

PENDAMPINGAN PENGGUNAAN MEDIA INTERAKTIF PADA POSYANDU LANSIA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DEMENSIA DI KELURAHAN SRENGSENG SAWAH

Yuyun Khairunisa^{1*}, Antinah Latif², Bayu Dwi Nurwicaksono³

¹Program Studi Teknologi Permainan Jurusan Desain Politeknik Negeri Media Kreatif

¹Program Studi Teknologi Grafika Jurusan Teknologi Industri, Politeknik Negeri Media Kreatif

³Program Studi Sarjana Terapan Desain Grafis Fakultas Vokasi, Universitas Negeri Surabaya

⁴Program Studi Teknologi Rekayasa Multimedia, Politeknik Negeri Media Kreatif

⁴Program Studi Penyiaran, Jurusan Penerbitan, Politeknik Negeri Media Kreatif

yuyunh@polimedia.ac.id, antinahlatif@polimedia.ac.id,
bayunurwicaksono@unesa.ac.id, denikuswoyo@polimedia.ac.id, freddy@polimedia.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Tim pengabdian dosen politeknik negeri media kreatif mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan srengseng sawah dengan pendampingan penggunaan media interaktif pada kegiatan posyandu lansia yang diadakan rutin tiap bulan. Kegiatan ini merupakan implementasi hasil inovasi dosen berupa aplikasi game digital teka-teki silang (crosswords) untuk mendukung program pemerintah berupa kemandirian kesehatan pada masyarakat lansia. Sampai saat ini belum ditemukan obat untuk penyakit penurunan fungsi kognitif Alzheimer dan demensia yang merupakan gangguan kognitif pada lansia, namun beberapa penelitian menunjukkan bahwa latihan kognitif dan fisik dapat membantu mengurangi risiko dan gejala Alzheimer dan demensia. Pengguna game di Indonesia pada tahun 2022 adalah 170 juta orang atau dua pertiga penduduk Indonesia dengan pengguna baik anak-anak, remaja, dewasa maupun lansia. Game dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu latihan kognitif dan fisik dengan menstimulasi otak dan memperkuat koneksi otak, yang dapat membantu mencegah atau memperlambat perkembangan Alzheimer dan demensia. Selain itu, game cerdas juga dapat memberikan hiburan dan motivasi kepada orang tua untuk terus berlatih dan mempertahankan kesehatan otak mereka. Kegiatan pendampingan dilaksanakan melalui berbagai tahapan yaitu perisapan, sosialisasi, pendampingan dan evaluasi. Kegiatan terlaksana dengan baik dan manfaat kegiatan dirasakan oleh para peserta.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat ; Pendampingan, Lansia ;Media Interaktif.

Abstract: The creative media state polytechnic lecturer service team held community service activities in srengseng sawah Village by assisting the use of interactive media in elderly posyandu activities which are held regularly every month. This activity is the implementation of the results of the lecturer's innovation in the form of a digital crossword game application to support government programs in the form of health independence in the elderly community. Until now, no cure has been found for Alzheimer's disease and dementia, which are cognitive disorders in the elderly, but several studies have shown that cognitive and physical exercise can help reduce the risk and symptoms of Alzheimer's and dementia. Game users in Indonesia in 2022 are 170 million people or two-thirds of the Indonesian population with users including children, teenagers, adults and the elderly. Games can be an effective tool in assisting cognitive and physical exercise by stimulating the brain and strengthening brain connections, which can help prevent or slow the progression of Alzheimer's and dementia. In addition, smart games can also provide entertainment and motivation to the elderly to continue practicing and maintaining their brain health. Mentoring activities are carried out through various stages, namely preparation, socialization, mentoring and evaluation. The activity was carried out well and the benefits of the activity were felt by the participants.

Keywords : Community Service ; Mentoring, Elderly ; Interactive Media

A. LATAR BELAKANG

Demensia adalah penyakit neurodegeneratif yang paling umum terjadi pada lansia yang kini menjadi perhatian global. Laporan WHO tahun 2022 menyatakan bahwa demensia menjadi penyebab kematian ke tujuh di dunia. Di Indonesia, Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) merilis angka kenaikan hingga 87% peserta

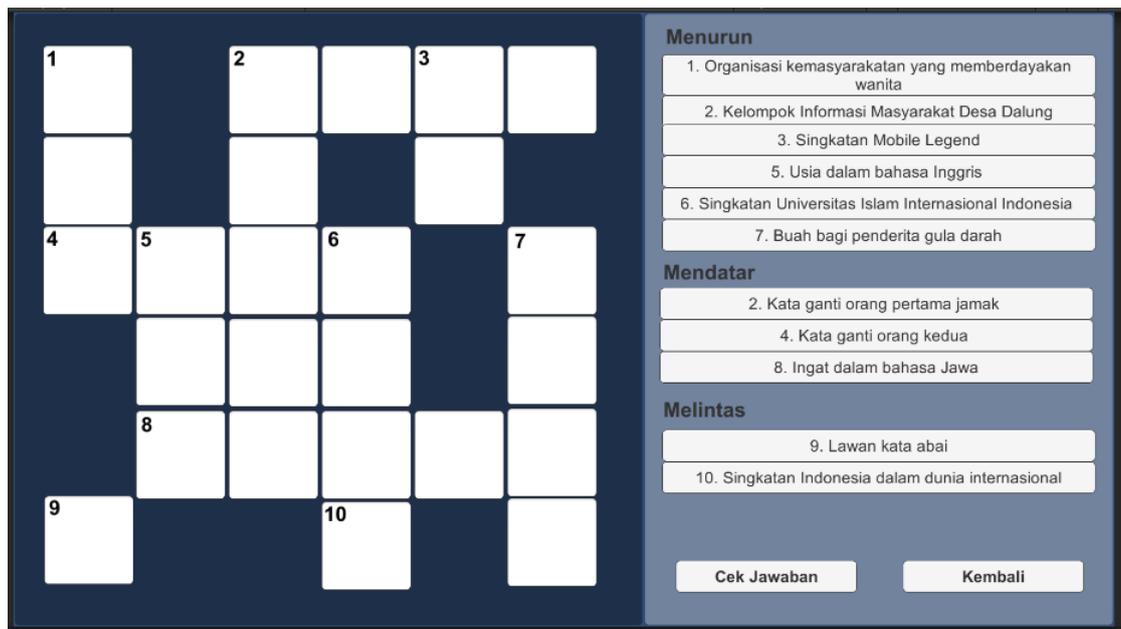
didiagnosis Demensia dan Alzheimer pada tahun 2022. Pada 2019, peserta BPJS yang didiagnosis Demensia dan Alzheimer sebanyak 5.583 menjadi 10.414 pada 2022. Tren kenaikan jumlah penderita demensia dan alzheimer dari tahun ke tahun di Indonesia cukup mengkhawatirkan. Pada 2030 diprediksi ada 2 juta penderita demensia dan pada 2050 diperkirakan meningkat menjadi 4 juta (sumber: <https://alzi.or.id/statistik-tentang-demensia/>).

Lansia (lanjut usia) adalah salah satu kelompok populasi yang mengalami pertumbuhan pesat di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Peningkatan jumlah lansia ini menimbulkan tantangan besar dalam menyediakan layanan kesehatan yang efektif dan berkualitas. Di Indonesia, Program Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan salah satu upaya strategis pemerintah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, termasuk lansia. Namun, tantangan dalam pendampingan posyandu lansia seringkali mencakup keterbatasan dalam penyampaian informasi, pengelolaan data, dan partisipasi aktif dari para lansia itu sendiri.

Media interaktif merupakan alat yang efektif untuk meningkatkan keterlibatan dan pemahaman dalam berbagai konteks, termasuk dalam kegiatan posyandu lansia. Media ini dapat berupa aplikasi mobile, video edukatif, atau platform digital lainnya yang dirancang untuk memberikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. Dengan memanfaatkan media interaktif, diharapkan dapat tercipta cara-cara baru dalam menyampaikan edukasi kesehatan kepada lansia serta meningkatkan partisipasi mereka dalam program posyandu. Gambar 1 dan gambar 2 merupakan tampilan antarmuka dan tampilan game hasil inovasi dosen yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat.



Gambar 1 Halaman antarmuka game teka-teki silang



Gambar 2 Tampilan gameplay aplikasi digital memory game

Posyandu Lansia (Pos Pelayanan Terpadu Lansia) di Kelurahan Srengseng Sawah, Jakarta, merupakan bagian dari upaya pemerintah untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia. Kegiatan ini dilaksanakan secara berkala satu bulan sekali dan melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga medis, relawan, dan masyarakat sekitar.

Kegiatan Posyandu Lansia biasanya meliputi beberapa aspek berikut:

1. Pemeriksaan Kesehatan rutin dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan berat badan. Ini membantu memantau kondisi kesehatan lansia secara berkala.
2. Memberikan vaksinasi yang diperlukan untuk lansia, seperti vaksin influenza, pneumonia, dan hepatitis.
3. Penyuluhan dan edukasi seputar kesehatan lansia. Kegiatan ini menyediakan informasi tentang pola makan sehat, aktivitas fisik, dan perawatan kesehatan yang sesuai dengan usia. Penyuluhan ini bisa mencakup cara mengelola penyakit kronis seperti diabetes atau hipertensi.
4. Pelayanan kesehatan dasar yaitu dengan memberikan layanan kesehatan dasar seperti pengobatan ringan dan perawatan luka.
5. Bantuan sosial dan pemberdayaan dengan memberikan bantuan sosial atau dukungan seperti program bantuan pangan, bantuan keuangan, atau layanan lain yang dapat membantu lansia dalam keseharian mereka.
6. Kegiatan konseling lansia dengan memberikan dukungan dan informasi kepada keluarga tentang cara merawat lansia dengan baik, termasuk aspek psikologis dan fisik.

Adapun tujuan kegiatan pengabdian dosen ini adalah untuk meningkatkan kemampuan dan pemahaman lansia dalam menggunakan media interaktif di Posyandu Lansia sebagai strategi pencegahan demensia di Kelurahan Srengseng Sawah. dengan memberikan pelatihan dan pendampingan dalam penggunaan teknologi seperti aplikasi kognitif, permainan otak, dan alat digital lainnya, diharapkan lansia dapat merangsang dan mempertahankan fungsi kognitif mereka.

Pendekatan ini bertujuan untuk mengintegrasikan teknologi ke dalam kegiatan sehari-hari lansia, yang tidak hanya membantu mencegah penurunan fungsi mental, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk membangun kesadaran di kalangan anggota keluarga dan petugas Posyandu tentang pentingnya penggunaan media interaktif sebagai alat pencegahan demensia. Dengan melibatkan komunitas dan menyediakan pelatihan untuk menggunakan teknologi secara efektif, diharapkan akan tercipta lingkungan yang mendukung dan inklusif bagi lansia, serta memperkuat jaringan dukungan sosial mereka. Melalui pendekatan ini, diharapkan ada peningkatan dalam interaksi sosial, stimulasi mental, dan kualitas hidup lansia, serta pembentukan model yang dapat direplikasi di wilayah lain.

B. METODE PELAKSANAAN

Fokus pengabdian ini adalah di bidang kemandirian kesehatan, yaitu upaya pemberdayaan komunitas lansia bebas demensia di wilayah Jabodetabek. Hal itu menjadi konsentrasi tim pengabdian masyarakat karena beberapa hasil studi menyatakan bahwa masyarakat lansia di Indonesia menunjukkan pengetahuan yang rendah tentang demensia (Hidayah, 2022). Sebab itu diperlukan intervensi pencegahan demensia melalui penyuluhan dan pemberdayaan komunitas (Sharp, 2011). Intervensi berupa terapi kognitif dengan pemanfaatan hibrida media adalah cara yang efektif untuk melatih cara berpikir (fungsi) kognitif dan cara bertindak (perilaku) pada orang lanjut usia. Psikoterapi dengan menggunakan gabungan dua media (konvensional dan digital) secara interaktif itu dapat memperlambat penurunan fungsi kognitif. Penelitian yang melibatkan 4.885 orang berusia 50 tahun ke atas hasilnya menunjukkan bahwa bermain game pintar dapat meningkatkan kemampuan kognitif pada lansia dalam jangka panjang (Surr, 2017). Penelitian selanjutnya yang melibatkan 63 lansia depresi hasilnya menunjukkan bahwa bermain game pintar dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan suasana hati (mood) pada lansia serta mencegah demensia (4). Permainan yang digunakan untuk melatih fungsi kognitif penderita demensia ialah teka-teki silang (TTS) (5). Game TTS untuk mencegah demensia yang dikembangkan dalam bentuk prototipe dengan pengujian alpha menunjukkan hasil bahwa semua fitur utama dapat dijalankan dengan baik (6).

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pendampingan penggunaan media interaktif pada posyandu lansia sebagai upaya pencegahan demensia di kelurahan srengseng sawah dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu sebagai berikut :

1. Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan dilakukan dengan menganalisis kebutuhan mitra. mitra dalam hal ini adalah kelompok posyandu lansia yang dikelola kelurahan srengseng sawah, jagakarsa, jakarta selatan. Posyandu lansia di kelurahan srengseng sawah, jagakarsa, jakarta selatan, adalah unit pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang khusus dirancang untuk memenuhi kebutuhan kesehatan lansia. Posyandu lansia dilaksanakan secara rutin satu bulan sekali dengan agenda pemeriksaan kesehatan rutin dan kegiatan lainnya seperti penyuluhan dan aktivitas bersama. Persiapan dilakukan dengan wawancara kepada kader yang mengelola kegiatan posyandu dan posbindu.

2. Tahapan Sosialisasi

Tahapan sosialisai dilaksanakan di kelurahan srengseng sawah dengan mengundang kader posyandu dan posbindu dari seluruh RT dan RW. Sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi terkait dengan pelaksanaan kegiatan pendampingan, manfaat, tujuan serta bagaimana pelaksanaan yang dilakukan. Termasuk mensosialisasikan penerapan hasil iptek Dosen pada kegiatan posyandu lansia guna melakukan pencegahan terhadap demensia.

3. Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan pendampingan rencananya dilaksanakan bertepatan dengan kegiatan rutin posyandu lansia. Kegiatan rutin diadakan satu bulan sekali sesuai jadwal yang tertera pada tabel 1. Selain pendampingan terdapat juga narasumber penyuluhan yaitu Ibu Yuanita selaku Direktur Akademi Keperawatan Pasar Rebo, yang memberikan penyuluhan tentang pentingnya melakukan pencegahan demensia dan penerapan pola hidup sehat.

4. Tahapan Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat melibatkan serangkaian langkah sistematis untuk menilai efektivitas dan dampak dari program yang dilaksanakan. Proses ini dimulai dengan perencanaan yang mencakup penetapan tujuan evaluasi serta kriteria dan indikator yang relevan. Selanjutnya, data dikumpulkan melalui metode yang sesuai seperti survei atau wawancara, kemudian dianalisis untuk memahami pencapaian tujuan dan dampak dari kegiatan. Hasil evaluasi disusun dalam laporan yang menyajikan temuan utama dan rekomendasi, yang kemudian dikomunikasikan kepada pemangku kepentingan. Tindak lanjut dilakukan dengan mengimplementasikan rekomendasi dan memantau perbaikan, sementara refleksi dan pembelajaran dari evaluasi tersebut membantu dalam perencanaan kegiatan pengabdian di masa depan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pendampingan penggunaan media interaktif pada posyandu lansia sebagai upaya pencegahan demensia di kelurahan srengseng sawah dalam setiap tahapannya adalah sebagai berikut :

1. Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan dilakukan dengan menganalisis kebutuhan mitra. mitra dalam hal ini adalah kelompok posyandu lansia yang dikelola kelurahan srengseng sawah, jagakarsa, jakarta selatan. Posyandu lansia di kelurahan srengseng sawah, jagakarsa, jakarta selatan, adalah unit pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang khusus dirancang untuk memenuhi kebutuhan kesehatan lansia. Posyandu lansia dilaksanakan secara rutin satu bulan sekali dengan agenda pemeriksaan kesehatan rutin dan kegiatan lainnya seperti penyuluhan dan aktivitas bersama. Persiapan dilakukan dengan wawancara kepada kader yang mengelola kegiatan posyandu dan posbindu. Jadwal kegiatan posyandu lansis tertera pada tabel 1 berikut.

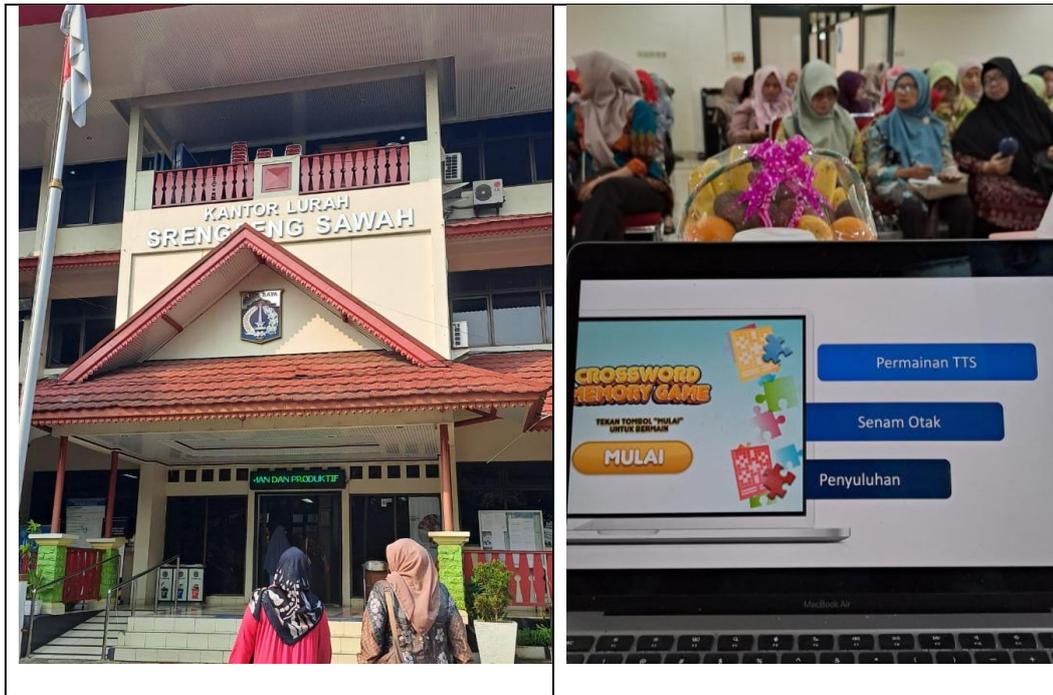
Tabel 1 Jadwal posyandu lansia kelurahan srengseng sawah

N O	HARI TANGGA L	POSYANDU LANSIA	RW	JML BALITA	JML POS	JML PMT
1		Bacang 1	02	35	5	160

2		Bacang 2	02	35		
3	Senin 6 Mei 2024	Bacang 3	02	35		
4		Dahlia	02	30		
5		Nusa Indah	10	25		
6						
7	Rabu 8 Mei 2024	Afiat	03	70	3	175
8		Indonesia Maju	05	40		
9		Matahari X	09	65		
10	Senin 13 Mei 2024	Pelangi	05	40	4	130
11		Matahari XIII	07	30		
12		Segar 3	07	40		
13		Matahari VIII	17	20		
14	Rabu 15 Mei 2024	Rambutan	01	40	4	154
15		Matahari XII	06	49		
16		Manggis	06	35		
17		Segar 2	07	30		
18	Jumat 17 Mei 2024	Sirsak	12	30	4	135
19		Kumbang Jaya	14	25		
20		Seroja	18	40		
21		Sakura	19	40		
22	Senin 20 Mei 2024	Delima 2	03	65	3	143
23		Melati	04	58		
24		Menteng	17	20		
25	Rabu 22 Mei 2024	Delima 1	03	50	4	145
26		Segar 1	07	30		
27		Rafflesia	08	40		
28		Bungur	13	25		
29	Senin 27 Mei 2024	Permata	09	40	3	158
30		Matahari	15	58		
		Semangka	16	60		
JUMLAH				1200	30	1200

2. Tahapan Sosialisasi

Tahapan sosialisai dilaksanakan di kelurahan srengseng sawah dengan mengundang kader posyandu dan posbindu dari seluruh RT dan RW. Sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi terkait dengan pelaksanaan kegiatan pendampingan, manfaat, tujuan serta bagaimana pelaksanaan yang dilakukan. Termasuk mensosialisasikan penerapan hasil iptek Dosen pada kegiatan posyandu lansia guna melakukan pencegahan terhadap demensia. Sosialisasi dilaksanakan di aula srengseng sawah dan dokumentasi tertera pada gambar 1a dan 1b.



Gambar 3a dan 3b Dokumentasi pelaksanaan sosialisasi

Dari kegiatan sosialisasi diketahui bahwa kader posyandu lansia antusias untuk menyambut kegiatan pengabdian masyarakat tersebut. Kegiatan cukup bermanfaat untuk menambah motivasi peserta dalam menjaga kesehatan fisik dan otak.

3. Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan pendampingan dilakukan pada tanggal 26 Juni 2024 di salah satu posyandu lansia di kelurahan srengseng sawah. Peserta kegiatan adalah masyarakat kelompok lansia yaitu pada rentang usia diatas 60 tahun. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan senam sehat, penyuluhan dan pemanfaatan media interaktif sebagai terapi pencegahan lansia. Dokumentasi kegiatan pendampingan tertera pada gambar 4.



Gambar 4 Kegiatan pendampingan masyarakat posyandu lansia

4. Tahapan Evaluasi

Tahapan evaluasi kegiatan pendampingan penggunaan media interaktif pada posyandu lansia sebagai upaya pencegahan demensia di kelurahan srengseng sawah dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada peserta kegiatan berjumlah 34 peserta. Hasil tanggapan peserta adalah kegiatan ini bermanfaat dan harapannya bisa dilakukan juga pada posyandu di RW lainnya. Namun peserta belum familiar dengan penggunaan game berbasis digital sehingga sangat disarankan menggunakan game berbasis konvensional sebagai media terapi lainnya.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pendampingan penggunaan media interaktif pada posyandu lansia sebagai upaya pencegahan demensia di kelurahan srengseng sawah merupakan implementasi hasil inovasi instruktur berupa aplikasi permainan teka-teki silang digital yang mendukung program pemerintah berupa kemandirian kesehatan pada komunitas lanjut usia. Hingga saat ini, belum ditemukan obat untuk penyakit Alzheimer dan demensia, yang merupakan gangguan kognitif pada lansia. Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan kognitif dan fisik dapat membantu mengurangi risiko dan gejala penyakit Alzheimer dan demensia. Pada tahun 2022, 170 juta orang, atau dua pertiga penduduk Indonesia, akan bermain game, termasuk anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia. Permainan merupakan cara efektif untuk merangsang otak dan mendukung aktivitas kognitif dan fisik dengan memperkuat koneksi otak, yang dapat membantu mencegah atau memperlambat perkembangan penyakit Alzheimer dan demensia. Selain itu, permainan pintar juga dapat memberikan hiburan dan motivasi bagi orang tua untuk terus berlatih dan menjaga kesehatan otak. Kegiatan pendampingan dilakukan dengan tahapan yang berbeda-beda: persiapan, sosialisasi, pendampingan, dan evaluasi. Kegiatan berhasil dilaksanakan dan peserta merasakan manfaat dari kegiatan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (P3M) POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Hidayah N, Rahmatika A. Sidemen : Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia Dalam Pencegahan Demensia. *Pros Semin Nas Progr Pengabdi Masy*. 2022;1013–9.
- Sharp ES, Gatz M. Relationship between education and dementia: An updated systematic review. *Alzheimer Dis Assoc Disord*. 2011;25(4):289–304.
- Surr CA, Gates C, Irving D, Oyebode J, Smith SJ, Parveen S, et al. Effective Dementia Education and Training for the Health and Social Care Workforce: A Systematic Review of the Literature. *Rev Educ Res*. 2017;87(5):966–1002.
- Widyantoro W, Widhiastuti R, Atlantika AP. Hubungan Antara Demensia Dengan Activity of Daily Living (Adl) Pada Lanjut Usia. *Indones J Heal Sci*. 2021;5(2):77–85.
- Given, Barbara K. (2013) *Brain Based Teaching*. Bandung: Penerbit Mizan Kaifa.
- Khairunisa, Yuyun., dkk. (2024) Artificial Intellegence (AI) Based Game Development “Memory Game” for Training Functions Alzheimer and Dementia Cognitive. *Proceedings JICOMS (Jakarta International Conference on Multidisiplinary Studies towards Creative Industries, 2024: 198—211.*