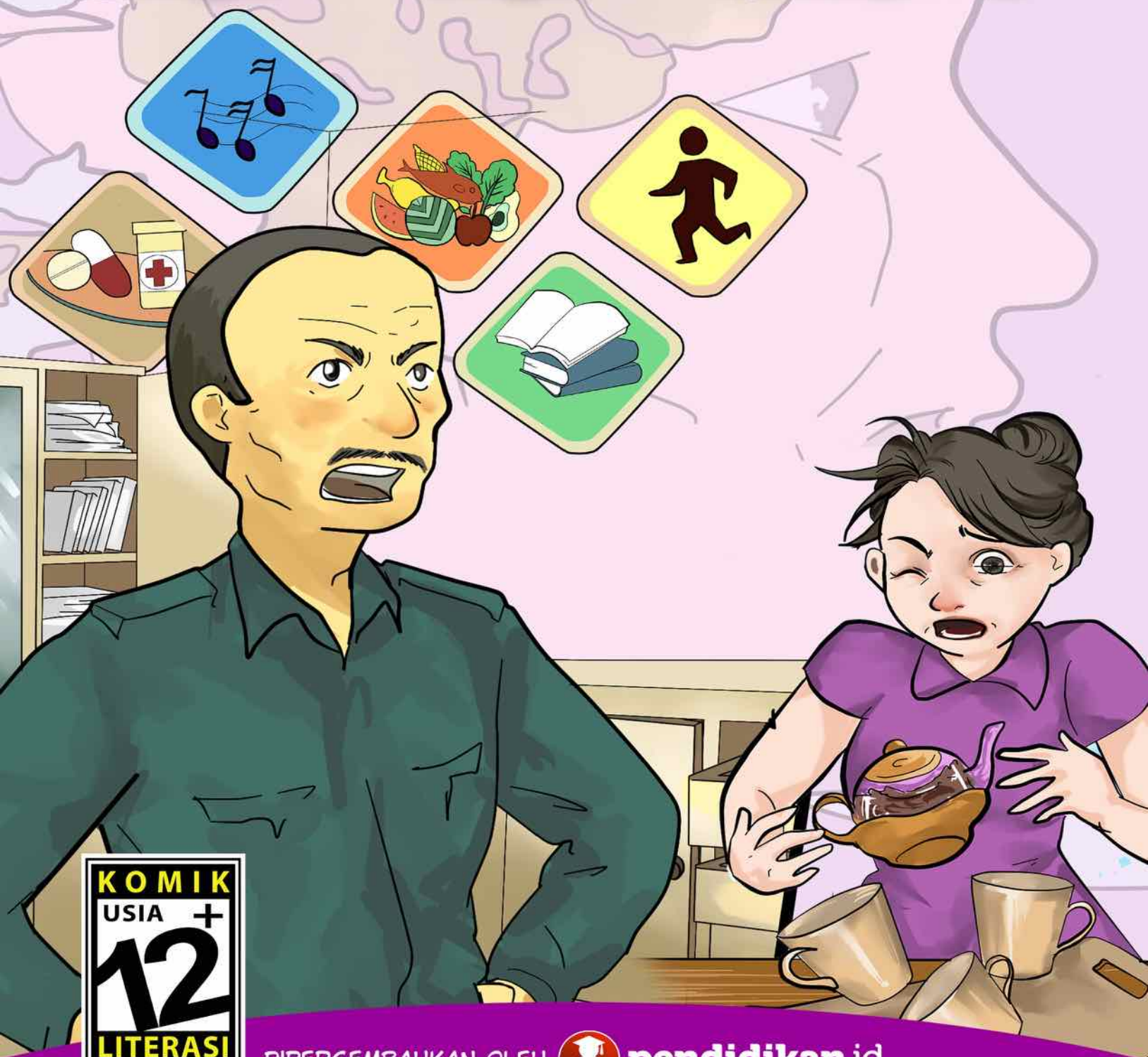


SERI PENDIDIKAN KESEHATAN

LUPA-LUPA INGAT



DIPERSEMBAHKAN OLEH



pendidikan.id

KOMIK LITERASI

SEBUAH METODE PEMBELAJARAN TERBARU MENINGKATKAN MINAT BACA ANAK MENGGUNAKAN METODE DIGITAL UNTUK SELURUH ANAK-ANAK DI INDONESIA GUNA MENDAPATKAN BAHAN BACAAN YANG BAIK, MENDIDIK DAN GRATIS.

KOMIK PENDIDIKAN

KOMIK "LUPA-LUPA INGAT" ADALAH KOMIK LITERASI SERI PENDIDIKAN KESEHATAN YANG MEMBERIKAN INFORMASI TENTANG PENYAKIT ALZHEIMER, YAITU KONDISI PENURUN DAYA INGAT DAN KEMAMPUAN BERPIKIR SESEORANG. SELAIN ITU, KOMIK INI JUGA DILENGKAPI DENGAN GAMBAR YANG MENARIK SEHINGGA MENJADI METODE TERBARU MELATIH ANAK SENANG MEMBACA.

SILAHKAN SEBARKAN KOMIK LITERASI INI KEPADA TEMAN, SANAK KELUARGA DAN SIAPAPUN AGAR SEMUA ANAK BANGSA DAPAT MEMANFAATKAN KOMIK INI DENGAN SEBAIK-BAIKNYA. SEMANGAT LITERASI MENUJU INDONESIA HEBAT PADA INDONESIA EMAS 2045!

UNTUK MENDAPATKAN
KOMIK PENDIDIKAN LAINNYA,
SILAHKAN KUNJUNGI SITUS KAMI
KOMIK.PENDIDIKAN.ID



Pak Warsito
adalah seorang PNS
yang bekerja di Balaikota.

Ia tinggal bersama istrinya
yang bernama Ibu Arsita, serta
anak laki-laki semata wayangnya
yang bernama Banu.



Pagi-pagi
rumah Pak Waristo
sudah sangat ramai...

Buuuu...!!
Bu....!!!



Ada apa
sih pak...??
Masih pagi
kok sudah
teriak-teriak...

Kunci
motor
bapak di
mana bu???

Bapak sudah
terlambat
nih...

Hari
ini ada
rapat
bulanan.





Bapak...
bapak.....

Kemari
Paakkk...!

Kuncinya
sudah
ketemu...

Ini ada
di tong
sampah, pak.
Tadi ibu lihat
saat hendak
membuang
sampah...



Ketemu
di mana,
bu?

2 hari kemudian,
hari Minggu

Pak,
mumpung
hari ini
bapak
libur... Tolong
antar ibu
ke Pasar
Sukorejo
ya...

Pak Warsito dan Bu Arista
kemudian berangkat ke pasar...

Bukannya menuju ke pasar,
Pak Warsito tiba-tiba justru
berhenti di depan warung yang
ada di ujung jalan.

Lho pak,
kok kita
berhenti
di warung
sih??

Bukannya
ibu
tadi minta
antar
ke warung??

Ya ampun,
paakk...
Ibu tadi kan
bilangnya minta
dantar ke
pasarrrr...

Ooh...
Maaf, bu...
Bapak kok
bisa lupa
begini
yaa???



Ya sudah,
ayo kita
ke pasar!
Ingat ya pak,
ke pasarr...
PA...SAR...

PA...SAR...



....

Bu,
jalan
ke pasar
lewat
mana
ya??

Tiba-tiba
bapak
lupa...



Ah ya
sudahlah,
nanti ibu
beritahu
jalannya...

Dari hari ke hari, Pak Warsito
semakin menunjukkan sikap yang aneh



Hal ini membuat Bu Arsita
dan Banu terheran-heran.

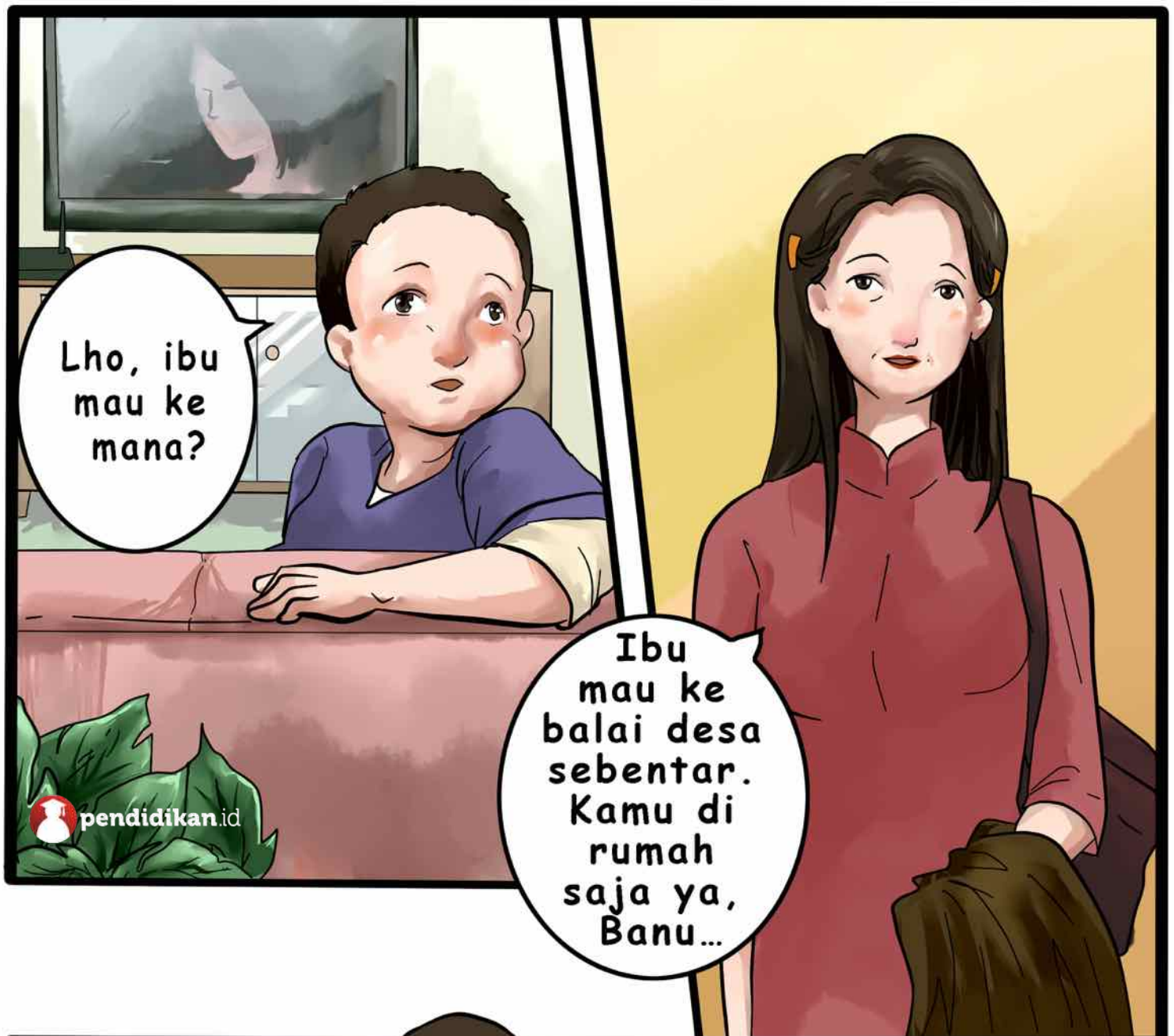
Bu,
kenapa sih
ayah semakin
lama semakin
gampang
lupa?

Huh,
lemari
Banu
jadi bau
makanan
bu...!

Iya ya...
Ibu juga
merasa
ayahmu
makin lama
makin
pelupa...

Ayah
kemarin
meletakkan
bungkus
makanan di
lemari
pakaianku,
mungkin dia
mengira itu
lemari
makanan.





Oh,
begitu...

Baiklah,
ibu pergi
dulu...

pendidikan.id

Penyuluhan hari itu membahas
tentang penyakit Alzheimer...

Selamat
siang,
ibu-ibu...

Pokok
bahasan ini
akan disampaikan
oleh Dokter Heru
dari Puskesmas
Mulyorejo.

Pertemuan
pada siang
hari
ini akan
membahas
mengenai
penyakit
Alzheimer.



Baiklah
ibu-ibu,
saya akan
menerangkan
tentang
penyakit
Alzheimer,

gejala-
gejalanya
dan apa
saja yang
harus
diwaspadai.



Alzheimer
adalah sebuah kelainan
dengan gejala penurunan
daya ingat dan kemampuan
berpikir seseorang, serta
perubahan perilaku
pada penderita.

Dok,
apakah
Alzheimer itu
sama saja
dengan pikun?

Suami saya
makin hari
makin menjadi
pelupa...



Pikun adalah persamaan kata dari lupa, bu. Salah satu gejala alzheimer ialah pikun, namun dengan kondisi yang lebih berat.

Orang yang mengalami pikun biasa, hanya akan lupa dengan beberapa hal yang detail. Sedangkan pada penderita alzheimer, mereka bisa mengalami lupa sama sekali dengan apa yang terjadi dengan dirinya.

Alzheimer disebabkan karena adanya kerusakan sel-sel otak. Tidak hanya lansia, orang muda pun bisa saja mengalami alzheimer.

Orang yang terkena cedera kepala atau penyakit lainnya juga bisa memicu seseorang terkena alzheimer.



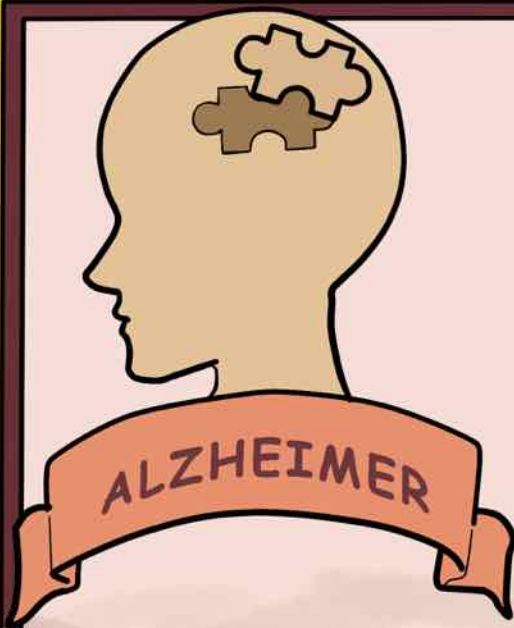
Alzheimer merupakan penyakit yang sifat gejalanya berkembang secara perlahan, namun lama-lama dapat merusak hampir seluruh sel otak.

Volume otak semakin lama akan mengecil, mengakibatkan manusia bahkan tidak dapat menggerakkan tubuhnya sendiri.

Oleh karena itu, lebih baik langsung diperiksakan ke dokter saja jika muncul gejala-gejala yang mencurigakan. Adanya penyakit Alzheimer bisa diketahui melalui pemeriksaan B rain CT-scan dan B rain MRI.

Itu karena sel otak untuk menggerakkan tubuh sudah ikut rusak. Bahkan alzheimer juga bisa berujung kematian 8 - 10 tahun kemudian, sejak orang itu pertama kali terkena alzheimer.

Lalu gejala-gejala alzheimer itu apa saja, dok?



Gejala tahap awalnya yaitu dimulai dari sikap pikun atau pelupa. Misal lupa dengan nama benda atau tempat, sering tersesat di daerah yang seharusnya sudah familiar, salah menaruh barang dan sebagainya.

Gejala tahap pertengahan meliputi sulit mengingat nama anggota keluarga atau teman, ada masalah dalam berkomunikasi, cemas, frustrasi atau bahkan depresi, serta mudah mengalami halusinasi.

Gejala tahap akhir ditandai dengan penurunan daya ingat yang parah, sering BAK & BAB secara tidak disadar, tidak peduli dengan kebersihan hingga kesulitan menelan dan bergerak.

Faktor-faktor yang dapat memicu seseorang dapat terkena alzheimer yaitu:

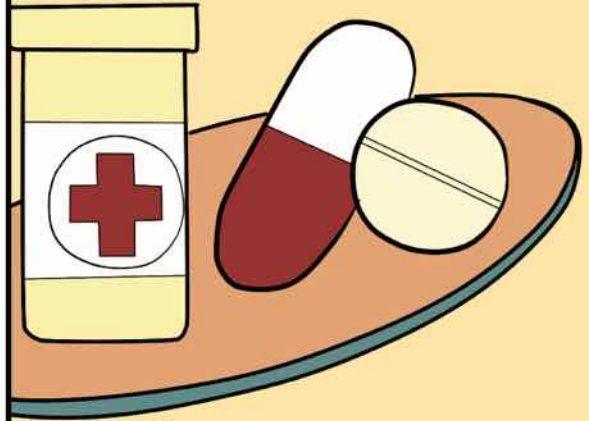
- Usia lanjut.
- Mengalami cedera di kepala.
- Memiliki garis keturunan penderita alzheimer.
- Merokok.
- Memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi atau diabetes.



Penyakit Alzheimer bisa dicegah dengan cara:

- Berolahraga secara teratur
- Melatih otak untuk terus berpikir, misalnya dengan banyak-banyak membaca.
- Mengonsumsi makanan bergizi seimbang
- Melatih tubuh dan otak agar terus bergerak sinkron, misalnya dengan bermain musik.

Bagi penderita alzheimer, biasanya dokter akan memberikan obat-obatan seperti rivastigmine, galantamin, donepezil dan memantine. Fungsinya adalah untuk memperlambat perkembangan penyakit alzheimer yang diderita.



Baiklah ibu-ibu, semua itu tadi tentang alzheimer. Semoga informasi dari saya ini bisa bermanfaat bagi ibu-ibu ya...

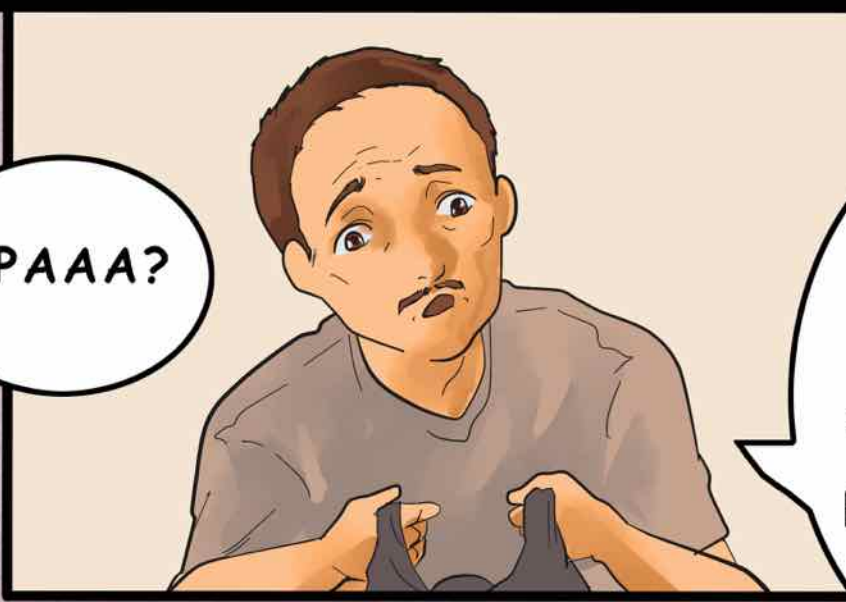
Setelah acara penyuluhan kesehatan selesai, sebelum pulang ke rumah Bu Arsita mampir ke supermarket terlebih dahulu untuk membeli banyak buah.



Wahhh, buahnya banyak sekali bu...

Iya... dan semua buah ini untuk bapak.



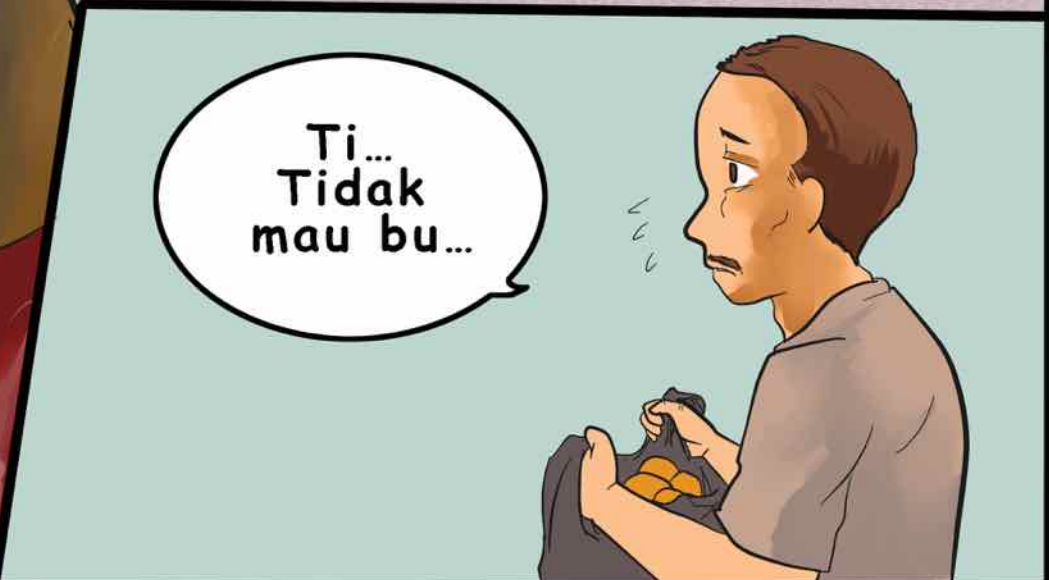


APAAA?

Ta...Tapi
kenapa
buah
sebanyak itu
untuk
bapak semua?



Bapak
tidak mau
kan penyakit
lupa-lupa
ingat bapak
berkembang
menjadi
lebih
parah?



Ti...
Tidak
mau bu...



Kalau begitu,
bapak harus
memperbanyak
konsumsi buah dan
harus STOP merokok!!!
Selain itu, bapak juga
harus banyak-banyak
membaca buku
dan surat kabar!

Ahhh,
ibu ini berlebihan...
Penyakit lupa-lupa
ingat bapak kan
tidak begitu
parah.



Lebih baik
mencegah daripada
mengobati, pak! Kalau bapak
terkena Alzheimer akut
dan pikunnya bertambah
parah, nanti kita juga
yang repot karena bapak
tidak bisa bekerja lagi!



Ya sudahlah,
terserah
ibu saja...



Teman-teman, Apa itu Alzheimer?

Penyakit Alzheimer adalah kondisi penurunan daya ingat, penurunan kemampuan berpikir dan berbicara, serta perubahan perilaku pada penderita akibat adanya gangguan di dalam otak. Gejala penyakit ini bersifat progresif atau bertahap perlahan-lahan.

Misal, pada fase awal, penderita akan mengalami kelupaan. Seiring waktu, gejala akan meningkat. Penderita kemudian akan kesulitan dalam berpikir dan berbicara, kerap bingung, cemas dan berubah sikap. Pada kasus yang parah, penderita Alzheimer bisa mengalami delusi dan halusinasi, serta tidak mampu melakukan aktivitas tanpa bantuan orang lain.

Gejala Alzheimer

- Kehilangan memori, lupa pada hal-hal yang ada di masa lalu. Sering lupa walaupun baru saja dibicarakan/dialami.
- Penderita mengalami cemas, gelisah, bingung, takut, dan marah karena sulit memahami dunia yang sudah tidak masuk akal.
- Sulit fokus dalam mengerjakan sesuatu, termasuk berhitung atau melakukan tugas lainnya.
- Penderita lambat laun hanya akan mengenali nama satu orang saja dan melupakan orang lain, bahkan diri sendiri. Nama yang diingat biasanya berhubungan dengan memori masa lalu.
- Beberapa orang dapat mengalami halusinasi untuk melihat, mendengar, mencium atau merasakan sesuatu yang tidak ada. Kecurigaan yang berlebihan ini bisa membuat seseorang menjadi agresif secara fisik atau ucapan.
- Memiliki kecenderungan untuk terus menerus mengikuti orang yang mengurusnya seperti layaknya bayangan.
- Cenderung bergantung pada individu tertentu dan akan terus menerus mengikuti orang tersebut.

Beberapa penyebab Alzheimer yaitu:

- Terjadi kerusakan sel-sel otak.
- Ada luka/cedera di kepala atau leher.

Kondisi yang meningkatkan risiko seseorang terkena alzheimer:

- Usia lanjut.
- Memiliki garis keturunan penderita alzheimer.
- Merokok.
- Memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi atau diabetes.

Pengobatan Alzheimer:

Hingga saat ini, belum ada cara untuk dapat menyembuhkan Alzheimer secara total. Tujuan pengobatan pada penderita Alzheimer yaitu untuk memperlambat perkembangan gejalanya saja. Obat-obatan dan terapi psikologis berfungsi untuk memperbaiki ingatan dan memulihkan kemampuan berbicara atau berpikir.

Karena itu, akan jauh lebih baik jika seseorang yang curiga dengan munculnya gejala alzheimer bisa langsung memeriksakan diri ke dokter. Penyakit Alzheimer yang diketahui sejak dini akan memberi penderita Lebih banyak waktu untuk melakukan penanganan medis dengan cepat.

Pencegahan Alzheimer:

- Menurunkan risiko terkena darah tinggi, kolesterol tinggi, diabetes dan jantung.
- Mengonsumsi makanan sehat & rutin berolahraga.
- Tidak merokok atau pun mengonsumsi minuman beralkohol.
- Menjaga otak agar tetap aktif bekerja, serta rutin memeriksakan diri ke dokter seiring pertambahan usia.
- Melindungi kepala dari cedera atau benturan.

SUMMARY:



1. Alzheimer adalah kondisi kelainan yang ditandai dengan penurunan daya ingat, penurunan kemampuan berpikir, serta perubahan perilaku pada penderita akibat gangguan otak yang sifatnya progresif atau perlahan-lahan.

2. Alzheimer berbeda dengan demensia. Demensia adalah kumpulan gejala penurunan kognitif dari otak, sedangkan Alzheimer adalah bentuk penyakit dari demensia.

Info:

1. Diperkirakan pada tahun 2013 penderita Alzheimer di Indonesia mencapai 1 juta orang, dan pada tahun 2030 berjumlah 2 juta orang dan pada tahun 2050 meningkat menjadi 4 juta orang.

2. Alzheimer belum dapat disembuhkan tetapi gejala-gejalanya dapat diperlambat.



SERI PENDIDIKAN KESEHATAN

Komik “Lupa-lupa Ingat” merupakan komik literasi seri pendidikan kesehatan yang diterbitkan oleh Pendidikan.id dan dikelola oleh guru-guru yang berpengalaman di bidangnya. Komik Pendidikan ini menjelaskan tentang penyakit Alzheimer, sebuah kondisi penurunan daya ingat, kemampuan berpikir dan berbicara, serta perubahan perilaku penderita. Penyebabnya yaitu gangguan di dalam otak yang sifatnya perlahan-lahan. Alzheimer biasanya menyerang orang tua, dan sering juga disebut penyakit pikun.

Komik Pendidikan **“Lupa-lupa Ingat”** ditujukan untuk anak-anak Indonesia usia 12+ tahun. Komik literasi ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai penyakit Alzheimer, sehingga para generasi muda atau anak-anak dapat melakukan pencegahan Alzheimer.

Hak Cipta dilindungi :

Komik ini dapat dipergunakan untuk tujuan pendidikan dasar dan kegiatan nirlaba tanpa meminta izin dari pemilik hak cipta dengan ketentuan mencantumkan nama sumber. Penggunaan komik **“Lupa-lupa Ingat”** untuk tujuan komersial harus mendapatkan izin tertulis dari Pendidikan.id. Untuk informasi lebih lanjut, kunjungi website kami di www.pendidikan.id

- **Penyusun & Editor:** Team Pendidikan.id
- **Ilustrasi cerita:** Siti Mudrikah
- **Sampul:** Ni.MeliA
- **Diterbitkan:** September 2018

DIPERSEMBAHKAN OLEH



pendidikan.id