



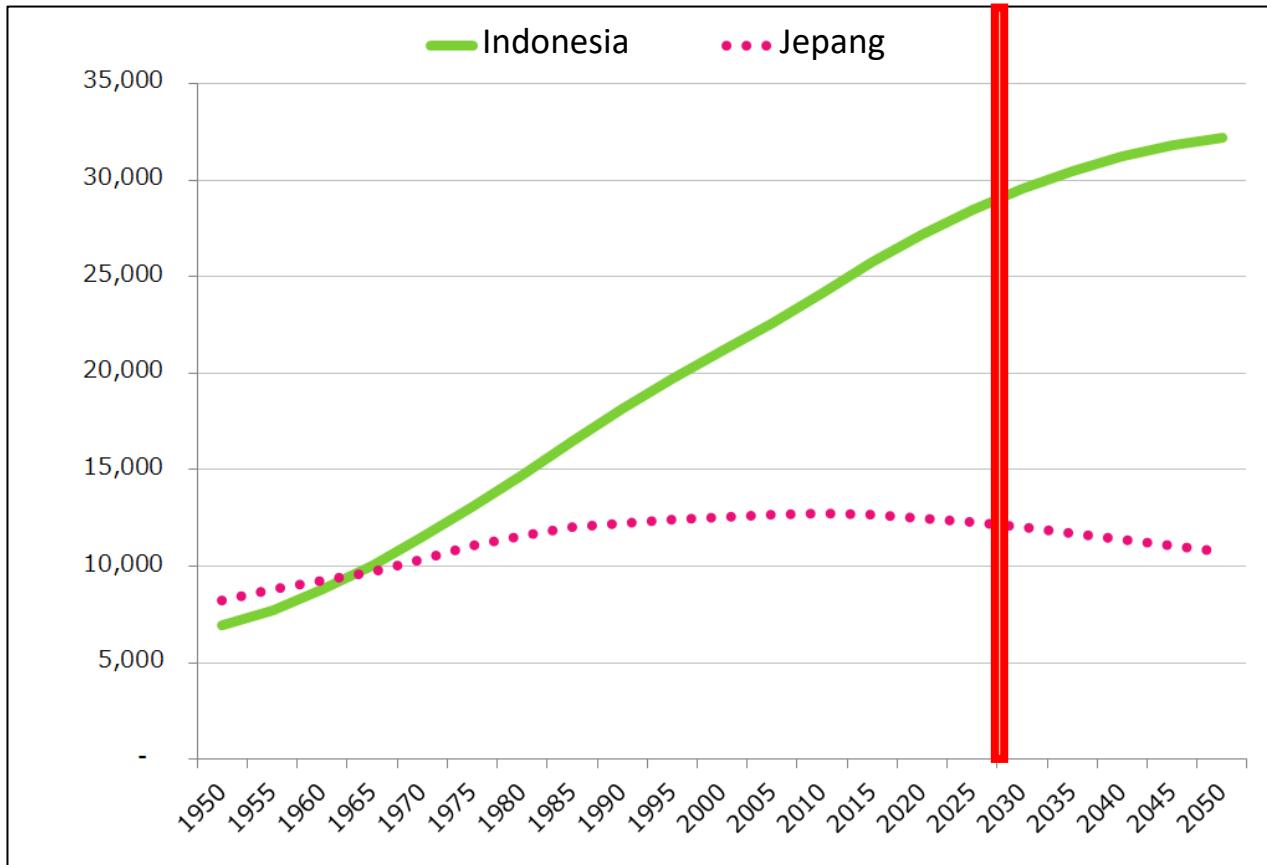
Demensia dan Mild Cognitive Impairment (MCI) di Indonesia

~Skala Penilaian yang Dapat Diterapkan di Lapangan~

*Kumazawa Kazuhide
Japan Asia Medical Nurse Association*



Dinamika Populasi Penduduk dan Demensia di Indonesia

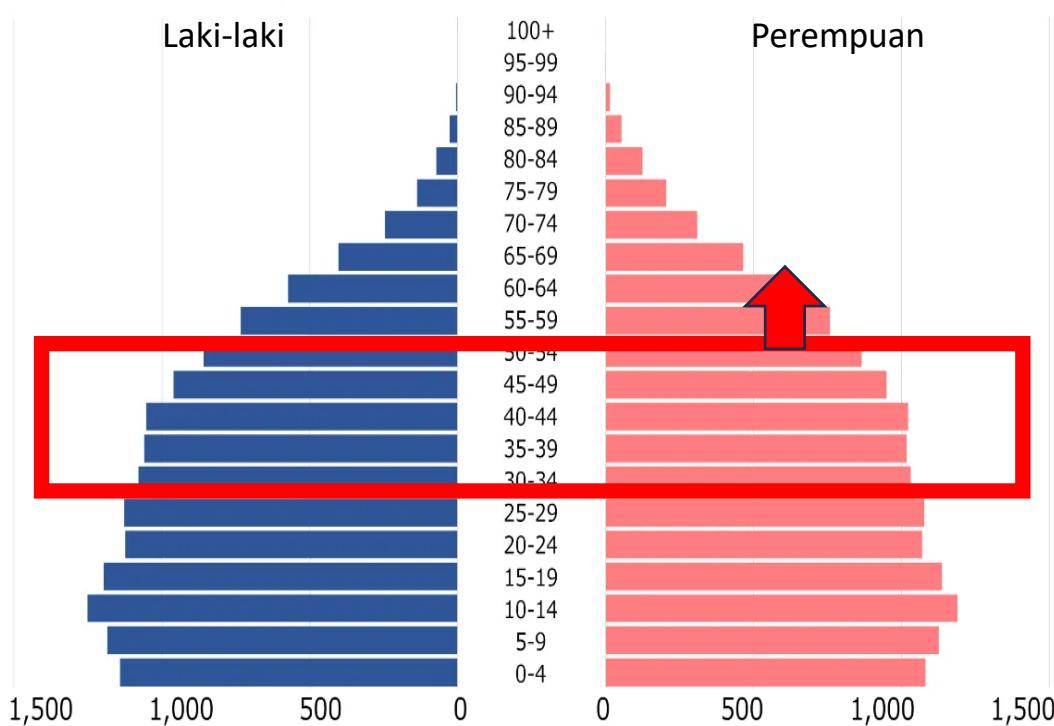


2025 : Sekitar 280juta jiwa
2030 : Sekitar 290juta jiwa
2050 : Sekitar 328juta jiwa

Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS) – Proyeksi Penduduk Indonesia

Jumlah penduduk saat ini sekitar 280 juta jiwa (2025)
Negara berpenduduk terbesar ke-4 di dunia

Piramida Penduduk Indonesia



《 Tahun 2024 》

Penduduk usia muda (0–14 tahun): 24,6%

Penduduk usia produktif (15–64 tahun): 68.1%

Penduduk lanjut usia (65 tahun ke atas): 7.3%

Sumber: United Nations Population Division

《 Prospek ke Depan 》

Diperkirakan populasi Indonesia akan terus meningkat hingga tahun 2030, dan struktur usia penduduk akan mengalami perubahan. Hal ini menimbulkan kekhawatiran akan transisi menuju masyarakat menua (*aging society*).

Jumlah Penderita Demensia dan Prevalensi MCI

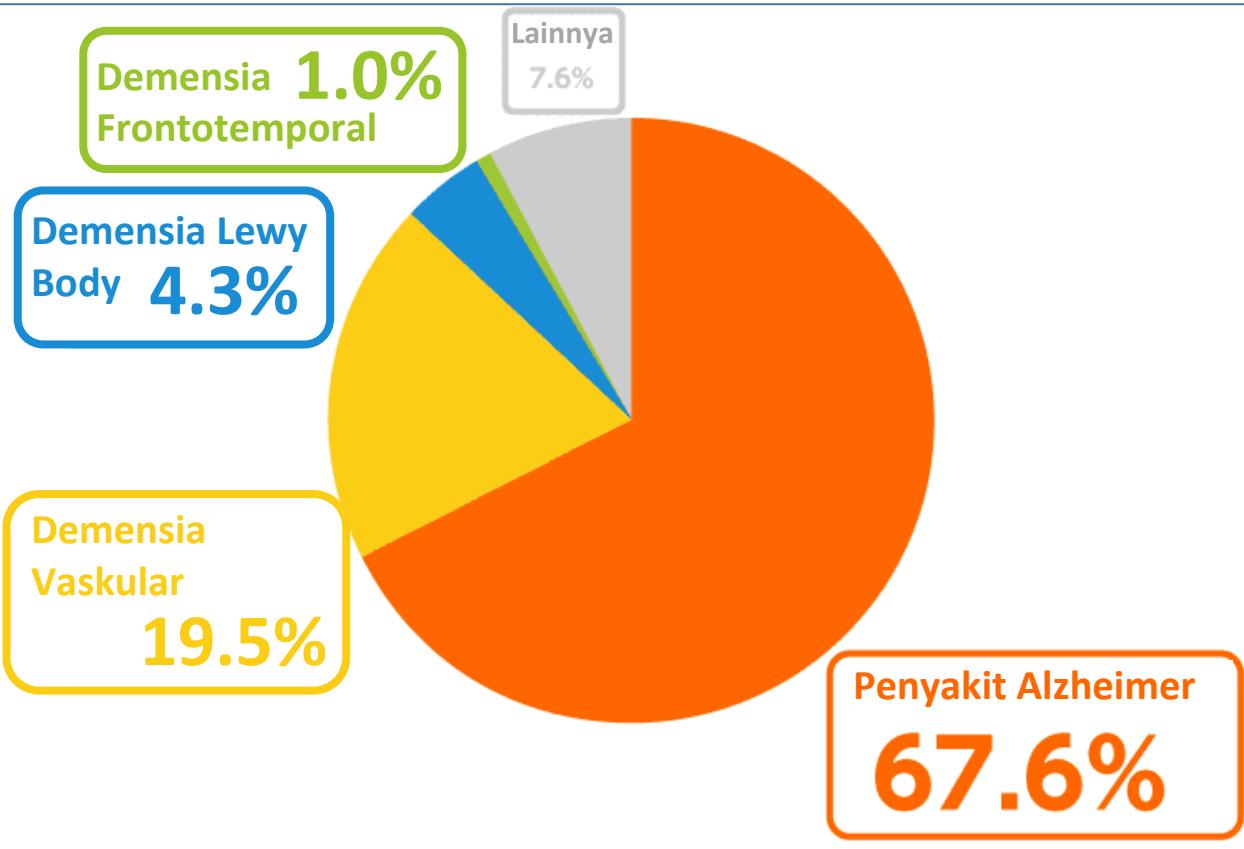


Pada tahun 2015 terdapat sekitar 1,2 juta penderita demensia. Diperkirakan meningkat menjadi sekitar 1,9–2 juta pada tahun 2030, dan sekitar 4 juta pada tahun 2050. Prevalensi MCI **sekitar 17,1%** (sekitar 1 dari 5–6 orang lanjut usia).



Sumber: “Determinants of Cognitive Impairment among The Elderly in Indonesia”
World Alzheimer Report 2015 (ADI)

Jenis-jenis Demensia



“4 Jenis Utama Demensia”

Penyakit Alzheimer

Demensia Lewy Body

Demensia Vaskular

Demensia Frontotemporal

Empat jenis demensia ini mencakup

lebih dari 90% kasus demensia.

Sumber: Prevalence of Dementia in Urban Areas and Approaches to Functional Impairment in Daily Life among Individuals with Dementia (Research funded by the Ministry of Health, Labour and Welfare Science Research Grant: Comprehensive Research on Dementia Measures)

Empat Tipe Demensia dan Gejala Awalnya

Demensia Alzheimer



Gejala awal: mudah lupa, dll

Demensia Vaskular



Gejala awal:
kesemutan pada tangan dan kaki, dll

Demensia Lewy Body



Gejala awal:
halusinasi visual, tremor pada tangan, dll

Demensia Frontotemporal



Gejala awal:
penurunan kemampuan sosial, dll

Demensia Alzheimer (AD)

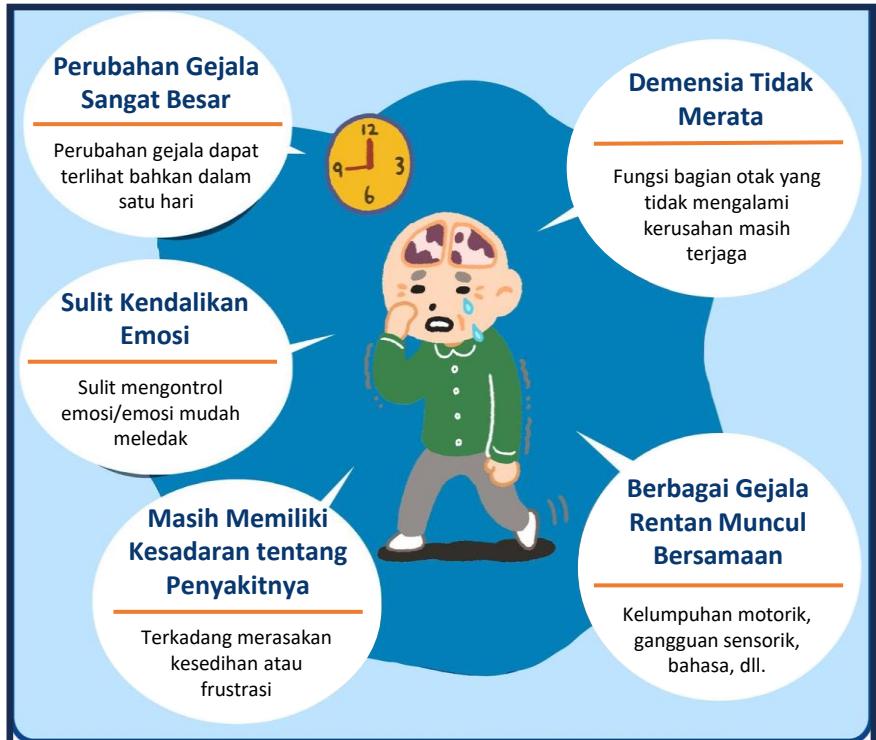
Demensia Alzheimer terjadi akibat kerusakan sel-sel otak yang menyebabkan otak menyusut. Penyusutan dimulai dari hippocampus, pusat memori, sehingga gejala pertama biasanya gangguan ingatan seperti mudah lupa. Gejala lainnya meliputi gangguan orientasi (sulit mengenali waktu atau tempat) dan gangguan fungsi eksekutif (kesulitan merencanakan dan melakukan aktivitas).

Penataan Lingkungan	Pendekatan terhadap Mereka
<p>Membuat lingkungan yang mudah dipahami</p> <p>• Memasang label pada pintu • Memasang lampu petunjuk menuju toilet • dan sebagainya...</p> 	<p>Memahami alasan di balik perilaku dan bersikap setara</p> <p>• Berikan catatan belanja • Jika barang hilang, carikan bersama dan letakkan di tempat yang mudah terlihat</p> 

GEJALA	
Awal	<ul style="list-style-type: none"> Sering lupa hal kecil Lupa tindakan yang sudah dilakukan Sulit mengingat kejadian terkini Kesulitan menyelesaikan pekerjaan rumah secara teratur
Pertengahan	<ul style="list-style-type: none"> Mudah marah, perubahan kepribadian Terus menerus membutuhkan bantuan dalam aktivitas sehari-hari Sulit menahan buang air Tersesat saat keluar rumah

Demensia Vaskular (VaD/VCI)

Demensia vaskular disebabkan oleh stroke iskemik, perdarahan otak, atau perdarahan subarachnoid. Penyumbatan pembuluh darah atau perdarahan dapat merusak sel-sel otak sehingga memicu demensia. Seperti Alzheimer, muncul gangguan memori dan orientasi, serta terkadang disertai kelumpuhan atau gangguan bicara.



GEJALA	
Awal	<ul style="list-style-type: none"> Gangguan berjalan: melambat atau langkah menjadi pendek" Motivasi menurun: lesu, tidak inisiatif, kadang menarik diri dari lingkungan
Pertengahan	<ul style="list-style-type: none"> Gangguan artikulasi: bicara menjadi tidak jelas Gangguan menelan: sulit menelan atau sering tersedak Gangguan memori: membutuhkan waktu lebih lama untuk mengingat Kesemutan atau kelumpuhan pada tangan/kaki, serta gangguan buang air

Demensia Lewy Body (DLB/PDD)

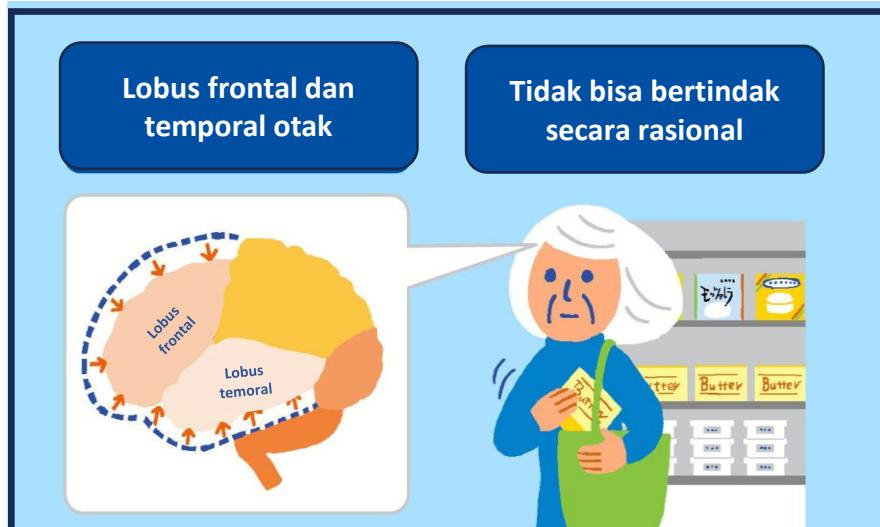
Demensia Lewy Body disebabkan oleh penumpukan protein khusus yang disebut body Lewy di dalam sel-sel otak, degenerasi otak. Kondisi ini menyebabkan penurunan fungsi otak. Seperti pada jenis demensia lainnya, kondisi ini dapat menyebabkan gangguan memori dan gangguan orientasi. Terdapat gangguan fungsi eksekutif, tetapi selain itu, muncul halusinasi visual dan gejala Parkinson.



	GEJALA
Awal	<ul style="list-style-type: none"> Penurunan fungsi kognitif (mirip dengan demensia tipe Alzheimer) Halusinasi visual dan delusi : muncul gejala seperti “ada yang yang tidak dikenal” “melihat anak kecil duduk di dekat bantal”
Pertengahan	<ul style="list-style-type: none"> Kaki tersandung Langkah menjadi lebih pendek Muncul gejala parkinson Tubuh menjadi lebih mudah kaku, dan tangan gemetar

Demensia Frontotemporal (FTD)

Demensia frontotemporal merupakan jenis demensia yang terjadi ketika lobus frontal dan temporal otak mengalami degenerasi atau penyusutan. Penyakit ini berkembang pada usia yang relatif muda dan ditandai dengan perilaku yang menyimpang dari norma sosial, seperti pencurian yang berulang kali dan pelanggaran lalu lintas.



GEJALA	
Awal	<ul style="list-style-type: none">• Perilaku antisosial : Mencuri di toko atau diam-diam mengambil barang dari kamar orang lain.• Perilaku stereotip (berulang-ulang) : Berjalan pada rute yang sama beberapa kali atau melakukan hal yang sama pada waktu yang sama secara konsisten.
Pertengahan	<ul style="list-style-type: none">• Gangguan bicara : Mengulang kata yang sama, dipersingkat, dan kosakata yang terbatas• Penurunan inisiatif : Menjadi depresi dan kehilangan motivasi.

Gejala Demensia Yang Umum Terlihat

Hematoma Subdural Kronis

Kondisi di mana setelah kepala terbentur keras, darah menumpuk di antara otak dan dura mater(lapisan keras) selama 1-2 bulan. Darah yang terkumpul memberi tekanan pada otak, sehingga muncul gejala seperti lupa, gangguan mental, dan kesulitan berjalan. Gejala sering muncul sekitar 3 minggu hingga 3 bulan setelah kepala terbentur. Gejala dapat membaik dengan melakukan operasi aspirasi hematoma (prosedur mengeluarkan darah)

Hipotiroidisme (penurunan fungsi kelenjar tiroid)

Penyakit di mana tubuh kekurangan hormon tiroid yang meningkatkan metabolism, sehingga energi dan kemampuan aktivitas tubuh menurun. Jika kondisi kekurangan hormon tiroid berlangsung terus-menerus, maka gejala seperti mudah lupa, mengantuk, serta perubahan kepribadian dapat muncul. Perbaikan gejala dapat terlihat melalui terapi penggantian hormon.

Hidrosefalus bertekanan normal

Penyakit yang terjadi Ketika terlalu banyak cairan serebrospinal(cairan otak) menumpuk di area otak yang disebut ventrikel otak. Ketika mengalami hidrosefalus bertekanan normal, gejala seperti gangguan berjalan, penurunan ringan fungsi kognitif, dan inkontinensia urine dapat muncul. Demensia yang disebabkan oleh hidrosefalus tekanan normal dapat diperbaiki dengan melakukan operasi pemindahan cairan serebrospinal.

Tes Skrining Demensia



【Gejala Awal yang Terlihat Pada Demensia】

Ganguan Memori



Disorientasi



Disfungsi Eksekutif



Penurunan Kemampuan
Memahami, Menilai, dan
Berkonsentrasi



Perubahan Emosi (Kondisi Depresi)



Perubahan Sifat



Deteksi dini ialah kunci dalam penanganan
demensia

MMSE (Mini-Mental State Examination)

Karakteristik : Tes penilaian fungsi kognitif yang paling banyak digunakan di seluruh dunia. Skor maksimal 30 point.

Isi penilaian : Orientasi (waktu & tempat), memori, perhatian & perhitungan, bahasa, serta kemampuan konstruksi

Waktu yang dibutuhkan : 10~15 menit

MMSE dilakukan dengan menguji 11 item penilaian

- 1. Orientasi waktu** : 1 poin × 5 item
- 2. Orientasi tempat** : 1 poin × 5 item
- 3. Perekaman bahasa secara auditif** : 1 poin × 3 item
- 4. Perhatian dan perhitungan** : 5 poin
- 5. Recall (mengingat kembali)** : 1 poin × 3 item
- 6. Penamaan** : 1 poin × 2 item
- 7. Pengulangan kalimat/kata** : 1 item
- 8. Pemahaman** : 1 poin × 3 tahap
- 9. Membaca** : 1 poin
- 10. Menulis** : 1 poin
- 11. Menggambar** : 1 poin



Pelaksanaan

Benda yang digunakan dalam pemeriksaan MMSE

- Alat tulis (pensil dan penghapus)
- Kertas putih kosong

POINT Pelaksanaan

- ① Waktu yang dibutuhkan sekitar 10-15 menit. Lakukan pemeriksaan pada saat kondisi fisik peserta sedang baik
- ② Tidak diperlukan peralatan khusus saat pemeriksaan. Tes terdiri dari 11 item, di mana peserta menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemeriksa satu persatu

Setiap jawaban benar diberi nilai 1, jawaban salah diberi nilai 0, lalu dilakukan penilaian per item.

- ① Waktu untuk setiap pertanyaan adalah 10 detik. Jika waktu habis, lanjut ke pertanyaan berikutnya. Pemeriksa tidak boleh mengubah isi pertanyaan atau memberi petunjuk
- ② Hindari penggunaan kata seperti “tes” atau “pemeriksaan” agar tidak membuat peserta merasa cemas

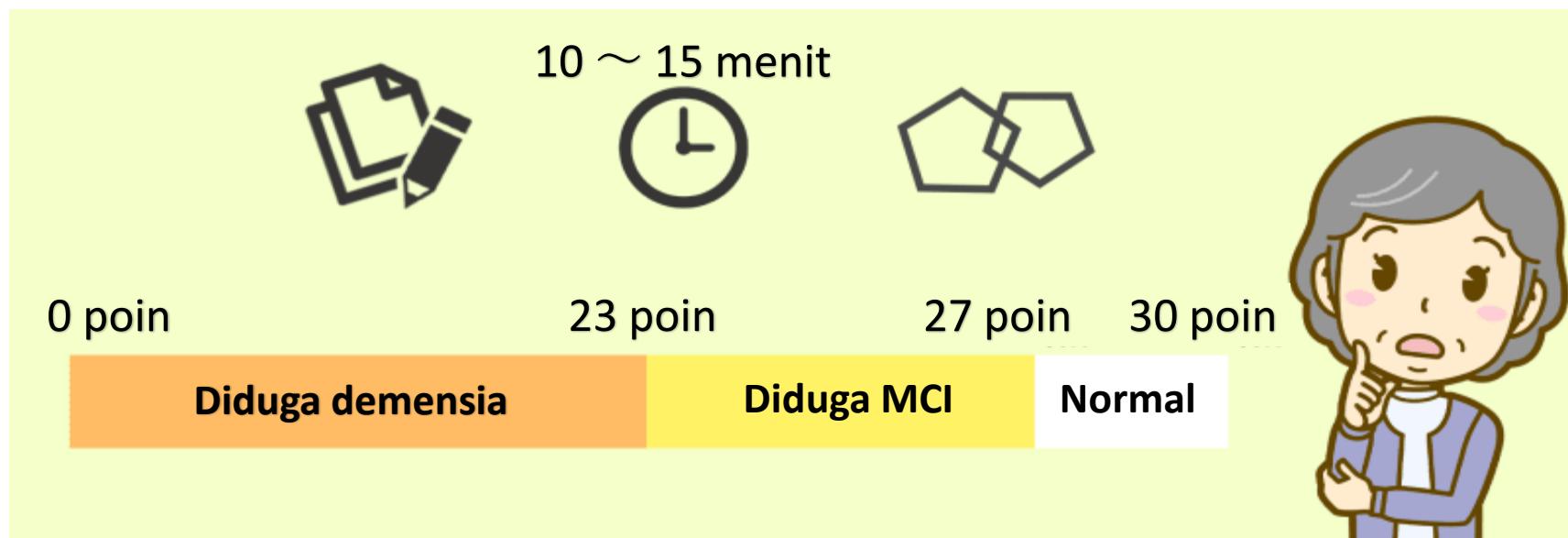
Cut-off value

MMSE adalah pemeriksaan dengan total skor 30 poin. Terdapat nilai ambang (cut-off value) yang digunakan sebagai garis penentu untuk menilai adanya dugaan demensia, serta standar penilaian berdasarkan skor

28～30 poin : Tidak ada kelainan (normal)

24～27 poin : Diduga mengalami gangguan kognitif ringan (MCI)

23 poin ke bawah : Cenderung diduga mengalami demensia



Demonstrasi

MMSE (Mini-Mental State Examination) 1/4P

Pertanyaan 1 [Orientasi Waktu] 1 poin × 5 soal

Tahun ini tahun berapa?

Bulan ini bulan berapa?

Hari ini tanggal berapa?

Hari ini hari apa?

Saat ini pagi, siang sore atau malam?

Apakah Anda menyadari orientasi waktu?

Pada orang dengan demensia: orientasi waktu terganggu sejak tahap awal

Tips cara menanyakan:

Jangan menunjukkan kalender atau jam
Tanyakan:

“Hari ini hari apa?”

“Saat ini pagi, siang, sore, atau malam?”

Apakah Anda menyadari orientasi tempat?

Pada orang dengan demensia: pasien sering menggunakan kata-kata umum untuk menghindari jawaban spesifik (misal: “tempat belajar”)

Pertanyaan 2 [Orientasi Tempat] 1 poin × 5 soal

Apa nama Universitas ini?

Saat ini Anda berada di fakultas/auditorium apa?

Apa nama gedung ini?

Sekarang kita berada di lantai berapa?

Arah pintu masuk ruangan ini ke mana (ke kanan, kiri, depan, atau belakang)?

Pertanyaan 3 [Mengingat Kata] 1 poin × 5 soal

Silakan ingat tiga kata berikut yang akan saya sebutkan dengan menyuarakannya: ‘Buku, Kunci, Pisang’

→ Ingat kata-kata ini karena Anda akan mendengarnya nanti

Tips dalam mengajukan pertanyaan kepada pasien:

Pilih tempat yang benar-benar dikenal oleh mereka dengan demensia

MMSE (Mini-Mental State Examination) 2/4P

Pertanyaan 4 [Konsentrasi dan kemampuan perhitungan]

1 poin × 5 item

“Kurangi 5 angka dari 100 sebanyak 5 kali”



Misalkan Anda diberi instruksi untuk mengurangi 10 dari 100 secara berulang. Jika jawaban dari $100 - 10$ adalah 90, kemudian dari angka itu kurangi lagi 10 menjadi 80..., Dengan cara seperti ini, pengurangan 10 akan diulang sebanyak 5 kali. Jika terjadi kesalahan dalam perhitungan atau tidak bisa menjawab, soal bagian ini akan dihentikan, dan skor yang diperoleh adalah jumlah jawaban yang benar hingga saat ini X 1 poin.

Pertanyaan 5 [Mengingat kata (memori jangka pendek)]

1 poin × 3 item

“Apa 3 kata yang saya ucapkan sebelumnya (Pertanyaan 3)”



Tidak masalah jika pelaksana memberikan petunjuk. Baik dengan atau tanpa petunjuk, selama jawaban benar, dianggap benar.

MMSE (Mini-Mental State Examination) 3/4P

Pertanyaan 6 [Penamaan benda] 1 poin × 2 soal



“Apakah ini?”

Contoh pertanyaan lain :

- Menunjukkan ilustrasi mobil, pensil, dan lain-lain. Lalu bertanya “Ini apa ?”

Pertanyaan 7 [Pengulangan kalimat] 1 poin × 2 soal

“Tolong ulangi kalimat yang saya sebutkan”

Q1 → “Ayo melakukan yang terbaik bersama-sama!”

Q2 → “Ayo makan enak yang banyak hari ini!”

Pertanyaan 8 “Pemahaman Bahasa” 1 poin × 3 tahap

- ① “Pegang pulpen di tangan kanan”
- ② “Pindahkan pulpen ke tangan kiri”
- ③ “Berikan pulpen itu kepada orang di sebelah Anda”

MMSE (Mini-Mental State Examination) 4/4P

Pertanyaan 9 [Membaca] 1 poin × 1 soal

Bacalah kalimat ini dan lakukan instruksi tersebut.

→ “Tutup mata Anda.”

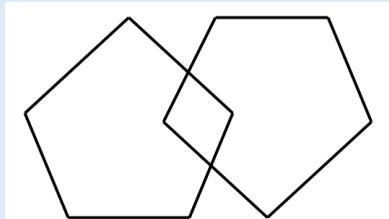
Pertanyaan 10 [Menulis] 1 poin × 1 soal

“Tulis sebuah kalimat”

Kalimat pendek apa saja boleh! (Contoh: “Saya suka ...” dll)

→ Minta orang di sebelah Anda untuk memeriksa kalimat tersebut.

Pertanyaan 11 [Menggambar] 1 poin × 1 soal



“Gambar bentuk berikut dengan tepat.”

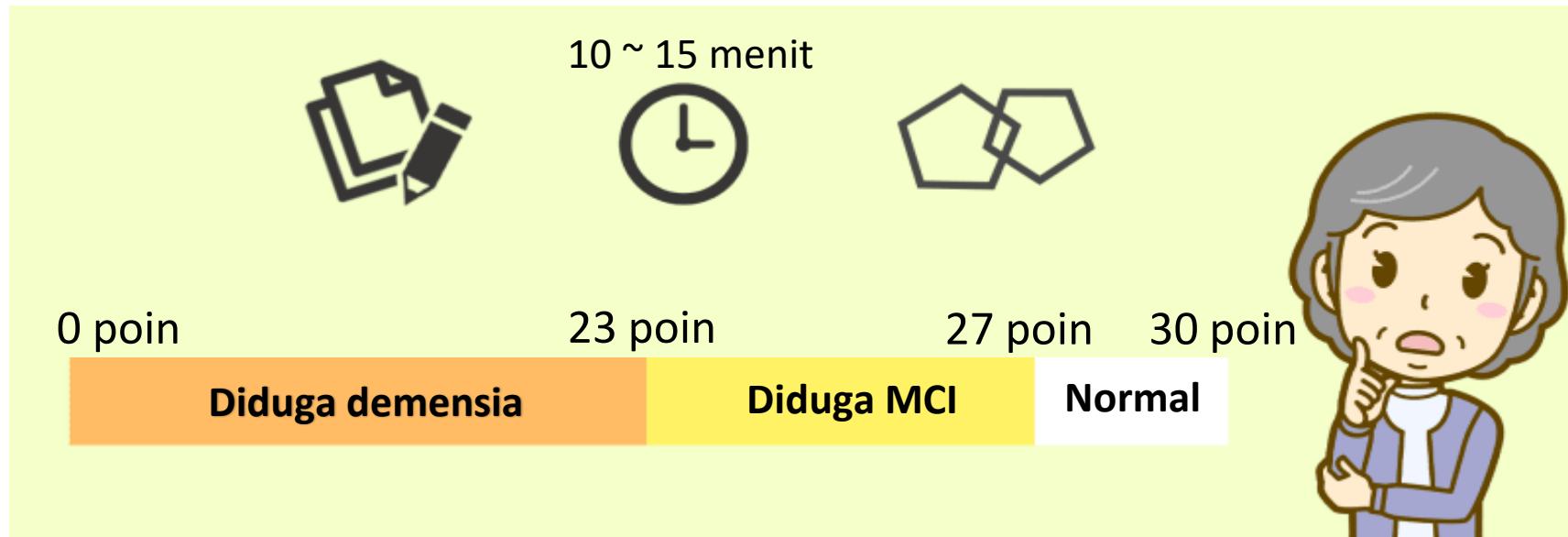
→ Minta orang di sebelah Anda untuk memeriksa gambar tersebut.

**Silakan hitung total skor Anda.
Mari kita periksa menggunakan “Cut-off Value”!**

28~30 poin : Tidak ada abnormalitas

24~27 poin : Diduga mengalami Gangguan Kognitif Ringan (MCI)

23 poin ke bawah : Ada kemungkinan mengarah pada demensia



Point!

**Tes skrining seperti MMSE tidak dapat digunakan sebagai dasar diagnosis demensia.
Gunakan hasilnya hanya sebagai indikator untuk deteksi dini.**

A wide-angle photograph of a city skyline at sunset. The sky is a gradient of orange, yellow, and blue. In the foreground, a body of water reflects the warm colors of the sky. On the left, a modern building with a curved roof and several vertical red poles is visible. In the center, a long bridge with a distinctive curved structure extends across the water. On the right, a large mosque with a prominent white dome and a minaret is silhouetted against the sky. The city lights begin to twinkle as the sun sets.

Terima kasih atas perhatiannya.

Di sebuah hotel di Makassar, Indonesia (Sulawesi Selatan)

©2025 公益財団法人日本アジア医療看護育成会(JAMNA)