



Peran Sekolah Lansia Selaras dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hullu II Kabupaten Deli Serdang

Wildah Veizy Jasmin¹, Hodriani²

¹Mahasiswi Universitas Negeri Medan

²Dosen Universitas Negeri Medan

Correspondence Email : Wildahveizy@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to understand the role of the Selaras Elderly School in improving the welfare of elderly in Tandam Hulu II village, Deli Serdang Regency. It examines how the Selaras Elderly School realize independent, active, productive and dignified elderly individuals across seven dimensions of resilient elderly. This study employs a qualitative research method with a descriptive approach. The subjects of this research include the Head of Tandam Hulu II village, the Chairperson of the Selaras Elderly School, BKL cadres from Tandam Hulu II Village, Student of the Selaras Elderly School, families of the student. And representative from BKKBN of North Sumatera Provincial Government. The types of data used in this study are primary and secondary data. Primary data were obtained through observation, interviews, and documentation. Meanwhile, secondary data were gathered from books, journals, articles, and website related to the research topic. The data analysis techniques employed include data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that the Selaras Elderly School is an appropriate educational institution for empowering the elderly to become resilient and prosperous. In enhancing elderly welfare, the Selaras Elderly School provides services based on seven dimensions relevant to elderly care in every activity: spiritual dimension, physical dimension, emotional dimension, intellectual dimension, social community dimension, vocational dimension, and environmental dimension.

Key Word : Elderly, Elderly School, Elderly Welfare

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Peran Sekolah Lansia Selaras dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hulu II Kabupaten Deli Serdang. Bagaimana Sekolah Lansia Selaras mewujudkan lansia yang mandiri, aktif, dan produktif, serta bermartabat dalam tujuh dimensi lansia tangguh. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian yaitu kepala desa Tandam Hulu II, siswa Sekolah Lansia Selaras, keluarga siswa lansia selaras, dan perwakilan dari BKKBN Pemerintah Provinsi Sumatera Utara. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan data sekunder didapat

melalui buku, jurnal, dan artikel serta *website* yang berkaitan dengan topik penelitian. Teknik analisis data yang dipakai meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekolah lansia selaras merupakan lembaga pendidikan yang tepat untuk dijadikan sebagai tempat pemerdayaan lansia yang tangguh dan sejahtera. Dalam meningkatkan kesejahteraan lansia, Sekolah Lansia Selaras Melaksanakan pelayanan berdasarkan tujuh dimensi lansia pada setiap kegiatannya, yaitu dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi emosional, dimensi intelektual, dimensi sosial kemasyarakatan, dimensi vokasional, dan dimensi lingkungan.

Kata Kunci: *Lansia, sekolah lansia, kesejahteraan lansia*

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara berkembang telah mengupayakan program-program pembangunan dalam berbagai bidang. Pemerintah telah menunjukkan keseriusan dalam menangani banyaknya permasalahan pada lansia dengan menetapkan Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Pemerintah juga menetapkan Komisi Nasional dan Komisi Daerah Lanjut Usia melalui keputusan Presiden Nomor 52 Tahun 2004 dan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 60 Tahun 2008. Kemudian ditetapkan pula Peraturan Menteri Nomor 19 Tahun 2012 mengenai Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan diaplikasikan melalui Peraturan Pemerintah Nomor 43 Tahun 2014 mengenai Upaya Peningkatan kesejahteraan Sosia Lanjut Usia (Pangestuti, 2019). Pada tahun 2021 pemerintah kembali mengesahkan peraturan mengenai Strategi Nasional Kelanjutusiaan dalam Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan (Perpres, 2021).

World Helath Organization (WHO) memperkirakan Indonesia akan mengalami peningkatan jumlah lansia sebanyak 41,4% pada tahun 2025 yang merupakan sebuah peningkatan tertinggi

di dunia. Bahkan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) memperkirakan di tahun 2050 jumlah Lansia di Indonesia akan mencapai 60 juta jiwa. hal tersebut menyebabkan Indonesia berada pada peringkat 41 dengan jumlah lansia terbanyak di dunia (Akbar et al., 2021). Defenisi lansia menurut WHO adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (BPS, 2024). Menurut WHO dalam (Tamher & Noorkasiani, 2009) lanjut usia dibagi menjadi empat kriteria, yaitu: usia pertengahan pada 45-59 tahun, lanjut usia pada 60-79 tahun, lanjut usia pada 79-90 tahun, dan sangat tua pada usia 90 tahun. ketika seseorang telah memasuki usia tua maka ia akan cenderung bersikap seperti anak-anak. Oleh karena itu para lansia membutuhkan perhatian lebih mengenai kesehatan, kerohanian, motivasi, dan sebagainya. Dalam perkiraan WHO, pada tahun 2030, 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Saat ini, jumlah penduduk meningkat 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Pada tahun 2050, jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 sehingga mencapai 426 juta jiwa (WHO, 2022).

Akhir abad ke-21 populasi manusia di bumi telah mencapai lebih dari 13 miliar

jiwa. Tahun ini tercatat populasi manusia mencapai sekitar 7,3 miliar jiwa. menurut PBB populasi manusia akan terus bertambah hingga tahun 2100 akan mencapai 11,2 miliar jiwa. Artinya akan ada sekitar 4 miliar manusia yang terlahir ke dunia (Alia & Haryanto, 2015). Berdasarkan data dari WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi lansia mencapai 8% atau sekitar 142 juta jiwa. pada tahun 2000 jumlah lansia mencapai 80 juta jiwa (Kemenkes, 2013). Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2019 sebanyak 25,7 juta jiwa atau sekitar 9.6 % dari total populasi. Pada tahun 2020 jumlah lansia meningkat sekitar 10% dan pada tahun 2050 mencapai 74 juta jiwa atau sekitar 25% dari populasi (Arfyanto & Hastuti, 2024). Populasi lansia di Sumatera Utara pada tahun 2022 mencapai lebih dari 2 juta jiwa. Berdasarkan data dari Direktorat Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri mencatat, jumlah penduduk Provinsi Sumatera Utara pada bulan juni 2021 mencapai 15,58 juta jiwa. Dari data tersebut, sebanyak 10,42 juta jiwa (68,62%) penduduk Sumatera Utara masuk dalam kategori usia produktif (15-64 tahun). Sebanyak 4,76 juta jiwa (31,38%) merupakan kategori usia tidak produktif. Sebanyak 3,96 juta jiwa (26,1%) penduduk Sumatera Utara merupakan kelompok usia belum produktif (65 tahun ke atas). Penduduk usia 10-14 tahun merupakan yang teranyak di Sumatera Utara yaitu mencapai 1,55 juta jiwa (10,2%) dari jumlah populasi. Diikuti kelompok usia 5-9 tahun tahun terdapat 1,46 juta jiwa (9,63%). Sementara jumlah penduduk usia 70-74 tahun merupakan jumlah yang paling sedikit, yakni hanya 196,73 ribu

jiwa (1,3%). Setelahnya kelompok usia 75 tahun ke atas berjumlah 245,69 ribu jiwa (1,62%). Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 7,61 juta jiwa (50,13%) penduduk Sumatera Utara adalah laki-laki dan 7,57 juta jiwa (49,87%) berjenis kelamin perempuan (Kusnandar, 2021).

Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa jumlah lansia pada tahun 2020 meningkat sebesar 11,34% dan mencapai 270.203.917 jiwa. Peningkatan jumlah penduduk lansia disebabkan oleh tingkat sosial ekonomi masyarakat yang meningkat, kemajuan di bidang pelayanan kesehatan, dan tingkat pengetahuan masyarakat juga meningkat. Kemajuan di bidang pelayanan kesehatan, dan tingkat pengetahuan masyarakat juga meningkat. Semakin meningkatnya jumlah lansia semakin banyak pula dibutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan penuaan penduduk karena jika dibiarkan maka penuaan penduduk dapat memberikan berbagai implikasi baik di bidang sosial, ekonomi, dan kesehatan. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa populasi lansia di Indonesia sudah membengkak dan tidak heran jika Indonesia telah memasuki *aging population* atau penuaan penduduk. Fenomena ini terjadi ketika ketika umur median penduduk di satu wilayah mengalami peningkatan yang disebabkan oleh bertambahnya tingkat harapan hidup dan menurunnya tingkat fertilitas. Penuaan penduduk merupakan sebuah dampak dari perubahan struktur usia penduduk dalam suatu wilayah dalam kurun waktu tertentu (Heryanah, 2015).

Menurut Bloom, Canning, dan Malaney (1999) besarnya populasi lansia merupakan bonus demografi kedua, dimana kondisi apabila jumlah penduduk usia produktif lebih besar dibanding jumlah usia non produktif (Hakim, 2020). Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2019 terdapat 25,6 juta lanjut usia, terdiri dari 52,4% perempuan dan 46,7% laki-laki. Diprediksikan penduduk lansia akan mencapai 63,3 juta pada tahun 2045 (Cicik & Agung, 2022). Kondisi ini tentu saja akan menjadi tantangan pembangunan dalam kualitas hidup manusia. Untuk mewujudkan bonus demografi, maka diperlukan pelayanan yang tepat agar usia produktif sekarang dan ketikan menjadi lansia tetap sehat, aktif, dan produktif sehingga tercipta lansia yang sejahtera. Lansia merupakan individu yang mengalami proses penurunan fisik, psikis, dan kesehatan karena penuaan tidak dapat dihindari oleh setiap manusia. Lansia merupakan periode dimana manusia telah mencapai ketinggian kematangan baik dari segi ukuran dan fungsi. Hal ini dilihat dari perubahan wajah, rambut, kerutan di wajah, berkurangnya ketajaman panca indra serta penurunan daya tahan tubuh (Pengembangan et al., 2023). Lansia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan pada manusia. Usia lanjut merupakan bagian dari proses kehidupan seseorang yang tidak akan dialami oleh siapapun (Putri et al., 2023).

Diukur dari rasio ketergantungan, lansia diposisikan sebagai beban yang harus ditanggung oleh penduduk produktif, salah satunya terjadi pada generasi *sandwich*. Generasi ini merupakan sekelompok orang yang berada dalam kondisi memikul beban atas anak dan

orang tuanya (Munawaroh, 2021). Penurunan kesehatan pada lansia juga merupakan suatu masalah yang signifikan dalam kehidupan lansia. Pada saat memasuki usia lanjut, para lansia akan rentan terhadap berbagai macam penyakit yang kompleks dan serius, seperti gangguan kognitif, gangguan mobilitas, penyakit kronis, dan kondisi medis lainnya (Suryanti et al., 2023).

Pertambahan jumlah lansia pada dasarnya merupakan dampak positif dari pembangunan. Adanya pembangunan menyebabkan peningkatan taraf hidup dalam masyarakat, menurunkan angka kematian dan meningkatkan usia harapan hidup (Tanaya & Yasa, 2015). Keberhasilan dalam pembangunan dapat memberikan permasalahan jika lansia tidak mendapat layanan kesejahteraan dengan baik. Lansia yang dibiarkan tanpa jaminan sosial akan rentan menjadi beban masyarakat. Pemerintah seharusnya dapat memberikan perhatian yang lebih terhadap lansia sejak dini agar lansia mendapatkan kehidupan yang lebih baik. Kesejahteraan sosial lanjut usia merupakan salah satu tindakan yang dilakukan sebagai upaya dalam memenuhi kebutuhan masyarakat, terkhususnya bagi para lanjut usia yang tidak dapat menjalankan fungsi sosialnya yaitu dengan memberikan pelayanan bantuan dan penyantunan bagi mereka. Dengan demikian, para lansia diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan mereka dan mampu untuk hidup dengan layak. Tujuan dari upaya peningkatan kesejahteraan sosial adalah untuk memperpanjang usia harapan hidup dan produktif, mewujudkan kemandirian dan kesejahteraan, terpeliharanya sistem nilai budaya serta lebih mendekatkan diri

kepada Tuhan Yang Maha Esa (Willar et al., 2021).

Secara umum dapat diketahui bahwa masih banyak lansia yang kondisinya memprihatinkan di tengah masyarakat. Sering kali terlihat banyak lansia yang masih bekerja berat seperti mencari rongsokan, berjualan, mengayul becak, bahkan sampai mengemis. Banyak juga dari mereka yang hidup sebatang kara hingga tinggal di tempat yang tidak layak huni, tidak hanya itu mereka juga memiliki penyakit karena tubuhnya yang rentan dan sudah tua. Hal ini merupakan salah satu kesenjangan sosial pada lansia yang ada di dalam masyarakat dan membutuhkan perhatian yang lebih dari pemerintah (Kurniawan & Tambunan, 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan lansia masih belum dapat terpenuhi dengan baik.

Lansia dipandang sebagai kelompok yang rentan. Terdapat tiga faktor utama penyebab rentannya penduduk lansia, yaitu faktor kesehatan, kebutuhan dalam pendampingan sebagai pengasuh, serta lansia yang sudah tidak produktif lagi dalam segi ekonomi (Syifa & Isnani, 2022). Lansia dianggap sebagai manusia yang tidak berdaya dan sangat rentan akan berbagai macam penyakit sehingga membebani keluarga, masyarakat, dan negara. Begitu juga yang terjadi di Desa Tandam Hulu II, Banyak Lansia yang masih bergantung kepada anaknya dalam menjalani hidup, baik dalam hal ekonomi maupun kesehatan, mereka masih bergantung kepada keluarganya.

Kondisi yang dialami oleh lansia akan membawa permasalahan yang kompleks pada dirinya sendiri dan memerlukan

penganganan yang khusus. Penanganan yang dimaksud adalah upaya untuk mensejahterakan lansia yang dikarenakan keterbatasannya dalam melakukan fungsi sosial. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah adalah membentuk Bina Keluarga Lansia yang tujuannya untuk meningkatkan keterampilan keluarga yang sudah menikah, mendidik, merawat, dan memberdayakan lansia untuk meningkatkan kesehatannya. Melalui perkembangan fisik, psikis agama, serta menyediakan fasilitas bagi lansia untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan mereka. BKL merupakan program BKKBN dimana tujuannya adalah untuk meningkatkan taraf hidup lansia dalam rangka mewujudkan lansia mandiri dan tangguh (BKKBN, 2016). Salah satu program pemerintah untuk mewujudkan lansia mandiri dan tangguh adalah membentuk sekolah lansia.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan Ibu Hamidah selaku ketua BKL desa Tandam Hulu II, di wilayah Kabupaten Deli Serdang terdapat satu sekolah lansia yang berada di Desa Tandam Hulu II. Program sekolah lansia ini disebut "Sekolah Lansia Selaras". Sekolah ini berdiri pada awal tahun 2022. Sekolah lansia merupakan program yang dilaksanakan oleh Bina Keluarga Lansia (BKL) melalui Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) sebagai wadah bagi para lanjut usia dalam meningkatkan literasi bagi para lansia supaya bisa mewujudkan lansia tangguh melalui kegiatan pemberdayaan, pembinaan, dan juga pengembangan potensi bagi lansia. Melalui sekolah lansia, para lansia akan mendapatkan penyuluhan dari kader BKL yang berguna sebagai ilmu pengetahuan dan juga

memberi dorongan bagi para lansia untuk hidup sehat, aktif, dan produktif.

Di Sekolah Lansia Selaras terdapat tujuh dimensi Lansia Tangguh. Dimensi tersebut yakni dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi emosional, dimensi intelektual, dimensi sosial kemasyarakatan, dimensi vokasional, dan juga dimensi lingkungan. Ketujuh dimensi inilah yang dicoba aktifkan oleh pekerja sosial yang ada di Sekolah Lansia Selaras dalam rangka membantu lansia mencapai kesejahteraan sosial yang menyeluruh.

Selain ketujuh dimensi di atas, sekolah lansia selaras juga memiliki visi dan misi, yaitu : (a) visi dari sekolah lansia selaras adalah menjadi pendidikan non formal di BKL untuk mewujudkan lansia yang SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, dan Produktif) serta bermartabat dalam 7 dimensi lansia tangguh secara utuh yang berguna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan negara. (b) Misi sekolah lansia selaras adalah melaksanakan kegiatan pembelajaran yang terintegrasi dengan kelompok BKL, melaksanakan pembelajaran menggunakan kurikulum yang komperhensif untuk mewujudkan Lansia yang SMART dalam 7 dimensi lansia tangguh, melaksanakan pembelajaran sesuai dengan profil lansia, kebutuhan masyarakat, serta potensi dan kondisi wilayah, dan membangun kerja sama lintas program dan lintas sektor untuk mendukung proses pembelajaran.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Peran Sekolah Lansia Selaras Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hulu II Kabupaten Deli Serdang. Tujuan penelitian ini dapat ditemukan dengan

menemukan dan menggali bagaimana Sekolah Lansia Selaras mengaktifkan dimensi-dimensi yang berkaitan dengan kesejahteraan pada lansia. Dimensi-dimensi tersebut beruoa dimensi spiritualitas, emosional, vokasional dan lain sebagainya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Pendekatan deskriptif merupakan suatu metode yang bertujuan untuk menyelidiki keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, atau keinginan lainnya kemudian hasilnya akan dituangkan ke dalam bentuk penelitian (Arikunto, 2003). Jenis penelitian deskriptif merupakan jenis penelitian yang dideskripsikan atau menggambarkan suatu masalah. Penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu masalah. Penelitian deskriptif bertujuan untuk suatu populasi, situasi, atau fenomena secara akurat dan sistematis. Jenis penelitian ini dapat menjawab apa, dimana, kapan, dan bagaimana, tetapi tidak untuk pertanyaan mengapa. Penelitian ini tidak mengontrol ataupun memanipulasi variabel apapun dan hanya mengamati dan mengukur saja (Fiantika et al., 2022). Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian ini karena jenis penelitian ini cocok dengan topik penelitian yang diangkat oleh peneliti, yakni mengkaji mengenai Peran Sekolah Lansia Selaras dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hulu II Kabupaten Deli Serdang.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Jhon W. Cresswell dalam

(Morissan, 2019) mengemukakan metode kualitatif sebagai proses inkuiri untuk mengetahui gejala sosial atau manusia melalui penciptaan gambaran holistik yang tergambar melalui kata-kata, melaporkan gambaran detail dan informan kemudian diorganisasikan dalam latar ilmiah. Penelitian kualitatif merupakan metode dimana peneliti adalah unsur penting penyelesaian penelitian. Peneliti akan mengumpulkan, mengelola, dan menginterpretasikan serta menarik kesimpulan dari penelitian yang ia lakukan.

Lokasi penelitian dilaksanakan di wilayah Desa Tandam Hulu II, Kecamatan Hamperan Perak, Kabupaten Deli Serdang sebagai tempat sekolah lansia berada. Adapun yang menjadi pertimbangan penulis dalam memilih lokasi penelitian adalah:

- a. Sekolah Lansia masih terbatas di beberapa wilayah di Indonesia, namun di Desa Tandam Hulu II terdapat Sekolah Lansia.
- b. Lokasi penelitian belum pernah menjadi objek penelitian mengenai “ Peran Sekolah Lansia Selaras Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia (Lansia) di Desa Tandam Hulu II, Kabupaten Deli Serdang.
- c. Penulis ingin mengetahui bagaimana Peran Sekolah Lansia Selaras Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hulu II, Kabupaten Deli Serdang.

Informan dalam penelitian yaitu Kepala Desa Tandam Hulu II, Ketua pelaksana Sekolah Lansia Selaras Desa Tandam Hulu

II, Kader BKL Desa Tandam Hulu II, Siswa Sekolah Lansia Selaras, Keluarga Lansia, Perwakilan BKKBN Pemerintah Provinsi Sumatera Utara.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan berbagai macam cara dalam mengumpulkan, menghimpun, atau menyaring data penelitian. Dalam penelitian kualitatif peneliti memerlukan banyak waktu, tenaga, biaya, dan pikiran dalam mengumpulkan data (Suwartono, 2014). Mukadis, Dasna, dan Ibnu dalam (Kusumastuti & Khoiron, 2019) mengatakan bahwa data yang diperoleh melalui suatu penelitian harus valid dan terpercaya. Data penelitian sangat diperlukan oleh peneliti untuk memudahkan peneliti dalam memecahkan masalah dalam penelitian. adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Jenis data dalam penelitian ini diperoleh dari langsung dari lokasi penelitian yaitu Sekolah Lansia Selaras. peneliti mendapatkan data primer melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di Desa Tandam Hulu II. Sedangkan data sekunder diperoleh peneliti dari jurnal-jurnal ataupun artikel, dan *website* yang ada di internet sebagai penunjang data primer yang sudah diperoleh. Teknik analisis data dalam penelitian ini meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sekolah Lansia Selaras didirikan pada tahun 2022 di bawah naungan dari BKKBN. Program sekolah lansia

berkolaborasi dengan BKL (Bina Keluarga Lansia) dalam melaksanakan program ini. Dasar dari terbentuknya sekolah lansia adalah Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia dan UU Nomor 52 tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga. Tujuan dari Sekolah Lansia Selaras adalah untuk mewujudkan lansia Sehat, mandiri, aktif, dan produktif.

Letak geografis wilayah Sekolah Lansia Selaras yang berada di Desa Tandam Hulu II adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Desa Tandam Hilir I
- b. Sebelah selatan berbatasan dengan Kelurahan Jati Utomo
- c. Sebelah timur berbatasan dengan Desa Tandam Hulu I
- d. Sebelah barat berbatasan dengan Desa Sidomulyo

Secara administratif, Sekolah Lansia Selaras juga memiliki struktur organisasi yang jelas. Sekolah Lansia Selaras dipimpin oleh satu orang ketua, satu sekretaris, dan satu orang bendahara. Tiga orang inilah yang merupakan penggerak utama dalam pelaksanaan kegiatan Sekolah Lansia Selaras.

Sekolah Lansia Selaras merupakan sekolah yang memiliki peran dan visi misi untuk memberikan pengetahuan serta pendidikan bagi para lansia yang ada di Desa Tandam Hulu II. Dasar berdirinya sekolah lansia melalui Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 mengenai Strategi Nasional Kelanjutusiaan. Tujuan Sekolah Lansia adalah mewujudkan lansia tangguh, sehat, mandiri, aktif, dan produktif.

Menjadi lansia berarti memasuki kehidupan dengan berbagai macam penurunan fungsi tubuh baik secara fisik maupun psikis. Semakin tua seseorang tingkahnya akan semakin menyerupai anak-anak dan bahkan lebih sensitif. Oleh karena itu mereka membutuhkan perhatian lebih berupa pelayanan baik kesehatan, spiritual, motivasi, dan sebagainya. Pemberdayaan lansia merupakan upaya untuk menjadikan lansia mandiri, sehat, aktif, dan produktif dengan memberikan pelayanan agar lansia bisa menjalani hidup dengan bahagia dan sejahtera. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melalui sekolah lansia. Sekolah lansia merupakan salah satu program pemerintah sebagai bentuk kepedulian terhadap para lansia yang tujuannya agar lansia menjadi lebih sehat, aktif, dan produktif. Kegiatan dalam program sekolah lansia dirancang khusus sebagai tempat pemberdayaan para lansia. Sasaran utama dari program ini adalah para lansia potensial maupun non potensial. Sekolah lansia merupakan sebuah lembaga pendidikan yang tujuannya adalah untuk membentuk lansia yang sejahtera baik dari aspek spiritual, fisik, ekonomi, sosial, dan lingkungannya. Seperti Sekolah Lansia Selaras yang berada di Desa Tandam Hulu II, Kabupaten Deli Serdang.

Seperti yang disampaikan oleh Djamhari bahwa kesejahteraan lansia meliputi beberapa indikator, diantara-Nya lansia mampu memenuhi kebutuhan mereka sendiri, mandiri secara finansial, mampu mengurus diri mereka sendiri secara mandiri, kondisi kesehatan baik, hidup di lingkungan yang nyaman, memiliki aktivitas yang beragam, dan

meningkatkan keyakinan mereka secara spiritual (Djamhari et al., 2020).

Demikian juga dengan Sekolah Lansia Selaras yang berupaya mewujudkan kesejahteraan lansia di Desa Tandam Hulu II Kabupaten Deli Serdang, bahwa berdasarkan hasil pengamatan dan penelitian yang dilakukan, Sekolah Lansia Selaras merupakan suatu lembaga pendidikan yang berupaya untuk memberdayakan lansia agar mereka menjadi lansia yang tangguh melalui penerapan dalam tujuh dimensi lansia.

Dimensi Spiritual

Salah satu bentuk spiritualitas yang selalu dikembangkan di Panti Selaras ialah kepercayaan terhadap Tuhan. Contohnya seperti seorang muslim yang mengimani Allah sebagai pencipta seluruh alam semesta beserta isinya. Dimensi spiritual merupakan penerangan segala potensi ruhaniyah dalam diri manusia baik dalam dunia empiris maupun dalam dunia kebatinan, serta kebutuhan untuk mempertahankan dan mengendalikan keyakinan dan memenuhi kewajiban agama, serta kebutuhan untuk mendapatkan pengampunan, mencintai dan dicintai, menjalin hubungan penuh rasa percaya kepada Tuhan (BKKBN Golantang, 2020).

Nufus menyebutkan bahwa melalui dimensi spiritual para lansia bisa mengurangi kecemasan yang dirasakan yang salah satunya adalah melalui bimbingan agama. Bimbingan agama melatih diri lansia untuk mengetahui arti dari tujuan hidupnya, mencintai dan merasa memiliki ketertarikan dengan Tuhan, dan juga pemenuhan kebutuhan untuk memberi dan mendapat maaf. Di

Sekolah Lansia Selaras para lansia diajak untuk lebih dekat dengan penciptanya dengan beribadah dan juga memperbanyak rasa bersyukur dalam dirinya. Seperti yang dikatakan oleh salah satu siswa sekolah lansia selaras yaitu ibu lisdawati, *"sebelum kelas dimulai ibu sama yang lain doa bersama, selesai belajar juga doa, terus ngaji sama-sama"*. Spiritualitas merupakan aspek yang memiliki kontribusi penting pada kesejahteraan lansia. Dimensi ini mencakup pencarian makna dalam hidup, hubungan dengan tuhan, serta keterlibatan dalam praktik keagamaan. Kegiatan yang dilakukan dalam menghidupkan dimensi spiritual di Sekolah Lansia Selaras adalah dengan melakukan kegiatan doa bersama sebelum dan sesudah belajar, serta melaksanakan kegiatan mengaji bersama agar senantiasa lebih dekat kepada sang pencipta.

Dimensi Fisik

Dimensi Fisik merupakan dimensi yang sangat perlu diperhatikan, jika tidak maka lansia merupakan manusia dengan tubuh yang rentan karena secara usia memang sudah rentan mengalami gangguan Kesehatan mereka. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Nufus bahwa dalam dimensi fisik, perlu diperhatikan karena bila terjadi peningkatan populasi lansia juga akan diikuti dengan peningkatan risiko menderita berbagai penyakit kronis. Adanya penyakit kronis pada lansia dapat menurunkan kualitas hidup lansia khususnya pada dimensi fisik. Oleh karena itu, menjaga kesehatan lansia sangat penting dilakukan, seperti menjaga pola makan dan pemenuhan gizi yang cukup, melakukan olah raga ringan seperti jalan santai dan beristirahat dengan cukup (Nufus, 2019).

Sekolah lansia Selaras terus berupaya untuk melakukan pencegahan terhadap penyakit-penyakit kronis yang mungkin mengenai para lansia. Sekolah Lansia Selaras sudah melaksanakan pencegahan penyakit pada lansia dengan melakukan senam, yaitu senam gemu famire, senam pinguin, dan senam lansia sehat. Senam-senam ini dilakukan agar lansia bisa terus bergerak sehingga mereka lebih bersemangat, fisik mereka sehat dan jantung mereka pun sehat. Selain senam, Sekolah lansia Selaras juga rutin melakukan pemeriksaan kesehatan. Hal ini untuk mencegah penyakit-penyakit kronis bagi lansia yang belum terindikasi penyakit kronis. Sedang bagi lansia yang sudah terindikasi ada penyakit tertentu seperti diabetes, jantung koroner, hipertensi dan penyakit lainnya dilakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Bagi lansia yang berpenyakit tersebut pemeriksaan dilakukan untuk memberikan pengobatan dan pengawasan terhadap kondisi lansia agar tidak parah dan tidak mengancam kehidupan lansia tersebut. Hal lainnya yang tidak kalah penting adalah memberikan edukasi pola hidup sehat mulai dari bangun tidur sampai tidur lagi. Tentang apa yang dimakan, kebersihan serta jadwal istirahat yang baik bagi lansia.

Dimensi Emosional

Masalah gangguan emosional sangat sering terjadi pada lansia dimana mereka tidak dapat mengendalikan emosi sehingga dapat menyebabkan ketegangan psikis. Menurut Aditya (2015) beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan emosi pada lansia adalah dengan cara berlatih bersabar, tidak berbalas debat, adanya

pihak ketiga untuk menetralkan serta mencari solusi (Priasmoro et al., 2022). Keadaan emosional siswa lansia selaras di kelas cenderung stabil ketika pembelajaran berlangsung. Akan tetapi ketika di rumah kondisi emosi mereka cenderung tidak stabil karena beberapa hal, seperti yang dikatakan ibu Nyi Asih, “*Saya merasa bosan di rumah diawasi terus sama anak saya, ga boleh kerja, gaboleh capek, padahal kalo saya rebahan terus yang ada malah stres*”. Dari keterangan Nyi Asih tersebut dapat diketahui bahwa lansia membutuhkan adanya aktivitas yang membuat mereka tidak diliputi kebosanan bahkan bisa mengalami stress karena waktu luang mereka di rumah terlalu banyak. Di rumah mereka tidak boleh melakukan apa pun. Nampaknya, bergabung dengan Sekolah Lansia Selaras dapat menstabilkan emosi mereka. Karena mereka bisa melakukan banyak hal di sana. Jadi adanya aktivitas di Sekolah Lansia Selaras saja sudah dapat mengusir jenuh dan gangguan emosional pada lansia.

Meski demikian, Sekolah lansia Selasa Selasa tetap membuat program yang khusus menangani masalah emosional para lansia di Sekolah Lansia Selaras. Kegiatan yang dilakukan di Sekolah Lansia Selaras untuk mengatasi permasalahan emosi pada lansia adalah dengan memberikan motivasi bagi para lansia agar senantiasa mengontrol diri agar tidak mudah emosi yang akhirnya akan berdampak pada diri mereka sendiri dengan cara melakukan aktivitas fisik seperti olah raga, berinteraksi dengan teman dan keluarga, serta melakukan kegiatan yang disukai di rumah. Jika ingin melakukan sesuatu di rumah, lakukan saja

dan sampaikan keinginan tersebut kepada keluarga.

Selain memberikan arahan kepada siswa lansia, pihak Sekolah Lansia Selaras juga diajak untuk merembukkan hal-hal yang berkaitan dengan emosi alansia di rumah. Anak ataupun keluarga dari lansia diberikan arahan agar tidak terlalu mengekang lansia di rumah. Anak dan keluarga hendaknya membiarkan mereka melakukan kegiatan yang disukai selama tidak membahayakan lansia.

Dimensi Intelektual

Dimensi intelektual pada lansia mencakup kemampuan kognitif, pemikiran kritis, dan keterampilan belajar sepanjang hayat. Menjaga fungsi otak tetap aktif sangatlah penting untuk mencegah penurunan kognitif pada lansia. Menurut Rionaldo cara untuk meningkatkan kemampuan intelektual pada lansia bisa dilakukan dengan cara sederhana seperti mengisi teka-teki silang, bermain catur, bahkan bermain kartu remi. Untuk meningkatkan kemampuan intelektual siswa di Sekolah Lansia Selaras dilakukan dengan membaca, melukis, berhitung, teka-teki silang, dan juga permainan sederhana lainnya. Kegiatan ini dilakukan dengan cara membagi siswa lansia kedalam beberapa kelompok, kemudian siswa bebas memilih kegiatan yang mereka sukai. Seperti gambar di bawah ini.



Gambar di atas merupakan salah satu kegiatan tebak kata yang dilakukan oleh siswa lansia.

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan di Panti Lansia Selaras sangat tepat digunakan untuk terus menjaga akal dan pikiran siswa lansia agar tetap aktif sehingga dapat mengurangi resiko pikun pada lansia. Misalnya pada gambar di atas merangsang otak lansia untuk menebak kata yang dimaksud dalam permainan. Selain itu, permainan-permainan yang dilaksanakan di panti membuat lansia semangat, bahagia dan aktif secara kognitif.

Dimensi Sosial Kemasyarakatan

Dimensi sosial kemasyarakatan merupakan aspek yang sangat penting dalam rangka meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan lansia. Dimensi ini mencakup interaksi sosial, dukungan dari keluarga dan komunitas, dan juga partisipasi dalam kegiatan sosial. Menurut Rionaldo lansia bisa mengembangkan dimensi sosial dengan cara bergaul dengan teman seusianya (Rionaldo, 2021). Kegiatan yang dilakukan di Sekolah Lansia Selaras untuk mengembangkan dimensi sosial pada lansia adalah dengan memberikan edukasi dan praktik bagaimana cara berinteraksi dengan baik di masyarakat. Hal ini digunakan untuk terus mengaktifkan fungsi sosial lansia di masyarakat bahwa lansia tetap berhak terlibat dalam kegiatan masyarakat. Kegiatan yang dilakukan di kelas dalam mengaktifkan dimensi sosial kemasyarakatan adalah dengan membagi beberapa kelompok, kemudian siswa diajak untuk bermain peran menjadi tetangga yang saling tolong menolong

ketika ada yang sakit, yang tujuannya adalah untuk meningkatkan rasa empati dan kesadaran sosial para lansia. Selain itu kegiatan yang dilakukan di sekolah lansia selaras adalah gotong royong sebagai wujud rasa kepedulian, dan meningkatkan rasa solidaritas sosial lansia.

Dimensi Vokasional

Meskipun lansia dipandang kurang produktif, namun lansia memiliki banyak kelebihan baik dari segi kemampuan maupun kesempatan yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan kualitas diri dan hidup mereka. Menurut Sulistyawati lansia merupakan orang yang handal dalam bidangnya, berpengalaman, serta lebih teliti terhadap pekerjaannya. Beberapa upaya yang dilakukan untuk meningkatkan dimensi vokasional adalah dengan *therapy life review*. Teknik ini mengingat kejadian kehidupan seseorang dengan melibatkan kembali pengalaman sebagai perbaikan untuk akhir kehidupan seseorang (Sulistyastuti, 2024). Pada dimensi ini para lansia di Sekolah Lansia Selaras diajak untuk melakukan kegiatan sesuai dalam bidangnya atau sesuai dengan hobi masing-masing yang memiliki nilai ekonomis. Salah satu kegiatan yang dilakukan adalah dengan merujuk pada kegiatan sehari-hari para siswa lansia, salah satunya yaitu berkebun. Kegiatan berkebun dilakukan juga di halaman belakang sekolah dengan menanam berbagai macam sayuran yang bernilai ekonomis, salah satunya adalah menanam daun kelor. Selain melakukan kegiatan menanam, lansia juga diedukasi mengenai manfaat, serta pengolahan tumbuhan daun kelor agar memiliki nilai ekonomi yang tinggi.

Dimensi Lingkungan

Konsep lansia sejahtera bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan lansia salah satunya dari dimensi lingkungan. Dimensi ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan lansia. Lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan fisik yang meliputi lingkungan beraktivitas, bersih, sehat, alam sekitarnya aman dan nyaman. Lingkungan non fisik yaitu lingkungan mental spiritual dan lingkungan sosial budaya (BKKBN Golantang, 2020). Untuk mewujudkan lingkungan yang bersih dan sehat sesuai dengan dimensi lingkungan, Sekolah Lansia Selaras melakukan beberapa kegiatan yaitu dengan melakukan kerja bakti dalam membersihkan lingkungan sekitar sekolah dan juga menanam tumbuhan di halaman sekolah. Selain itu, siswa lansia diberikan edukasi mengenai pentingnya pengelolaan sampah rumah tangga, lansia diarahkan untuk memilah sampah organik dan anorganik dengan tujuan nantinya akan dilakukan kegiatan membuat kerajinan dari barang bekas yang ada di rumah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan mengenai Peran Sekolah Lansia Selaras Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia di Desa Tandam Hulu II Kabupaten Deli Serdang didapati bahwa kesejahteraan bagi lansia tidak lagi terfokus pada dimensi kesejahteraan secara ekonomi. Namun dalam penelitian ini ditemukan bahwa dalam meningkatkan kesejahteraan lansia di Sekolah Lansia Selaras didapatkan

melalui pelaksanaan kegiatan melalui tujuh dimensi lansia. Dimensi-dimensi tersebut berupa dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi emosional, dimensi intelektual, dimensi sosial kemasyarakatan, dimensi vokasional, dan dimensi lingkungan. Kegiatan yang dilakukan dalam tujuh dimensi lansia bertujuan untuk menyejahterakan lansia di Desa Tandam Hulu II sehingga mereka tidak bergantung kepada orang lain.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Alia, S., & Haryanto, A. (2015). PBB: Akhir Abad -21 Penduduk Dunia Tembus 13 Miliar. *Viva*. Viva.co.id
- Arfyanto, H., & Hastuti. (2024). Situasi Lansia di Indonesia dan Akses Terhadap Program Perlindungan Sosial: Analisis Data Sekunder. In *The Smeru Research Institute*. smeru.or.id
- Arikunto, S. (2003). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- BKKBN. (2016). *Panduan Sekolah Lansia Di Kelompok Bkl*. 1–23.
- BKKBN Golantang. (2020). *Lansia Tangguh Dengan Tujuh Dimensi*.
- BPS, D. (2024). Lansia yang Berdaya, Lansia yang Merdeka. *Jambi.Go.Id*, 1. <https://jambi.bps.go.id/news/2022/08/25/275/lansia-yang-berdaya--lansia-yang-merdeka.html>
- Cicik, L. H. M., & Agung, D. N. (2022). Lansia di era bonus demografi. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(1), 1. <https://doi.org/10.14203/jki.v17i1.636>
- Djamhari, E. A., Ramdlaningrum, H., Layyinah, A., Chrisnahutama, A., & Prasetya, D. (2020). *Laporan Riset Kondisi Perlindungan Lansia dan Perlindungan Lansia di Indonesia 2020*.
- Fiantika, F., Wasil, M., & Jumiati, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Y. Novita (ed.); 1st ed.). PT.Global Eksekutif Teknologi.
- Hakim. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11, 43–55.
- Heryanah, H. (2015). Ageing Population Dan Bonus Demografi Kedua Di Indonesia. *Populasi*, 23(2), 1. <https://doi.org/10.22146/jp.15692>
- Kemenkes. (2013). *Populasi Lansia Diperkirakan Terus Meningkat Hingga Tahun 2020*. p2ptm.kemkes.go.id
- Kurniawan, fauzi, & Tambunan, T. (2023). *Peran Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (Lkslu) Yayasan Sinar Agape Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*. 17(1), 16–24.
- Kusnandar, V. (2021). Jumlah Penduduk Sumatera Utara Menurut Kelompok Umur (Juni 2021). *Databoks*.

- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. (2019). *metode penelitian Kualitatif*. 100. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/tathwir/index>
- Morissan. (2019). *Riset Kualitatif* (1 (ed.)). Divisi Kencana.
- Munawaroh, T. (2021). *Penuaan Penduduk, Lansia ,Dan Generasi Sandwich*.
- Nufus, A. Z. (2019). *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Tujuh Dimensi Lansia Tangguh*. 8–11. <https://www.konde.co/2022/10/hari-lansia-1-oktober-apa-yang>
- Pangestuti, B. (2019). Upaya Mewujudkan Lansia Tangguh melalui Bina Keluarga Lansia. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah Nomor 2*, 3(9), 137–157.
- Pengembangan, J., Islam, M., Wahyuni, S., Fitri, W., & Fauzi, M. (2023). *Pemberdayaan Lansia Terlantar Melalui Program Solok*. XIV, 9–19.
- Perpres. (2021). *Strategi Nasional Kelanjutusiaan , yang Kelanjutusiaan adalah pendekatan Pemangku Kepentingan adalah*. 1–10.
- Priasmoro, D. P., Yulanda Wahyu Anggraini, & Tien Aminah. (2022). Gambaran Pengendalian Emosi Lansia dalam Lingkungan Padat Penduduk Perum Gardenia Kabupaten Malang. *Nursing Information Journal*, 1(2), 42–47. <https://doi.org/10.54832/nij.v1i2.211>
- Putri, F. Z., Afnibar, Jemkhairil, & Yanti, F. (2023). Problematika Lansia Rentan Yang Bekerja Di Sektor Informal. *Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, XIV(1), 20–35.
- Rionaldo, S. (2021, December). Ciptakan Lansia Tangguh Dengan Tujuh Dimensi Perawatan. *Kanopi Pelopor Home Care Indonesia*. <https://www.kanopiinsansejahtera.co.id/ciptakan-lansia-tangguh-dengan-7-dimensi-perawatan/>
- Sulistyastuti. (2024). Memperkuat Dimensi Vokasional. *BKKBN Golantang*. golantang.bkkbn.go.id
- Suryanti, U. M., Incen, M., & Nikodemus. (2023). Peran Dinas Sosial Dalam Peningkatan Kesejahteraan Lansia Terlantar di Kota Tanjungpinang. *Journal of Religion and Social Transformation*, 1(2), 46–58. <https://doi.org/10.24235/b7zs0q18>
- Suwartono. (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Andi Offset.
- Syifa Isnani, A., & Program Studi Psikologi, N. (2022). *Kesejahteraan Subjektif Pada Lanjut Usia yang Tinggal Sendiri di Rumah The Subjective Well-Being of Elderly Persons Who Live at Home Alone Article History*. 10(01), 240–259.
- Tamher, S., & Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Lanjut Usia Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. 9.
- Tanaya, A. R. R., & Yasa, I. G. W. M. (2015). Kesejahteraan Lansia dan Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi di Desa Daging Puri Kauh. *Piramida*, 11(1), 8–12.
- WHO. (2022, October). Ageing and Health. *WHO*. <https://www-who>

int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc

Willar, M. M., B.Pati, A., & E. Pengemnaan, S. (2021). Peran Pemerintah Desa Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia di Desa Kecaatan Maesa Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Governance*, 1(2), 1–11. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/governance/article/download/36213/33720>