



Teknik Komunikasi Efektif Terhadap Lansia dengan Demensia

Senin, 26 Mei 2025

Kaikoukai Healthcare Corporation

Kumazawa Kazuhide



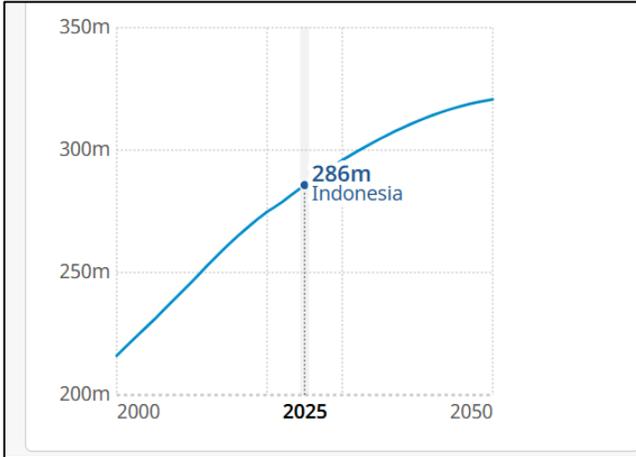
Kondisi Indonesia



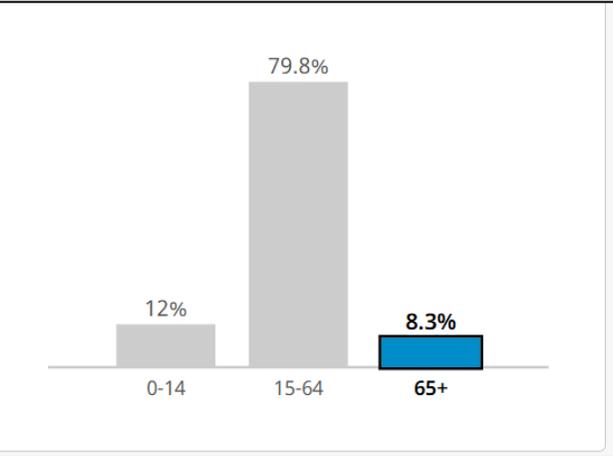
« Populasi »

Tahun 2023 sebesar **281.196.767**
Pada tahun 2050, jumlah tersebut
diproyeksikan meningkat **sebesar**
14% menjadi **320.712.949** jiwa.

Tren populasi dan perkiraan tahun 2000-2050



Komposisi usia penduduk (%) 2023

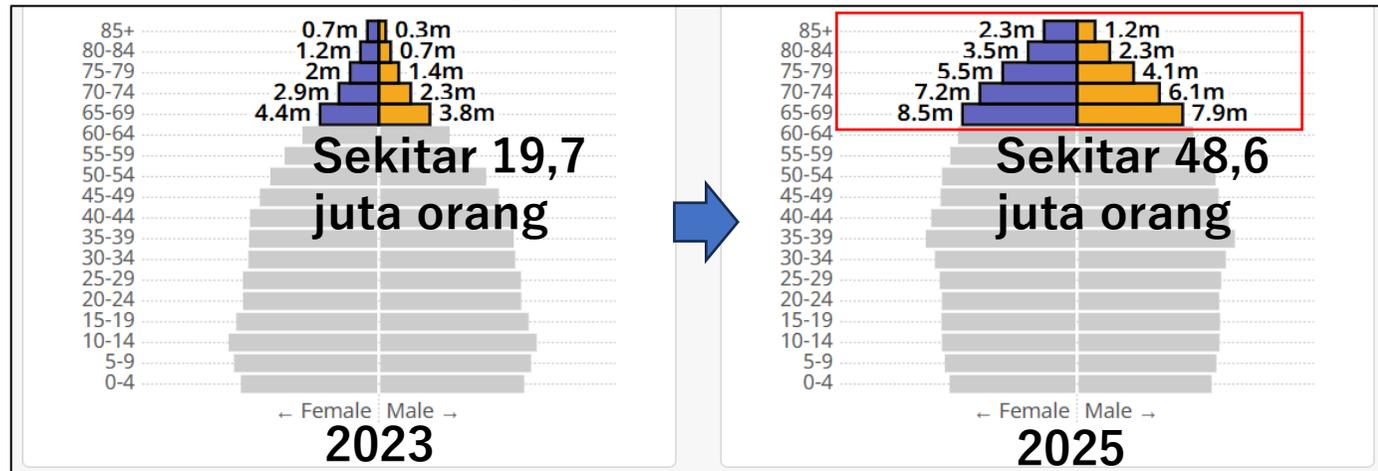


8,3% dari populasi berusia 65 tahun ke atas

Sumber: Data World Health Organization (WHO) 2025.

Jumlah orang berusia 65 tahun ke atas akan mencapai 48,6 juta pada tahun 2050, **sekitar 2,5 kali lipat** dari jumlah pada tahun 2023.

Perubahan demografis antara tahun 2023 dan 2050



Sumber: Kementerian Kesehatan, 'Indonesia Siapkan Lansia Aktif dan Produktif' PopulationPyramid.net, 'Piramida penduduk Indonesia 2020/2045'.

Angka Demensia dan Tingkat Prevalensi MCI di Indonesia



Pada 2015, sekitar 1,2 juta orang mengalami demensia.

Jumlah ini diproyeksikan meningkat menjadi sekitar 2,3 juta pada 2030 dan 4,3 juta pada 2050.

MCI menyumbang sekitar 17%, atau 5-6 dari populasi lansia.

Teknik Komunikasi dengan Lansia dengan Demensia



Tiga Teknik Komunikasi Non-Verbal

- 1) Hubungan manusiawi (Humanitude)
- 2) Validasi (Validation)
- 3) Orientasi pada realitas (Reality Orientation)

Sikap mencoba
memahami pihak lain



Hubungan manusiawi
Validasi
Orientasi pada realitas



Komunikasi yang Efektif



Memesan Di Restoran

 Pelanggan wanita lanjut usia

✗ Contoh Respon Yang Buruk
(Respon yang tidak berempati .Kurang informasi)



 Pelanggan
(Sambil melihat menu dengan raut wajah kebingungan)

「 Hmm.. yang mana yang harus saya pilih?
Akhir-akhir ini saya tidak bisa makan yang keras...」

 Pelanggan
(Kebingungan)
「 Ah, baiklah kalau begitu...」

 Pelanggan
(Tampak kecewa)
「 ...kalau begitu, saya pulang saja」

 Pegawai toko
(Staff Toko)

 Pegawai Toko
(Sibuk)

「 Menu yang populer ada di sana, tapi tolong cepat putuskan, karena ada orang lain yang juga mengantre di belakang」

 Pegawai Toko
(Dengan nada jengkel)

「 Mau pilih sup? Atau bubur? Kalau belum memutuskan, saya akan mendahulukan orang lain dulu」

Memesan Di Restoran



Contoh respons yang baik

 Pelanggan Perempuan Lanjut Usia (Validasi kemanusiaan .
• Pemanfaatan orientasi realitas)



 Pegawai Toko (Staff Toko)

 Pelanggan

(Sambil melihat menu dengan ekspresi kebingungan)

「 Hmm., enaknya pilih yang mana, ya? Akhir-akhir ini saya tidak bisa makan makanan yang keras... 」

 Pelanggan

(Ekspresi wajah lega)

「 Kalau begitu mungkin saya bisa memakannya 」

 Pelanggan

「 Terima kasih. Saya merasa senang 」

 Pegawai Toko

(Melihat dengan lembut dan suara yang lembut)

「 Anda tidak perlu terburu-buru. Kami juga punya pilihan menu yang lembut. Misalnya, set bubur ini sangat populer. Mungkin cocok untuk makan siang. 」

 Pegawai Toko

(Tersenyum lembut)

「 Rasanya adalah rasa dashi yang lembut. Jika Anda tidak suka, makan saja supnya. Silakan hubungi saya jika Anda membutuhkan sesuatu. 」

Selanjutnya, apa yang Anda pikirkan ketika melihat perawat dan pasien ini ?

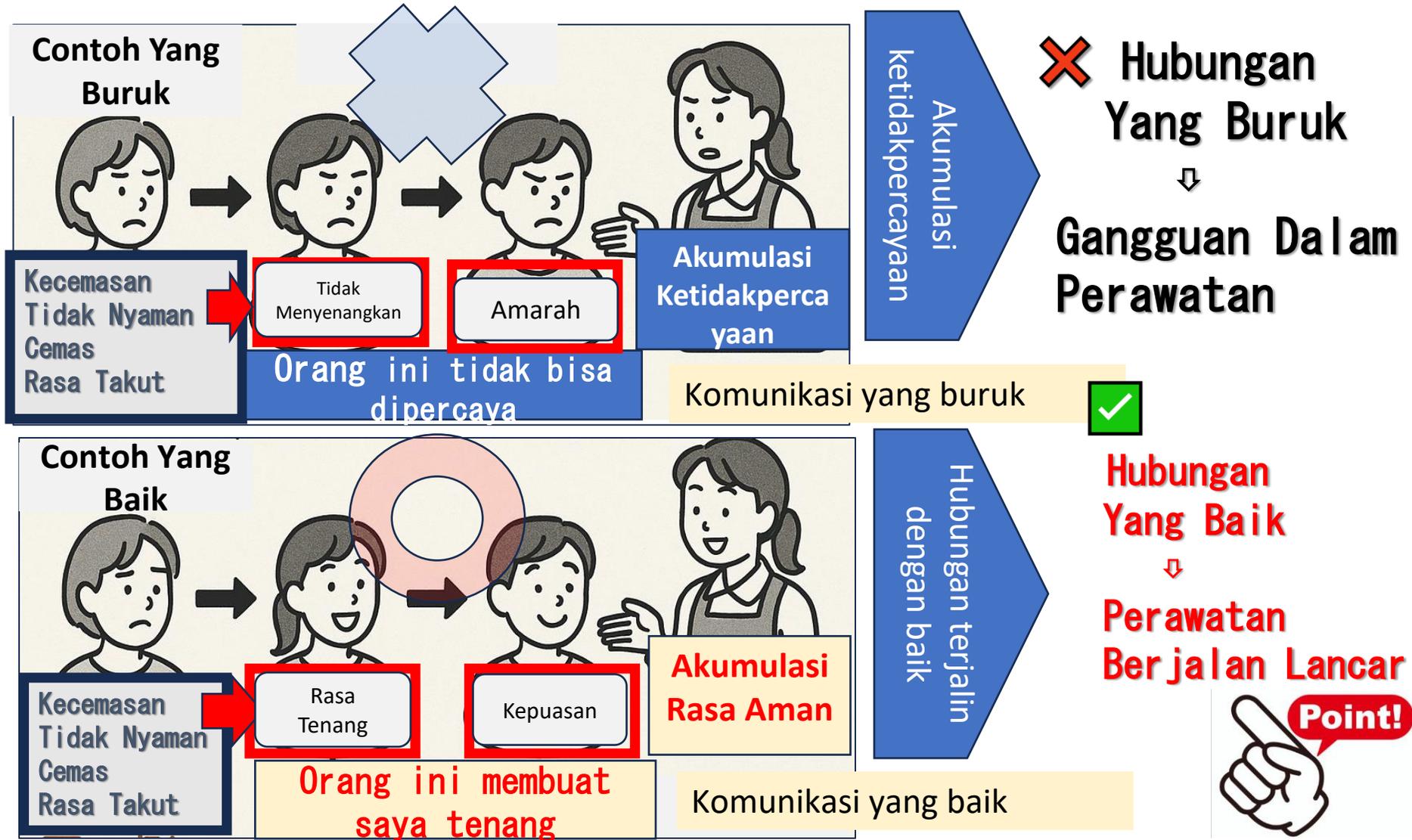


Apakah pasien sangat tidak menyukai sesuatu?
Perawat sedang dalam kesulitan?
Mencoba melakukan sesuatu dengan paksa?



Sedang berbicara dengan tenang
Perawat dan pasien menunjukkan ekspresi yang ramah
Berpegangan tangan, menunjukkan hubungan saling percaya yang kuat

Mekanisme Komunikasi



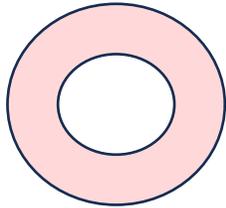
Faktor-Faktor Yang Berperan dalam Komunikasi



Merespon Dengan Empati Dan Penerimaan



Memesan Di Restoran



Contoh Respon Yang Baik
(Humanitude • Validasi •
Orientasi terhadap Realitas)



 Pelanggan
(Dengan Ekspresi Kebingungan sambil melihat menu)
| Hmm. Saya bingung memilih yang mana
Akhir-akhir ini, Saya tidak bisa makan
makanan yang keras

Mendengarkan

 Pelanggan
(Ekspresi Lega)
| Kalau begitu mungkin saya bisa
memakannya |

 Pelanggan
| Terima Kasih. Saya merasa senang. |

Penanganan Yang mendukung Keadaan
Psikologis Lansia

 Pegawai Toko
(Menatap mata dan berbicara dengan lembut)

| Anda tidak perlu terburu-buru.
Kami juga punya pilihan menu yang lembut.
Misalnya, set bubur ini sangat populer. Mungkin
cocok untuk makan siang.

Saran -
Solusi

 Pegawai Toko
(Sambil Tersenyum)
| Rasanya adalah rasa dashi yang lembut. Jika
Anda tidak suka, makan saja supnya.

| Silakan hubungi saya jika anda membutuhkan sesuatu |



Ketenangan
Hati

Kemanusiaan (Humanitude)

Empat teknik perawatan demensia berasal dari Prancis



「Tatap」 : Tatap dengan lembut 

「Bicara」 : Bicara dengan tenang 

「Sentuh」 : Sentuhan yang memberikan rasa aman 

「Berdiri」 : Memicu kemandirian 

Caregiver yang mendampingi dengan 'empati',
memahami perasaan lansia yang dirawat

Tatap



- Secara horizontal
- Dari depan
- Dari dekat

Bicara



- Dengan lembut dan tenang
- Menyapa
- Berikan penjelasan langsung tentang perawatan yang diberikan

Sentuh

Dari area yang kurang sensitif



Di area kontak yang luas

Perlahan dan lembut

Berdiri

Menyempatkan waktu berdiri selama 20 menit per hari



Validasi (Validation)

Menerima perasaan orang dengan demensia dan mencoba memahami mereka.

Menerima perkataan lawan bicara tanpa menyanggahnya

Memberikan tanggapan yang menunjukkan empati terhadap lawan bicara



Touching

Mirroring

Eye contact



Touching

Sebuah metode yang disebut Anchored Touch, yaitu menyentuh pasien penderita demensia secara disengaja dengan tujuan tertentu.

Membedakan cara touch berdasarkan interaksi.

Yang paling umum adalah menyentuh tangan dan menyentuh bahu.



Mirroring

Metode ini juga digunakan dalam metode psikologis. Dalam berkomunikasi dengan lansia yang menderita demensia, meniru gerakan dan emosi mereka seperti cermin. Saling mengerti dengan lawan bicara melalui ekspresi, Gerakan, dan emosi yang sama.

⚠ Perlu diperhatikan bahwa jika melakukan teknik mirroring terhadap orang yang berada pada tahap awal demensia, ada kemungkinan mereka menganggap dirinya sedang dipermalukan atau diremehkan, sehingga perlu dilakukan dengan hati-hati.

Kontak mata

Duduklah tepat di hadapan lansia penderita demensia, kemudian terus amati dan samakan perasaan mereka. Sambil menyampaikan pesan 'saya ada di sini untuk kamu'

Dan lihat mata mereka dengan demensia dengan sungguh-sungguh.



Orientasi pada Realitas (Reality Orientation)

Metode yang membantu pengenalan realitas.

Caranya adalah dengan menyampaikan tanggal, waktu, dan tempat saat ini secara berulang.

Memanfaatkan kalender dan jam

Tidak hanya menggunakan kata-kata yang mendorong tindakan, tetapi juga membantu mereka merasakan waktu dan musim secara lebih nyata. Tujuannya adalah agar mereka dapat menyadari keberadaan mereka di “saat ini” .

Bukan seperti 「Ini waktunya minum teh」 ⇒ tapi 「Ini waktunya minum teh di pukul 3」

Bukan seperti 「waktunya makan」 ⇒ tapi 「waktunya makan siang」



Roleplay

Mari kita bermain peran sebagai perawat yang menangani pasien dengan demensia!

Studi Kasus ①:

Pasien yang mengatakan “saya mau pulang” di malam hari

Teknik: Validasi (berempati dengan perasaan pasien tanpa menyangkalnya)

Tokoh: Ibu A (78 tahun, pasien) dan Perawat

Skenario

Ibu A (*berjalan mondar-mandir di depan ruang perawat*):

“Saya harus pulang... Anakku sedang menunggu.”

Perawat (*dengan suara tenang dan mendekat dengan perhatian*):

“Ibu A, Ibu pasti sangat lelah bekerja sampai larut malam begini. Ibu khawatir pada anak ibu, ya?”

Ibu A: “Saya harus memasak makan malam, tidak bisa berdiam di sini!”

Perawat (*perlahan menyentuh tangan pasien*):

“Masakan Ibu pasti enak sekali, ya. Sekarang sudah malam dan di luar sangat gelap, bagaimana kalau kita istirahat hari ini? Besok kita pikirkan lagi bersama-sama, ya.”

Studi Kasus ②:

Pasien yang menolak makan

Teknik: Hubungan manusiawi (*menatap, berbicara, dan menyentuh*)

Tokoh: Bapak B (84 tahun, pasien) dan Perawat

Skenario

Bapak B (*bersedekap di depan meja*):

“Siapa yang mau makan makanan semacam ini! Tidak mau!”

Perawat (*menatap dengan posisi sejajar dan tersenyum lembut*):

“Selamat pagi, Bapak. Hari ini menunya ikan, lho. Bapak suka ikan, kan?”

Bapak B (*dengan ekspresi kesal*):

“Mana saya tahu! Seenaknya saja menghadirkan makanan...”

Perawat (*perlahan menggenggam tangan pasien dengan lembut*):

“Mau coba cium aromanya sedikit, Pak? Siapa tahu Bapak suka.”

Bapak B: “...Ya sudah, sedikit saja, ya.”

Studi Kasus ③:

Pasien yang merasa asing dengan lingkungannya

Teknik: Orientasi pada Realitas (mendorong pasien untuk menyadari kenyataan)

Tokoh: Ibu C (81 tahun, pasien) dan Perawat

Skenario:

Ibu C (*berbaring di tempat tidur sambil menangis*):

"Ini di mana? Saya berada di tempat asing..."

Perawat (*menunjuk kalender*):

"Ibu C, sekarang tanggal 5 Mei 2025. Ini adalah Rumah Sakit ○○.

Kemarin Ibu jatuh, apa Ibu ingat?"

Ibu C: "...Saya mau pulang... Anakku pasti khawatir."

Perawat:

"Putri Ibu menelepon dan bilang akan datang besok. Sekarang kami semua di sini akan menjaga Ibu dengan baik, jadi tenang saja ya."



Contoh Kasus ④: Pasien yang menolak mandi

Teknik: Hubungan manusiawi + Validasi

Tokoh: Bapak D (79 tahun, pasien) dan Perawat

Skenario:

Bapak D (*berteriak keras di depan kamar mandi*) :

"Saya tidak mau mandi! Memangnya siapa yang mau mandi!"

Perawat (*menatap mata Bapak D dari depan dengan lembut*) :

"Bapak, cuaca hari ini cukup panas ya. Bapak berkeringat, apa tidak merasa agak gerah?"

Bapak D:

"Tidak ada hubungannya! Saya memang tidak suka mandi!"

Perawat (*menyentuh tangan Bapak D dengan lembut*) :

"Bapak pernah cerita, dulu sering mandi bersama cucu, ya? Bagaimana kalau hari ini cuma mandi sebentar saja? Pasti segar!"



Contoh Kasus ⑤: Pasien yang mengaku kecurian karena delusi

Teknik: Validasi + Orientasi pada Realitas

Tokoh: Ibu E (82 tahun, pasien) dan Perawat

 **Skenario:**

Ibu E (*tampak marah*) :

"Dompet saya hilang! Kamu yang mencurinya, ya?!"

Perawat (*tetap tenang dan berbicara dengan suara lembut*) :

"Ibu E, dompet kesayangan Ibu tidak ketemu, ya. Pasti Ibu khawatir."

Ibu E: "Iya! Padahal kemarin masih ada di sini, sekarang sudah tidak ada!"

Perawat (*berbicara sambil menatap mata Ibu E*) :

"Bagaimana kalau kita cari bersama-sama, Bu? Sepertinya kemarin Ibu menitipkan dompet di ruang perawat."

Ibu E: "...Benarkah? Apa saya menitipkannya, ya..."

Perawat: "Iya, nanti saya periksa dulu, ya. Ayo kita cek sama-sama."

« Rangkuman »

Tujuh (7) Elemen Dasar Komunikasi dengan Pasien Demensia

Diperlukan pendekatan yang “memberikan rasa aman dan mendampingi dengan empati,” sambil memperhatikan penurunan fungsi kognitif dan ketidakstabilan emosi pasien.



Suasana yang Menenangkan	Sampaikan rasa aman melalui ekspresi wajah, nada suara, dan postur tubuh.
Berbicara Perlahan dan Jelas	Gunakan kalimat pendek dan mudah dimengerti, serta beri jeda saat berbicara.
Pesan Nonverbal	Gunakan kontak mata, gerakan tubuh, dan sentuhan dengan bijak.
Sikap Empati dan Penerimaan	Jangan menyangkal perasaan pasien, tapi tanggapilah dengan kalimat seperti “Begitu ya...” untuk menerima emosinya.
Konsistensi dan Pengulangan	Jaga sikap yang konsisten untuk membangun rasa aman.
Menghargai Saat Ini	Yang penting bukan ingatan masa lalu, tapi pengalaman di saat ini.
Menjaga Martabat Pasien	Perlakukan pasien dengan hormat sebagai orang dewasa, jangan memperlakukannya seperti anak-anak.

Sekian dan terima kasih.