau demensia (medis). Tujuan dari pengabdian ini adalah 1) Pendidikan dan pelatihan sebagai bentuk transformasi ilmu, pencegahan dan teknik perawatan untuk lansia dengan demensia di masyarakat berupa senam cegah pikun “Up Brain’s Game” sekaligus praktek pemilihan bahan makanan dan pengolahan sebagai nutrisi penting untuk kesehatan memori pada lansia, 3) Pendampingan pelaksanaan deteksi dini lansia yang mengalami demensia dan penyediaan menu di setiap pelaksanaan posyandu wilayahnya.

## **B. SUMBER INSPIRASI**

Pada pengabdian dalam kegiatan posyandu lansia yang dilakukan pada kedua tempat mitra, dilaporkan kasus lansia dengan penurunan daya ingat (demensia) atau pikun sebanyak 7 orang di Sari Waluyo dan 10 lansia di Amarta yang ditandai dari keluhan lansia kurang dapat memahami penyuluhan saat posyandu dan bergantinya kehadiran lansia pada setiap kegiatan dengan alasan lupa terutama pada lansia yang tinggal sendiri tanpa keluarga. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat jumlah penduduk yang memiliki salah satu kriteria demensia, yaitu mengalami kesulitan mengingat dan konsentrasi ada 4,07 juta orang di atas 60 tahun di Indonesia dengan jumlah terbanyak pada orang di atas 75 tahun. Pada data International, diperkirakan Indonesia memiliki jumlah penderita demensia sebesar 1,2 juta jiwa dan masuk dalam sepuluh negara dengan demensia tertinggi di dunia dan di Asia Tenggara pada 2015 (Alzheimer’s Disease International (ADI), 2014 dan BPS, 2016).

Berdasarkan data ini, membuat inspirasi tim pengabdian untuk berperan serta aktif sebagai bentuk dari Tri Dharma Perguruan tinggi dengan mengaplikasikan hasil riset dengan judul senam cegah pikun “Up Brain’s Game” untuk meningkatkan daya ingat pada lansia. Hasil riset dikemas tidak hanya melaksanakan senam namun penambahan kegiatan berupa pendidikan dan pelatihan untuk menumbuhkan kepedulian kader ataupun keluarga yang mempunyai lansia dirumah pada lansia dengan demensia atau belum mengalami demensia sekaligus mengajarkan atau praktik pemilihan bahan makanan yang sehat untuk kesehatan memori lansia. Pendidikan dan pelatihan ini dikemas dengan menggunakan metode yang lebih interaktif, menggunakan

media buku pegangan kader peduli demensia dan buku menu makanan cegah demensia untuk lansia ber-ISBN yang dibagikan kepada kader. Selain kegiatan tersebut diatas, pengabdian dilanjutkan dengan pendampingan kader dan keluarga pada saat menyelenggarakan posyandu.

Untuk menjamin keberhasilan transformasi teknologi sehingga memotivasi dan mewujudkan kader peduli lansia dengan demensia, diperlukan kepakaran untuk mengatasi permasalahan ini meliputi: kesehatan lansia pada populasi oleh tenaga ahli kesehatan masyarakat maupun keperawatan dan pemilihan bahan makanan dan pengolahan makanan menu sehat untuk memori lansia dibutuhkan nutrisisionis atau ahli gizi. Kegiatan ini menghadirkan Kepala Puskesmas Gambirsari, Kepala Kelurahan Kadipiro, PKK pokja IV Kelurahan Kadipiro, Bapak RW pada masing-masing posyandu untuk memberikan penguatan dan penjaminan pelaksanaan program sehat di wilayahnya.

### **C. METODE**

Pengabdian ini dilaksanakan dengan kegiatan berupa pendidikan dan pelatihan dengan sasaran atau mitra pada keluarga yang mempunyai lansia di rumah dan kader aktif di posyandu lansia dengan beberapa materi meliputi: 1) mengenal tentang demensia atau penurunan daya ingat pada lansia sehingga menumbuhkan kepedulian untuk mencegah dan merawat lansia dengan demensia diwilayahnya masing-masing, 2) melakukan pemeriksaan sederhana untuk deteksi dini demensia pada lansia, 3) mengajarkan senam cegah pikun “up brain’s game” untuk bisa diajarkan pada lansia pada keluarganya dan dilaksanakan pada setiap pelaksanaan posyandu lansia, 4) mengenal, memilih dan mengolah bahan makanan untuk mencegah dan merawat lansia dengan demensia. pelayanan kesehatan lansia di puskesmas. Secara keseluruhan, pelatihan yang dilaksanakan menggunakan metode SCL (student center learning), proses pembelajaran berpusat pada peserta (Attard,2010).

Tempat yang digunakan untuk pelatihan berada di aula Masjid Al-Ikhlas Tegalsari Kadipiro yang sudah biasa digunakan untuk pelatihan dengan fasilitas sound system, LCD, mimbar, meja dan kursi, kipas angin dan tempat untuk masak-memasak berada disalah satu posyandu Sari Waluyo RW 32. Media untuk pelatihan adalah buku Kartu Menuju Sehat (KMS), buku pegangan kader peduli demensia dan buku menu makanan cegah demensia yang telah ber-ISBN yang diberikan kepada peserta, bahan makanan pilihan yang digunakan sebagai praktek memasak.

Evaluasi pelaksanaan pendidikan dan pelatihan maupun materi menggunakan kuesioner evaluasi kegiatanpelatihan, kuesioner pre dan posttest materi, analisa menggunakan univariat meliputi mean, modus sertadistribusi frekuensi pada skor pengetahuan, kepuasan dalam pelaksanaan pelatihan, pendampingan pelaksanaan pemeriksaan lansia untuk deteksi dini demensia, senam cegah pikun “UpBrain’sGame” dan penyediaan makanan cegah pikun dari menu yang diajarkan pada pelaksanaan posyandu lansia masing-masing wilayah (Depkes, 2006).

### **D. KARYA UTAMA**

Pelatihan Kader peduli demensia pada lansia dilaksanakan di Aula masjid Al-Ikhlas Tegalsari Kelurahan Kadipiro selama sehari penuh pada hari Rabu tanggal 1 Mei 2019 sejak jam 08.00 sampai dengan jam 16.00 WIB. Pelatihan diikuti sebesar 30 peserta terdiri dari kader aktif dan keluarga yang mempunyai lansia dirumah sebesar posyandu Amarta 16 orang dan posyandu Sari Waluyo 18. Pembukaan kegiatan dihadiri oleh Kepala Kelurahan Kadipiro, Kepala Puskesmas Gambirsari, Wakil Ketua III STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta, Bapak RW 27 dan RW 32 Kadipiro. Berikut ini dokumentasi acara pembukaan pelatihan:



**Gambar 1. Registrasi dan Pembukaan Oleh Aparatur Pemerintahan Kelurahan Kadapiro.**

Setelah acara pembukaan, peserta diukur tingkat pengetahuan awal terkait lansia dan demensia melalui kuesioner *pretest* dengan 10 pertanyaan pilihan ganda, dilanjutkan dengan kontrak pembelajaran, harapan dan kekhawatiran. Materi pertama disampaikan oleh drMargaretha Adhiningrum mengenal lansia. Banyak peserta yang berinteraksi dengan berdiskusi bersama narasumber ataupun peserta lainnya. Berikut dokumentasi narasumber saat memberikan materi:



**Gambar 2. Narasumber Dari Puskesmas Gambirsari Menyampaikan Materi.**

Materi kedua disampaikan oleh Ketua tim pengabdian yaitu Ibu Ida Untari, SKM, M.Kes dengan materi, “Peduli Demensia Lansia Di Kelurahan Kadapiro”. Pada materi kedua, narasumber mengenalkan buku KMS (kartu menuju sehat) yang di dalamnya terdapat skrining lansia untuk deteksi dini penurunan fungsi kognitif berupa MMSE (*Mini Mental Status Examinaton*), SPMSQ (*Short Portable Mental Status Quesioner*), *Drawing Clock* dan lainnya. Selain mengenalkan, dilakukan praktik menggunakan instrumen tersebut sesama peserta dan cara menginterpretasikannya dalam kelompok penurunan fungsi kognitif pada lansia. Senam cegah pikun “Up Brain’s Game” dikenalkan oleh ketua pengabdian dan bersama fasilitator mahasiswa dan alumni membantu peserta untuk praktik mandiri dan menghafalkannya dengan harapan mampu mengajarkan pada anggota lansia yang ada di wilayahnya masing-masing. Berikut dokumentasi penyampaian materi kedua oleh ketua pengabdian:



**Gambar 3. Aksi Narasumber kedua dalam pelatihan.**

Materi ketiga berupa pemilihan bahan makanan sehat untuk pencegahan dan pemulihan lansia dengan demensia oleh anggota pengabdian Ibu Retno Dewi Noviyanti, S.Gz, M.Si sekaligus masing-masing perwakilan posyandu lansia diminta untuk praktek dengan peralatan dan bahan yang sudah disiapkan tim pengabdian. Berikut dokumentasi penyampaian materi ketiga:

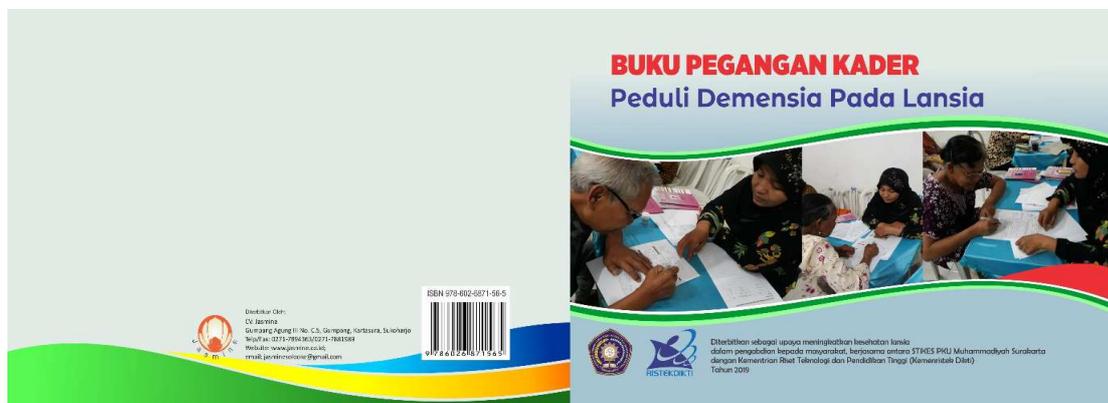


Gambar 4. Aksi Narasumber ketiga dalam pelatihan

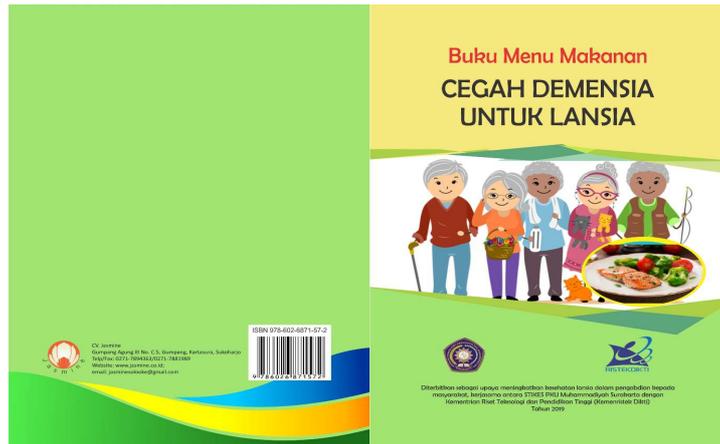


Gambar 5. Aksi Kedua Posyandu Dalam Praktik Mengolah Bahan Makanan

Secara keseluruhan, pelatihan dilaksanakan menggunakan metode SCL (*student center learning*), di mana proses pembelajaran berpusat pada peserta. Peserta dianggap mempunyai pengalaman walaupun sedikit untuk mengenal lansia dengan demensia. Media yang digunakan selama laptop, LCD, akomodasi untuk semua peserta dan tim pengabdian berupa duakali snack pagi dan sore, satu kali makan, dan berupa buku pegangan kader peduli lansia ber-ISBN dengan nomor 978-602-56-5 dan buku menu makanan cegah *demensia* untuk lansia ber-ISBN dengan nomor 978-6871 -77-2 dan dana transport kegiatan satu hari. Berikut dokumentasi sebagai media yang digunakan dalam bentuk buku:



Gambar 6. Buku Pegangan Kader Peduli Demensia



**Gambar 7. Buku Menu Makanan Cegah Demensia Pada Lansia**

Pada akhir kegiatan pelatihan, dilakukan aksi ramah-tamah bersama peserta dan tim pengabdian dalam rangka menindak lanjuti pelatihan dan pendampingan kegiatan. Berikut dokumentasinya:



**Gambar 8. Ramah Tamah Tim Pengabdian dan Peserta**

Hasil pelatihan diukur dari nilai pengetahuan sebelum dan sesudah. Nilai pengetahuan sebelum didapatkan mempunyai rata-rata 56,06 dari nilai maksimal 100 dan nilai rata-rata sesudah pelatihan sebesar 64,85. Terdapat perubahan berupa perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah diperoleh nilai 0,000 pada CI95%. Perubahan berupa peningkatan nilai pengetahuan.

## **E. ULASAN KARYA**

Pengabdian ini dilaksanakan dengan kegiatan berupa transformasi ilmu dan teknologi dalam proses pendidikan dan pelatihan (DIKLAT) bagi kader terkait aplikasi perawatan pada lansia dengan penurunan daya ingat atau demensia untuk menumbuhkan kepedulian, mengajarkan perawatan salah satunya senam cegah pikun “up brain game” untuk mencegah keparahan lansia yang mengalami demensia ringan ataupun yang lebih berat (Untari, 2014), mengaplikasikan praktik pemilihan bahan dan pengolahan makanan sehat untuk kesehatan otak dalam rangka meningkatkan daya ingat otak pada lansia. Senam up brain’s game yang akan diajarkan dalam DIKLAT bagi kader telah terbukti secara empirik dilaksanakan pada tahun 2014 oleh ketua pengabdian dan pengakuan hak cipta dengan nomor HKI. 2-01-000007223. Senam yang diberlakukan di Panti Werda Darma Bakti Surakarta dilakukan dua kali seminggu selama satu bulan dengan pemberian makanan penambah gizi secara ilmiah terbukti mampu menurunkan kondisi lansia yang mengalami pikun berat menjadi pikun sedang dan lansia dengan pikun sedang menjadi pikun ringan. Gerakan-gerakan pada senam yang diajarkan merupakan gerakan yang saling berlawanan arah sehingga memaksa otak untuk berlatih melakukan gerakan berbeda dan dalam waktu bersamaan. Setelah selesai kegiatan senam, lansia diberikan makanan penambah gizi yang bertujuan untuk meningkatkan daya ingat pada lansia (Untari, 2014). Selain itu, dalam upaya meningkatkan kesehatan otak lansia, lansia perlu memperhatikan pola makan. Pola makan yang sehat dapat memberikan efek yang baik bagi otak

yaitu makanan yang mengandung protein, vitamin A, B6, B12, C, D, E, K. Bahan makan tersebut seperti telur, gandum, buah-buahan, sayuran seperti brokoli yang tinggi vitamin K, minyak ikan, biji-bijian dan kacang-kacangan. Sebuah studi yang diterbitkan pada *American Journal of Epidemiology* menunjukkan asupan vitamin E yang baik dapat membantu mencegah penurunan kognitif, terutama pada orang tua. Hasil penelitian Pratiwi, dkk (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan, tingkat kecukupan vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B6, vitamin C, riwayat penyakit diabetes mellitus, dan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia.

Pelatihan merupakan proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan dengan waktu yang relatif singkat dan metode yang lebih mengutamakan praktik daripada teori. Definisi lain dari pelatihan oleh Pramudyo (2007) sebagai proses pembelajaran yang dirancang untuk mengubah kinerja orang dalam melakukan pekerjaannya. Beberapa pengertian tersebut, menggambarkan bahwa pelatihan merupakan proses membantu peserta pelatihan untuk memperoleh keterampilan agar dapat mencapai efektivitas dalam melaksanakan tugas tertentu melalui pengembangan proses berpikir, sikap, pengetahuan, kecakapan dan kemampuan. Pelatihan (*training*) dalam hal ini dimaksudkan juga agar kader mampu memperbaiki penguasaan berbagai ketrampilan dan teknik pelaksanaan kerja tertentu, terinci dan rutin dan kader baru dapat memberikan pengetahuan dasar dalam menyelenggarakan posyandu lansia. Mangkunegara (2006) menyebutkan tujuan dalam pelatihan adalah: 1) meningkatkan penghayatan jiwa dan ideologi, 2) meningkatkan produktivitas kerja, 3) meningkatkan kualitas kerja, 4) meningkatkan perencanaan sumber daya manusia, 5) meningkatkan sikap moral dan semangat kerja, 6) meningkatkan rangsangan mampu berprestasi secara maksimal, 7) meningkatkan kesehatan dan keselamatan, 8) menghindari ketidakseragaman, 9) meningkatkan perkembangan pribadi. Menurut Sastradipoera (2006) langkah-langkah yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan pelatihan adalah: 1). Menganalisis kebutuhan, perencana pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia harus menghimpun informasi untuk dianalisis sehingga kebutuhan pendidikan tersebut dapat ditetapkan dengan definitif. Metode penentuan kebutuhan tersebut dapat dilakukan melalui: a. analisis jabatan, menggambarkan tugas-tugas yang dilaksanakan, b. analisis prestasi, dengan membandingkan pengalaman yang sudah berpengalaman, 2). Menetapkan tujuan pelatihan. Perumusan tujuan yang tepat diperlukan untuk pengawasan program pelatihan dan pengembangan, khususnya pengevaluasian, 3). Mempersiapkan rencana pelatihan. Kegiatan mempersiapkan rencana pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia merupakan kegiatan untuk menyesuaikan program pendidikan dengan tujuan yang sekaligus dapat melukiskan biaya dan manfaat dari program pelatihan dan pengembangan tersebut. 4). Melaksanakan rencana pendidikan, 5). Mengawasi proses pelatihan. Kegiatan pengawasan proses pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia berturut-turut dilakukan dengan mengembangkan standar, mengukur status pelaksanaan, mengevaluasi hasil-hasil, dan mengoreksi hasil-hasil pelatihan dan pengembangan jika terjadi penyimpangan yang signifikan. Pendekatan dalam pelatihan dapat diselenggarakan dalam lima macam, yaitu: 1). Pelatihan keahlian, yaitu pelatihan keahlian (*skills training*) merupakan pelatihan yang sering di jumpai dalam organisasi. program pelatihannya relatif sederhana: kebutuhan atau kekurangan diidentifikasi melalui penilaian yang jeli. kriteria penilaian efektivitas pelatihan juga berdasarkan pada sasaran yang diidentifikasi dalam tahap penilaian, 2). Pelatihan ulang, yaitu pelatihan ulang (*retraining*) adalah subset pelatihan keahlian. Pelatihan ulang berupaya memberikan peserta sesuai dengan keahlian yang mereka butuhkan untuk menghadapi tuntutan kerja yang berubah-ubah, 3). Pelatihan lintas fungsional, yaitu pelatihan lintas fungsional (*cross functional training*) melibatkan pelatihan kader untuk melakukan aktivitas kerja dalam bidang lainnya selain dan pekerjaan yang ditugaskan, 4). Pelatihan tim, pelatihan tim merupakan bekerja sama terdiri dari sekelompok individu untuk menyelesaikan pekerjaan demi tujuan bersama dalam sebuah tim kerja, 5). Pelatihan kreativitas (*creativity training*), pelatihan ini berlandaskan pada asumsi bahwa kreativitas dapat dipelajari. Dalam makna ini, kader diberikan peluang untuk mengeluarkan gagasan sebebaskan mungkin yang berdasar pada penilaian rasional dan biaya maupun kelaikan (Simamora, 2006).

Pada proses pelatihan, materi pendidikan dan pelatihan maupun praktik diwujudkan dalam bentuk buku pegangan kader, buku menu makanan ber-ISBN dan yang akan diajukan dalam HKI. Selain itu dilanjutkan dengan pendampingan selama tiga bulan dalam penyelenggaraan variasi kegiatan posyandu meningkatkan kesehatan fungsi kognitif para peserta posyandu yaitu lansia dari kedua mitra serta publikasi hasil program PKM dalam jurnal pengabdian masyarakat, prosiding maupun media massa dan online.

## **F. KESIMPULAN**

Akhir dari pengabdian ini dapat diperoleh manfaat di masyarakat yaitu: 1) Pendidikan dan pelatihan kader mampu meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan motivasi untuk peduli pada lansia yang mengalami demensia. 2) Tersedianya buku pegangan kader peduli demensia dan buku menu makanan untuk cegah demensia mampu meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri bagi kader untuk memberikan pencegahan dan merawat lansia pada masing-masing keluarga dan akan dilaksanakan di posyandu lansia di wilayahnya masing-masing, 3) Pendampingan oleh tim pengabdian pada pemeriksaan lansia untuk deteksi dini demensia, mengajarkan senam cegah pikun “UpBrain’sGame” diperlukan bagi kader maupun keluarga dimasing-masing wilayahnya.

## **G. DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Depkes RI. 2006. Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu. Jakarta.
- [2] Effendy, N. 2009. Dasar-dasar Keperawatan Komunitas. Jakarta: EGC
- [3] Kelurahan Kadipiro. 2016. Profil Kelurahan Kadipiro.
- [4] Laporan Al-zheimer Dimensia Indonesia (ADI), 2013
- [5] Laporan posyandu lansia Amarta, 2016
- [6] Laporan posyandu lansia Ngudi Waluyo, 2016
- [7] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Depkes RI. 2010. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Litbangkes
- [8] Untari, I. 2014. Development Gymnastics Prevent Senile Up Brain's Game To Improve Health Elderly, The 1 International conference on fundamentals and implementation of education (ICFIE) 11 – 12 Oktober 2014 di Universitas Negeri Yogyakarta. Proceeding. 288, hal 122 – 126. <http://pps.uny.ac.id/proceeding> the ISSN 2406-9132.,
- [9] Untari, I. 2014. Kajian Tingkat Dimensia Pada Lansia di Panti Wredha Darma Bakti Surakarta. Jurnal Profesi. ISSN 1907-512 X. Vol. 12, No. 1, hal : 21 – 25. STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta, September 2014 [www.ejournalstikespku.ac.id](http://www.ejournalstikespku.ac.id)
- [10] Linden, E., Wibowo, Y.I., Setiawan, E. 2008. Serba Serbi Gangguan Kesehatan Pada Lanjut Usia. Universitas Surabaya : PIOLK press.
- [11] Mujahidullah. 2012. Keperawatan Geriatrik. Merawat Lanjut Usia dengan Cinta dan Kasih Sayang. Yogyakarta: Pusaka Belajar
- [12] Munandar. 2015. Manajemen Pelayanan Posyandu Di Wilayah Rnkerja Puskesmas Montasikr kabupaten Aceh Besar. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Banda Aceh. Uniersity, Office of Research and Publication.
- [13] Pramudyo, C.D. 2007. Cara Pinter Jadi Trainer. Jakarta: Buku kita
- [14] Pratiwi, Chairunnisa Utami; Sri Anna Marliyati dan Melly Latifah. 2013. Pola Konsumsi Pangan, Aktivitas Fisik, Riwayat Penyakit, Riwayat Demensia Keluarga, dan Kejadian Demensia Pada Lansia Di Panti Werdha Tresna Bogor. Jurnal Gizi dan Pangan. ISSN 1978 - 1059 , Juli 2013, 8(2): 129—136 Institut Pertanian Bogor, Bogor
- [15] Sumiati. Suriah. Ramdan, I.M. 2012. Pemanfaatan Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda Tahun 2012. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/71bfc0935f0775fedf3ae8765cdb2693.pdf> Diakses tanggal 8 Juni 2016.