

SURAT TUGAS

Nomor: 127-R/UNTAR/Pengabdian/IV/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

NINAWATI, Dr. Dra., M.M.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Cara Berkomunikasi dengan Penderita Alzheimer
Mitra : Kompas.com
Periode : Genap 2024-2025/ 13 Maret 2025
URL Repository : <https://lintar.untar.ac.id/ltrdosen/lapBKD/srttgspxm.aspx>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

27 April 2025

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : caee1db160f7e07991e8e61a27d4490b

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

<https://health.kompas.com/read/25C13154011768/cara-berkomunikasi-dengan-penderita-alzheimer>

Cara Berkomunikasi dengan Penderita Alzheimer

Kompas.com - 13/03/2025, 15:40 WIB

Artikel ini telah tayang di [Kompas.com](https://www.kompas.com) dengan judul "Cara Berkomunikasi dengan Penderita Alzheimer", Klik untuk baca: <https://health.kompas.com/read/25C13154011768/cara-berkomunikasi-dengan-penderita-alzheimer>.

Editor : Sandro Gatra



Cara Berkomunikasi dengan Penderita Alzheimer

Happy Marsya*, Jenny Kezia*, Juvinto*, Yolanda*, dan Ninawati**

(* mahasiswa Fakultas Psikologi Univeritas Tarumanagara

**** dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara)**

Alzheimer adalah penyakit otak yang ditandai dengan penurunan progresif dari fungsi kerja otak, mulai dari ingatan, kemampuan berpikir, perilaku, hingga kemampuan berbicara. Penurunan dari fungsi kompleks hingga dasar dari otak tentunya *tak* hanya mempersulit para pasien Alzheimer dalam mengekspresikan diri mereka, tetapi juga mempersulit anggota keluarga atau orang yang merawat dalam memahami mereka.

Kekhawatiran ini perlu menjadi pusat fokus para manusia dimana berdasarkan hasil statistika Alzheimer's Indonesia (22/04/2019) memperkirakan pasien Alzheimer khususnya di Indonesia akan meningkat menjadi 2 juta di tahun 2030 dan 4 juta di tahun 2050. Angka ini menjadi mengerikan jika dibanding dengan sekitar 1,2 juta penyandang pada tahun 2016. Menurut World Health Organization (2023), setiap tahun dihantui ada hampir 10 juta kasus baru di seluruh dunia.

Meski belum diketahuinya pasti mengenai penyebab hingga obat penyembuhan. Angka-angka tersebut tidak dapat disepelekan, karena tidak hanya pasien melainkan orang-orang disekitarnya turut berdampak oleh penyakit tersebut.

Anggota keluarga atau orang yang merawat seringkali merasa frustrasi dan kewalahan hingga depresi ketika berkomunikasi dengan pasien Alzheimer (Au, et al., 2010). Ketidakmampuan pasien dalam mengingat kata-kata, merangkai kalimat, atau bahkan mengenali orang-orang di sekitarnya dapat membuat komunikasi yang mendasar menjadi tantangan yang besar.

Namun, dengan memahami cara berkomunikasi yang efektif, anggota keluarga dan orang yang merawat dapat membangun hubungan yang lebih positif.

Oleh karena itu, penting untuk mengetahui hal-hal yang harus diperhatikan ketika berkomunikasi dengan pasien Alzheimer agar kenyamanan dan penghargaan dalam interaksi serta komunikasi dapat dirasakan oleh pasien.

National Institute on Aging (2025) menjelaskan hal pertama yang harus diketahui sebelum berinteraksi dengan pasien Alzheimer adalah bahwa sikap dan emosi dapat memengaruhi suasana percakapan. Pasien Alzheimer sebaiknya didekati dengan suasana hati yang tenang, hangat, dan positif. Kesabaran juga harus diterapkan saat mendengar dan berbicara, berikan waktu lebih untuk pasien merespon. Jika kelelahan

atau stres dirasakan, sebaiknya luangkanlah waktu sejenak untuk menenangkan diri sebelum interaksi dilakukan.

Selanjutnya, komunikasi dengan pasien Alzheimer akan lebih mudah jika dilakukan di tempat yang tenang dengan sedikit gangguan dari suara berisik atau aktivitas lain seperti televisi. Pastikan juga pasien sedang dalam kondisi yang nyaman, tidak lapar, dan tidak sakit. Hal ini mendukung pasien dalam berfokus dan memperhatikan kita saat berkomunikasi.

Selain itu, perhatikan juga gaya bahasa dan pemilihan kata yang digunakan. Bicaralah secara tenang, perlahan, dan jelas dengan menggunakan kata-kata atau kalimat yang singkat dan sederhana. Jika ingin mengajukan pertanyaan maka hindari pertanyaan terbuka. Sebaiknya, berikan pertanyaan dengan jawaban “iya” atau “tidak” untuk mempermudah mereka dalam memproses informasi dan pertanyaan serta menjawabnya. Hindari juga memberikan terlalu banyak pertanyaan dan membicarakan banyak hal sekaligus. Dengan begitu mereka tidak akan mudah merasa kewalahan saat berbicara dan menjawab pertanyaan.

Jika pasien mengalami kesulitan saat berbicara atau mengungkapkan pikirannya dengan jelas, tetapkan menaruh fokus pada mereka. Mendengarkan dengan penuh perhatian akan membuat mereka merasa dihargai. Mereka juga akan merasa sedang diperhatikan dengan baik ketika diberi isyarat seperti kontak mata, anggukan, dan senyuman. Perhatikan juga bahasa tubuh mereka karena mereka mungkin lebih banyak berkomunikasi melalui ekspresi wajah, nada suara, ataupun gerakan tubuh. Seorang pendengar yang aktif dapat lebih mudah memahami konteks, perasaan, atau kebutuhan mereka dengan lebih baik.

Terkadang kita lupa bahwa bahasa tidak hanya berupa kata-kata, tetapi juga bahasa non-verbal seperti bahasa tubuh (Alzheimer's Society, 2022). Ekspresi wajah, kontak mata, dan gerakan tangan dapat membantu dalam menyampaikan suatu pesan. Jika masih kesulitan, penggunaan gambar atau benda juga dapat membantu pasien memahami pesan yang ingin disampaikan. Kontak fisik seperti menggenggam tangan mereka juga dapat membantu mereka dalam memahami pesan dan perasaan yang ingin ditunjukkan, serta membuat mereka merasa nyaman dan didukung.

Yang terpenting, jangan terlalu memaksakan pasien Alzheimer untuk mengingat sesuatu atau nama seseorang karena hal ini hanya akan membuat stress dan tekanan yang berlebihan (National Institute on Aging, 2025).

Berkomunikasi dengan pasien Alzheimer memang memiliki tantangan tersendiri, tetapi dengan cara yang tepat, interaksi yang lebih nyaman dan bermakna dapat terbentuk. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam berkomunikasi adalah menyiapkan diri sendiri dengan sikap tenang dan sabar, memastikan pasien dalam kondisi yang baik,

menggunakan gaya bahasa yang sederhana dan jelas, serta menjadi pendengar yang aktif. Selain itu, komunikasi tidak selalu harus melalui kata-kata, tetapi juga dapat dilakukan melalui ekspresi wajah, gerakan tubuh, atau sentuhan lembut.

Kesabaran, pengertian, dan kasih sayang juga merupakan kunci utama dalam berinteraksi dengan pasien Alzheimer. Sikap-sikap ini dapat membantu mereka merasa lebih dihargai, dipahami, dan tetap memiliki kualitas hidup yang baik. Oleh karena itu, mari terus belajar dan memahami cara terbaik dalam berkomunikasi dengan mereka, sehingga mereka dapat merasakan dukungan maksimal yang diberikan serta terbentuknya hubungan yang penuh kasih sayang.

<https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/symptoms-and-diagnosis/symptoms/how-to-communicate-dementia>

<https://alzi.or.id/tips-komunikasi-dengan-odd/>

<https://alzi.or.id/statistik-tentang-demensia/>

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>

<https://www.nia.nih.gov/health/alzheimers-changes-behavior-and-communication/dos-and-donts-communicating-person-who-has>

Au, M. L. A. M. G., Lau, K. M., Sit, E., Cheung, G., Lai, M. K., Wong, S. K. A., & Fok, D. (2010). The role of self-efficacy in the Alzheimer's family caregiver stress process: A partial mediator between physical health and depressive symptoms. *Clinical Gerontologist*, 33(4), 298-315. <https://doi.org/10.1080/07317115.2010.502817>

