

Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Demensia Melalui Edukasi Kesehatan, Brain Exercise, dan Skrining Fungsi Kognitif pada Lansia di Sekolah Lansia IRL Jawa Barat

Enhancing Dementia Prevention Knowledge through Health Education, Brain Exercises, and Cognitive Function Screening among Older Adults at the IRL Elderly School in West Java

Susiana Nugraha^{1,2}, Laila Ulfa¹, Yuna Trisuci Aprillia^{1,2*}, Sahruna¹, Sukma Aditya Putra¹, Dodon Sukiayah¹, Dwi Utami Perwitasari¹, Elang Baraka Haris Ranuamiharjo¹, Erfa Maulaningsih¹, Evi Nilawaty¹, Gerson Gultom¹, Habibah Kurnia Salam¹, Halmahera Br Tarigan¹, Hasdira Suardi¹, Herawati Pasaribu¹, Ida Lindawati¹, Kristi Rundayani¹, Mariyono¹, Maya Erlyani Nino Fallo¹, Mulyono¹, Nadhifah Putri Yasminda¹, Nanda Berliana Tania Fidzikri¹, Putri Tresna Asih Handayani¹, Rahajeng Kartika Sari¹, Saanah¹

¹Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Respati Indonesia

²Center for Family and Aging Studies (CeFAS) URINDO

Correspondence Email: yuna@urindo.ac.id

Abstrak

Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang prevalensinya terus meningkat seiring bertambahnya populasi lanjut usia. Penurunan fungsi kognitif tidak hanya berdampak terhadap kualitas hidup lansia, tetapi juga meningkatkan ketergantungan, beban keluarga, serta pembiayaan kesehatan. Upaya promotif dan preventif diperlukan melalui edukasi kesehatan, stimulasi fungsi otak, serta deteksi dini gangguan kognitif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan demensia sekaligus melakukan skrining fungsi kognitif. Kegiatan dilaksanakan pada Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul, Jawa Barat dengan melibatkan 87 peserta lansia. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi brain exercise (senam otak), permainan edukatif, dan skrining. Hasil kegiatan menunjukkan seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan dengan antusias. Edukasi disertai media audiovisual dan leaflet meningkatkan partisipasi aktif peserta dalam diskusi. Brain exercise dan permainan edukatif mampu meningkatkan keterlibatan lansia selama kegiatan. Hasil skrining menunjukkan 55 peserta memiliki fungsi kognitif normal, sedangkan 39 peserta teridentifikasi memiliki indikasi gangguan fungsi kognitif sehingga memerlukan pemantauan lebih lanjut. Kegiatan ini menunjukkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan, stimulasi kognitif, permainan edukatif, dan skrining sederhana dapat menjadi model intervensi promotif-preventif yang efektif dalam meningkatkan kesadaran lansia mengenai pencegahan demensia dan mendukung deteksi dini gangguan kognitif di masyarakat.

Kata kunci: demensia, lansia, promosi kesehatan, *brain exercise*, skrining kognitif

Abstract

Dementia is a growing public health concern due to the increasing aging population worldwide. Cognitive decline negatively affects older adults' quality of life, increases dependency, and places substantial burdens on families and healthcare systems. Health promotion and preventive strategies are essential through health education, cognitive stimulation, and early cognitive screening. This community service program aimed to improve older adults' knowledge regarding dementia

Article History:

Submitted: 06-07-2026, Revised: 23-08-2026, Accepted: 25-08-2026, Published 31-08-2026



prevention while conducting early cognitive function screening. The activity involved 87 older adults from Sekolah Lansia Juara, Burangrang Village, and Sekolah Lansia Laskar Semangat, Cibeunying Kidul District, West Java. The intervention consisted of health education, brain exercise demonstrations, educational games, and cognitive screening. Participants actively engaged throughout the educational sessions supported by audiovisual media and printed leaflets. Brain exercises and educational games enhanced participation and learning motivation. Screening results indicated that 55 participants had normal cognitive function, while 39 participants showed signs of cognitive impairment requiring further assessment. This integrated approach demonstrates that combining health education, cognitive stimulation, educational games, and simple cognitive screening represents an effective community-based strategy for dementia prevention and early detection among older adults.

Keywords: dementia, elderly, health promotion, brain exercise, cognitive screening

PENDAHULUAN

Peningkatan usia harapan hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan. Di sisi lain, bertambahnya jumlah penduduk lanjut usia membawa konsekuensi meningkatnya berbagai penyakit degeneratif, termasuk gangguan fungsi kognitif dan demensia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 57 juta orang di dunia hidup dengan demensia dan hampir 10 juta kasus baru terjadi setiap tahun. Diperkirakan jumlah tersebut akan meningkat hampir tiga kali lipat pada tahun 2050 seiring bertambahnya populasi lanjut usia. Kondisi ini menjadikan demensia sebagai salah satu prioritas utama dalam program kesehatan masyarakat global.

Di Indonesia, fenomena penuaan penduduk juga mengalami peningkatan yang signifikan. Bertambahnya proporsi lansia diikuti meningkatnya prevalensi penyakit kronis, gangguan kognitif, serta penurunan kemampuan fungsional. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kognitif pada lansia di Indonesia berkisar antara 20–30%, dengan kecenderungan meningkat pada kelompok usia yang lebih tua. Kondisi tersebut menjadi tantangan tersendiri karena sebagian besar kasus demensia belum terdeteksi pada tahap awal sehingga penanganannya sering terlambat.

Demensia merupakan suatu sindrom yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif yang meliputi memori, kemampuan berpikir, orientasi, pemahaman, bahasa, proses belajar, serta kemampuan mengambil keputusan sehingga mengganggu aktivitas kehidupan sehari-hari. Selain berdampak pada individu, demensia juga meningkatkan ketergantungan terhadap keluarga, memperbesar biaya pelayanan kesehatan, serta menurunkan kualitas hidup penderita dan pengasuhnya.

Berbagai faktor risiko demensia sebenarnya dapat dimodifikasi melalui pendekatan promotif dan preventif. Komisi Lancet tentang Pencegahan, Intervensi, dan Perawatan Demensia menyebutkan bahwa sekitar 40–45% faktor risiko demensia dapat dicegah melalui pengendalian hipertensi,

diabetes mellitus, obesitas, aktivitas fisik, stimulasi kognitif, interaksi sosial, pengendalian depresi, serta penerapan gaya hidup sehat. Oleh karena itu, intervensi berbasis masyarakat menjadi strategi penting dalam mendukung pencegahan penurunan fungsi kognitif pada kelompok lanjut usia.

Promosi kesehatan merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara kesehatannya secara mandiri. Edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan aktivitas stimulasi otak (brain exercise) terbukti mampu meningkatkan perhatian, koordinasi, konsentrasi, serta mempertahankan fungsi memori pada lansia. Selain itu, deteksi dini melalui skrining fungsi kognitif memungkinkan identifikasi kelompok berisiko sehingga dapat dilakukan tindak lanjut secara lebih cepat.

Sekolah Lansia merupakan salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yang berperan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui kegiatan edukatif, sosial, dan kesehatan. Melalui wadah ini, berbagai intervensi promotif dan preventif dapat dilaksanakan secara terintegrasi dengan melibatkan tenaga kesehatan, akademisi, kader, dan keluarga. Pendekatan tersebut sejalan dengan konsep *active ageing* yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial sepanjang proses penuaan.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Respati Indonesia melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan demensia, brain exercise, permainan edukatif, serta skrining fungsi kognitif pada lansia di Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul, Jawa Barat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan demensia, meningkatkan partisipasi lansia dalam aktivitas stimulasi kognitif, serta melakukan deteksi dini terhadap kemungkinan gangguan fungsi kognitif sebagai dasar tindak lanjut pelayanan kesehatan di masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *Community Development* melalui pemberdayaan lansia dengan mengintegrasikan edukasi kesehatan, stimulasi fungsi kognitif, permainan edukatif, dan skrining kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif terhadap penurunan fungsi kognitif. Pendekatan ini dipilih karena menempatkan masyarakat sebagai subjek yang berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran serta pemeliharaan kesehatan.

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober 2023 di dua lokasi, yaitu Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang Kecamatan Lengkong dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul, Kota Bandung, Jawa Barat. Sasaran kegiatan adalah seluruh peserta sekolah lansia yang hadir pada saat pelaksanaan sebanyak 87 orang yang terdiri atas 40 peserta di Sekolah Lansia Juara dan 47 peserta di Sekolah Lansia Laskar Semangat.

Tahapan kegiatan terdiri atas empat rangkaian utama, yaitu:

1. Edukasi kesehatan

Edukasi dilakukan melalui metode ceramah interaktif menggunakan media presentasi PowerPoint, video edukasi, leaflet, dan banner. Materi yang diberikan meliputi proses penuaan, pengertian demensia, tanda dan gejala, faktor risiko, pencegahan demensia, serta pentingnya deteksi dini gangguan fungsi kognitif. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif disertai sesi diskusi dan tanya jawab sehingga peserta dapat berpartisipasi secara aktif.

2. Brain exercise (senam otak)

Setelah sesi edukasi, peserta mengikuti brain exercise yang dipandu langsung oleh fasilitator. Gerakan-gerakan senam otak dilakukan secara bertahap mulai dari koordinasi gerakan tangan, koordinasi tangan dan kaki, hingga latihan konsentrasi sederhana. Demonstrasi dilakukan oleh instruktur, kemudian diikuti bersama oleh seluruh peserta. Aktivitas ini bertujuan memberikan stimulasi terhadap koordinasi motorik, konsentrasi, perhatian, serta fungsi memori lansia.

3. Permainan edukatif

Permainan edukatif dilaksanakan sebagai bentuk evaluasi pembelajaran menggunakan konsep belajar sambil bermain (*learning by playing*). Peserta mengikuti permainan sederhana dengan iringan lagu yang kemudian dihentikan secara acak. Peserta yang terpilih diminta menjawab pertanyaan mengenai materi edukasi atau mempraktikkan kembali gerakan brain exercise. Pendekatan ini bertujuan memperkuat daya ingat sekaligus meningkatkan motivasi belajar lansia.

4. Skrining fungsi kognitif

Skrining dilakukan melalui wawancara terstruktur oleh tim mahasiswa. Selain pemeriksaan fungsi kognitif, dilakukan pula pengumpulan data demografi peserta meliputi usia, pendidikan, riwayat penyakit, serta identitas responden. Hasil skrining digunakan sebagai dasar identifikasi dini lansia yang memerlukan tindak lanjut pemeriksaan lebih lanjut di fasilitas pelayanan kesehatan.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi partisipasi peserta selama mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, keaktifan dalam diskusi, kemampuan mengikuti brain exercise, serta hasil skrining fungsi kognitif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung pada tanggal 11 Maret 2023 di Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul. Seluruh rangkaian kegiatan terdiri atas pembukaan, edukasi kesehatan, brain exercise, permainan

edukatif, serta skrining fungsi kognitif. Peserta mengikuti seluruh kegiatan dengan antusias dan menunjukkan partisipasi aktif selama proses pembelajaran berlangsung.

Edukasi kesehatan disampaikan menggunakan media audiovisual sehingga materi lebih mudah dipahami oleh peserta. Pendekatan komunikasi dua arah memberikan kesempatan kepada lansia untuk bertanya mengenai masalah kesehatan yang mereka alami sehari-hari. Kegiatan diskusi berlangsung interaktif dengan berbagai pertanyaan mengenai gejala demensia, pencegahan, pola hidup sehat, dan latihan yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Pada sesi brain exercise, hampir seluruh peserta mampu mengikuti demonstrasi gerakan yang diperagakan oleh fasilitator. Gerakan yang sederhana namun melibatkan koordinasi kedua sisi tubuh membantu meningkatkan perhatian dan konsentrasi peserta selama kegiatan berlangsung. Selain memberikan manfaat fisiologis, aktivitas kelompok juga meningkatkan interaksi sosial antar lansia sehingga suasana kegiatan menjadi lebih menyenangkan.

Permainan edukatif menjadi salah satu sesi yang paling diminati peserta. Melalui permainan sederhana yang dipadukan dengan pertanyaan mengenai materi edukasi, peserta terdorong untuk mengingat kembali informasi yang telah diberikan sebelumnya. Pendekatan ini memperlihatkan bahwa metode pembelajaran yang menyenangkan mampu meningkatkan keterlibatan peserta sekaligus memperkuat retensi pengetahuan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul

Hasil Skrining Fungsi Kognitif

Skrining berhasil dilaksanakan kepada seluruh peserta yang hadir. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki fungsi kognitif yang masih baik, namun masih ditemukan sejumlah peserta yang menunjukkan indikasi gangguan fungsi kognitif sehingga memerlukan perhatian lebih lanjut.

Tabel 1. Hasil Skrining Fungsi Kognitif Lansia

Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Fungsi kognitif normal	55	61,8
Indikasi gangguan fungsi kognitif	39	38,2

Sumber: Data hasil skrining kegiatan pengabdian masyarakat tahun 2023.

Hasil skrining menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga peserta memiliki indikasi penurunan fungsi kognitif. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa deteksi dini perlu dilakukan secara rutin melalui kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat maupun sekolah lansia sehingga gangguan fungsi kognitif dapat dikenali sebelum berkembang menjadi demensia yang lebih berat.

Selain memberikan gambaran kondisi kesehatan peserta, hasil skrining juga menjadi dasar bagi pengelola sekolah lansia untuk melakukan pemantauan kesehatan secara berkala serta meningkatkan kegiatan stimulasi kognitif bagi peserta yang berisiko mengalami penurunan fungsi otak.

Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan tidak hanya diukur dari jumlah peserta yang hadir, tetapi juga dari tingkat partisipasi aktif selama seluruh rangkaian kegiatan berlangsung. Seluruh media edukasi berupa leaflet, banner, video edukasi, dan presentasi dapat digunakan secara optimal sebagai sarana pembelajaran. Peserta juga menunjukkan respons positif terhadap metode penyampaian materi yang dikombinasikan dengan brain exercise dan permainan edukatif.

Keaktifan peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan selama sesi diskusi serta kemampuan peserta menjawab kembali pertanyaan evaluasi pada akhir kegiatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang bersifat partisipatif mampu meningkatkan perhatian dan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan sesuai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan demensia, memperkenalkan latihan brain exercise sebagai salah satu bentuk stimulasi fungsi otak, serta melakukan deteksi dini gangguan fungsi kognitif melalui skrining sederhana yang mudah diterapkan di masyarakat.

PEMBAHASAN

Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan, brain exercise, permainan edukatif, dan skrining fungsi kognitif mampu meningkatkan partisipasi lansia

dalam upaya pencegahan demensia. Antusiasme peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang interaktif lebih mudah diterima oleh kelompok lanjut usia dibandingkan metode ceramah satu arah. Keterlibatan aktif peserta dalam sesi tanya jawab dan permainan edukatif mengindikasikan adanya peningkatan perhatian serta proses pengingatan kembali terhadap materi yang telah diberikan.

Temuan ini sejalan dengan konsep health promotion yang menekankan pemberdayaan masyarakat agar mampu meningkatkan kontrol terhadap kesehatannya sendiri. Edukasi yang diberikan tidak hanya bertujuan menambah pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku melalui pemahaman mengenai faktor risiko dan langkah pencegahan demensia. Menurut WHO, intervensi promotif pada lansia menjadi salah satu strategi penting dalam menurunkan beban demensia secara global karena sebagian faktor risiko dapat dimodifikasi melalui gaya hidup sehat, aktivitas fisik, stimulasi kognitif, dan interaksi sosial yang baik.

Pelaksanaan brain exercise dalam kegiatan ini memberikan pengalaman langsung kepada lansia mengenai latihan sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Senam otak melibatkan koordinasi gerakan bilateral yang menstimulasi kedua belahan otak sehingga dapat membantu meningkatkan konsentrasi, perhatian, dan memori jangka pendek. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa latihan brain exercise secara rutin dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, terutama pada aspek memori kerja dan kecepatan pemrosesan informasi. Dengan demikian, integrasi brain exercise dalam kegiatan pengabdian masyarakat merupakan langkah preventif yang relevan untuk mempertahankan fungsi kognitif lansia.

Permainan edukatif yang digunakan dalam kegiatan ini juga memberikan kontribusi terhadap stimulasi kognitif peserta. Aktivitas mengingat lagu, mengikuti instruksi, dan menjawab pertanyaan secara spontan melibatkan proses atensi, memori, orientasi, dan fungsi eksekutif. Selain itu, suasana yang menyenangkan dapat mengurangi kecemasan peserta saat mengikuti kegiatan. Interaksi sosial yang tercipta selama permainan juga mendukung konsep active ageing, yaitu proses mengoptimalkan kesempatan untuk sehat, berpartisipasi, dan aman guna meningkatkan kualitas hidup lansia.

Salah satu temuan penting dari kegiatan ini adalah hasil skrining fungsi kognitif menunjukkan bahwa 39 peserta memiliki indikasi gangguan fungsi kognitif. Persentase tersebut menunjukkan bahwa masalah penurunan fungsi kognitif cukup banyak ditemukan di komunitas lansia dan berpotensi tidak terdeteksi tanpa adanya skrining sederhana. Deteksi dini menjadi sangat penting karena intervensi pada tahap awal dapat membantu memperlambat progresivitas penurunan fungsi kognitif serta mempersiapkan dukungan keluarga dan pelayanan kesehatan yang sesuai.

Hasil skrining juga memberikan gambaran bahwa sekolah lansia dapat berfungsi sebagai tempat pemantauan kesehatan komunitas. Melalui kegiatan rutin yang terintegrasi dengan pemeriksaan sederhana, lansia yang berisiko dapat diidentifikasi lebih awal dan dirujuk untuk

pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan. Pendekatan ini mendukung upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan primer yang menekankan deteksi dini sebelum terjadi komplikasi yang lebih berat.

Keberhasilan kegiatan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain dukungan pengelola sekolah lansia, penggunaan media edukasi yang variatif, keterlibatan aktif mahasiswa dan fasilitator, serta metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik lansia. Namun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan karena evaluasi pengetahuan dilakukan secara observasional dan belum menggunakan instrumen pre-test dan post-test yang terstandar. Selain itu, skrining AD-8 hanya memberikan indikasi awal sehingga diperlukan pemeriksaan klinis lebih lanjut untuk menegaskan diagnosis gangguan kognitif.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas yang menggabungkan edukasi kesehatan, stimulasi kognitif, permainan edukatif, dan skrining sederhana dapat menjadi model yang efektif untuk meningkatkan kesadaran lansia mengenai pencegahan demensia sekaligus mendukung deteksi dini gangguan fungsi kognitif di masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul berhasil meningkatkan partisipasi lansia dalam upaya pencegahan demensia melalui edukasi kesehatan, brain exercise, permainan edukatif, dan skrining fungsi kognitif. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung dan mampu mengikuti rangkaian aktivitas yang diberikan.

Hasil skrining menunjukkan bahwa 55 peserta memiliki fungsi kognitif normal dan 39 peserta memiliki indikasi gangguan fungsi kognitif sehingga memerlukan pemantauan lebih lanjut. Temuan ini menunjukkan pentingnya deteksi dini gangguan fungsi kognitif pada komunitas lansia.

Kombinasi edukasi kesehatan, stimulasi otak melalui brain exercise, permainan edukatif, dan skrining sederhana dapat dijadikan model intervensi promotif-preventif yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan demensia. Kegiatan serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan fasilitas pelayanan kesehatan setempat agar tindak lanjut terhadap lansia berisiko dapat dilakukan secara lebih optimal.

PENUTUP

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pengelola Sekolah Lansia Juara Kelurahan Burangrang dan Sekolah Lansia Laskar Semangat Kecamatan Cibeunying Kidul atas dukungan dan fasilitasi selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta

lansia yang telah berpartisipasi aktif serta kepada Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Respati Indonesia yang mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Dementia [Internet]. Geneva: WHO; 2023
2. Livingston G, Huntley J, Sommerlad A, Ames D, Ballard C, Banerjee S, et al. Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *Lancet*. 2020;396(10248):413–446.
3. Triestuning E. Pengaruh senam otak terhadap peningkatan short term memory pada lansia. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*. 2018;7(1):86–92.
4. Silvitasari I, Wahyuni W, Hermawati H. Health screening as a promotive and preventive effort for non-communicable diseases. *Urecol Journal Part F: Community Development*. 2021;1(1):16–22.
5. Suparti S, Handayani DY. Screening hipertensi pada lansia di wilayah Puskesmas Banyumas. *Indonesian Journal for Health Sciences*. 2019;2(2):84–93.
6. Nopriyanto D, Aminuddin M, Samsugito I, Puspasari R, Ruminem R, Syukmana M. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam upaya menurunkan peningkatan penyakit tidak menular. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*. 2019;3(2):285–292.
7. World Health Organization. Global status report on the public health response to dementia. Geneva: World Health Organization; 2021.
8. Livingston G, Huntley J, Liu KY, Costafreda SG, Selbæk G, Alladi S, et al. Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet standing Commission. *The Lancet*. 2024;404:572–628.
9. Health Organization. Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines. Geneva: World Health Organization; 2019.
10. Norton S, Matthews FE, Barnes DE, Yaffe K, Brayne C. Potential for primary prevention of Alzheimer's disease: an analysis of population-based data. *The Lancet Neurology*. 2014;13(8):788–794.
11. Baumgart M, Snyder HM, Carrillo MC, Fazio S, Kim H, Johns H. Summary of the evidence on modifiable risk factors for cognitive decline and dementia: A population-based perspective. *Alzheimer's & Dementia*. 2015;11(6):718–726.

12. Gates NJ, Rutjes AW, Di Nisio M, Karim S, Chong LY, March E, et al. Computerised cognitive training for maintaining cognitive function in cognitively healthy people in midlife. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2019;3.
13. Ngandu T, Lehtisalo J, Solomon A, Levälähti E, Ahtiluoto S, Antikainen R, et al. A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial. *The Lancet*. 2015;385(9984):2255–2263.
14. Lampit A, Hallock H, Valenzuela M. Computerized cognitive training in cognitively healthy older adults: A systematic review and meta-analysis of effect modifiers. *PLoS Medicine*. 2014;11(11).
15. Rolland Y, Abellan van Kan G, Vellas B. Physical activity and Alzheimer's disease: from prevention to therapeutic perspectives. *Journal of the American Medical Directors Association*. 2008;9(6):390–405.
16. Laver K, Dyer S, Whitehead C, Clemson L, Crotty M. Interventions to delay functional decline in people with dementia: a systematic review of systematic