

**PPM BERBASIS
PUSLIT**

**LAPORAN AKHIR
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Judul

**PELATIHAN PENINGKATAN KEMAMPUAN
PENGELOLAAN PAGUYUBAN LANSIA SE- DESA
BEJIHARJO, KECAMATAN KARANGMOJO,
KABUPATEN GUNUNGKIDUL, DIY**



Oleh:

**Hiryanto, M.si
Sri Iswanti, M.Pd
Lutfi Wibawa, M.Pd
Prof. Dr. Suharti, M.Md**

Dibiayai oleh:

Dana DIPA UNY Tahun Anggaran 2014

**Sesuai dengan Surat Perjanjian Pelaksanaan Program Kegiatan Pengabdian Kepada
Masyarakat (PPM) Berbasis PUSLIT Nomor: 533/PM-PT/UN34.21/2014,**

Tanggal 28 Mei 2014

Universitas Negeri Yogyakarta, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2014**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR
PROGRAM PENGABDIAN PADA MASYARAKAT PUSLIT AUD DAN INSULA
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

1. Judul : Pelatihan Peningkatan Kemampuan Pengelolaan Payuguban Lansia se
desa Bejiharjo, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul DIY
 2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama lengkap dengan gelar : Hiryanto, M.Si
 - b. NIP : 19650617 199303 1 002
 - c. Pangkat/Golongan : Penata/III/c
 - d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
 - e. Fakultas/Jurusan/Puslit : FIP/Penddidikan Luar Sekolah/AUD dan Insula
 - f. Bidang Keahlian : Pendidikan Luar Sekolah
 - g. Alamat Rumah : Perum Jatisawit Asri W. 23, Balecatur,
Gamping, Sleman.
 - h. No. Tep Rumah/HP : 08156853559
 3. Personalia
 - a. Jumlah anggota pelaksana : 3 orang
 - b. Jumlah pembantu pelaksana :
 - c. Jumlah Mahasiswa : - orang
 4. Jangka waktu kegiatan : 5 bulan
 5. Bentuk kegiatan : Pelatihan
 6. Sifat kegiatan :
 7. Anggaran Biaya yang diusulkan
 - a. Sumber dari DIPA UNY : Rp. 10.000.000,00
 - b. Sumber lain : (.....)
-
- Jumlah : Rp. 10.000,000,00 (Sepuluh juta rupiah)

Mengetahui,
Ketua Puslit AUD dan Insula

Yulia Ayriza, Ph.D
NIP.19590703 198702 2 003

Yogyakarta, 30 Oktober 2014
Ketua Pelaksana,

Drs. Hiryanto, M.Si
NIP. 196506171993031002

Menyetujui,
Ketua LPPM UNY

Prof. Dr. Anik Gufron, M.Pd
NIP.1962111 198803 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah kami panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas ijinNYa kegiatan Pengabdian pada Masyarakat program Puslit yang berjudul “*Pelatihan Peningkatan Kemampuan Pengelolaan Payuguban Lansia se desa Bejiharjo, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul DIY*” dapat terlaksana dan berjalan lancar serta dapat tersusunnya laporan ini

Terlaksananya kegiatan PPM ini tidak terlepas dari adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah membantu kami dalam melaksanakan program pengabdian pada masyarakat prioritas bidang sebagai salah satu wujud pelaksanaan tri dharma perguruan tinggi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini kami tim pelaksana PPM puslit Anak Usia Dina dan Insan Usia Lanjut LPPM UNY menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat UNY yang telah berkenan menyetujui usulan dan memberi dukungan dana sehingga semua kegiatan dapat berjalan lancar.
2. Kepala desa Bejiharjo kecamatan Karangmojo Gunungkidul beserta jajarannya yang telah mengizinkan pelaksanaan kegiatan serta memfasilitasi baik berupa tempat maupun mengundang para pengurus paguyuban dan lansia di wilayahnya sehingga kegiatan PPM dapat terlaksana
3. Para pengurus paguyuban lansia serta anggota paguyuban peserta pelatihan yang dengan penuh antusias mengikuti kegiatan dari hari pertama hingga selesai
4. Anggota tim (Ibu Prof. Dr. Suharti, ibu Sri Iswanti, M.Pd dan bapak Lutfi Wibawa, M.Pd) yang telah menyempatkan waktunya untuk bersama-sama melaksanakan program PPM disela-sela kesibukannya.
5. Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang telah membantu sehingga kegiatan pengabdian pada masyarakat prioritas bidang dari awal hingga akhir dapat berjalan lancar

Semoga semua yang diberikan memberikan manfaat bagi upaya peningkatan pengetahuan dan ketrampilan bagi para pengelola paguyuban lansia dalam mengembangkan kegiatan yang sesuai dengan tahap perkembangannya serta menjadi amal ibadah yang mendatangkan rahmat dari Allah SWT. Amin.

Yogyakarta, Oktober 2014

Tim PPM

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
Daftar Lampiran	v
Abstrak	vii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi	1
B. Landasan Teoritis	2
C. Identifikasi dan Rumusan Masalah	13
D. Tujuan Kegiatan	13
E. Manfaat Kegiatan	14

BAB II. METODE KEGIATAN PPM

A. Khalayak Sasaran	15
B. Kerangka Pemecahan Masalah	15
C. Metode Kegiatan	15
D. Langkah – langkah Kegiatan	16

BAB III. PELAKSANAAN KEGIATAN PPM

A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan	18
B. Pembahasan	19
C. Faktor Pendukung	20
D. Faktor Penghambat	21

BAB IV. PENUTUP

A. Kesimpulan	22
B. Saran	23

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

1. Surat Pernjanjian Pelaksanaan Kegiatan
2. Berita Acara dan Daftar Hadir Seminar Awal PPM
3. Daftar Hadir Peserta Kegiatan
4. Foto Dokumentasi
5. Berita Acara Seminar Akhir
6. Materi Kegiatan

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan.....
2. Berita Acara dan daftar hadir seminar awal PPM.....
3. Daftar hadir peserta kegiatan.....
4. Foto dokumentasi
5. Daftar acara seminar akhir.....
6. Materi kegiatan.....

**PELATIHAN PENINGKATAN KEMAMPUAN PENGELOLAAN
PAGUYUBAN LANSIA SE DESA BEJIHARJO, KECAMATAN
KARANGMOJO, KABUPATEN GUNUNGKIDUL DIY**

Oleh:

Hiryanto, M.Si, dkk

Abstraks

Kegiatan pengabdian pada masyarakat berbasis Puslit dalam bentuk pelatihan peningkatan kemampuan pengelolaan paguyuban Lansia se desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul, bertujuan: 1). mengetahui kondisi secara riil pengelolaan paguyuban lansia yang ada di desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul 2). Sedangkan secara khusus, PPM ini bertujuan untuk melatih para kader dan pengurus paguyuban Lansia dalam pengelolaan serta pengembangan budaya karena lansia memiliki peran yang strategis dalam pewaris sekaligus pembina nilai-nilai budaya yang ada dalam masyarakat. Realisasi dari kegiatan pengabdian pada masyarakat dalam bentuk pelatihan bagi para kader dan pengelola paguyuban lansia dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan penugasan, yang dilaksanakan dalam 3 pertemuan yakni tanggal 19-20 september 2014 dan 27 september 2014, bertempat di Aula balai desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul DIY. Berdasarkan hasil PPM disimpulkan: 1). diperolehnya data berupa jumlah pra lanjut usia dan lanjut usia sebanyak 2003 orang atau 14 % dari jumlah penduduk keseluruhan desa Bejiharjo yang tersebar di 20 pedusunan, 2) Pelaksanaan kegiatan dari awal persiapan hingga pelaksanaan dapat berjalan dengan lancar, serta mendapat respon yang positif dari semua peserta kegiatan, 3) Materi yang disampaikan oleh tim pengabdian dirasakan sangat baik terutama bagi para pengelola dan kader lansia serta lansia sendiri dalam meningkatkan perannya di masyarakat sebagai pelestari budaya serta meningkatkan aktualisasi diri di masyarakat bukan sebaliknya sebagai penduduk yang kurang berguna, selain itu adanya pelatihan dapat diaplikasikan dalam pemberdayaan paguyuban lansia. 4) Pemahaman terhadap materi cukup memuaskan hal ini terbukti dalam proses penyampaian materi mereka cukup antusias serta hasil tugas mandiri menunjukkan mereka telah paham terhadap materi yang disampaikan oleh tim pengabdian dan 5). Dilihat dari indikator keberhasilan kegiatan PPM jika dilihat dari rencana peserta sebanyak 35 orang, dapat dikatakan berhasil karena sebanyak 35 orang (100 %) mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, juga peserta sudah mampu membuat rencana program pemberdayaan paguyuban lansia serta rintisan akan berdirinya paguyuban lansia lainnya di pedukuhan yang belum ada.

Kata Kunci: Pengelolaan, paguyuban lansia

Training to Improve Management Skill on Elderly Community of Bejiharjo Village,
Karangmojo, Gunungkidul, DIY

Hiryanto, M.Si. et al

Abstract

The Community service activities based on Research Center as capacity building training to manage Elderly community in Bejiharjo, Karangmojo, Gunung Kidul, aimed at: 1). determine the real condition of the management of elderly community on Bejiharjo, Karangmojo, Gunung Kidul 2). While it specifically, the PPM aims to train the cadres and the administrators of elderly community in management and cultural development since the elderly has a strategic role as the testator and the builder of cultural values that exist in community. The realization of community service activities as training for cadres and the elderly community manager by using lecture, question and answer, discussion and assignment, which is implemented within 3 meeting on 19,20 and 27, September 2014. The meeting hold on Bejiharjo village Hall, Karangmojo, Gunungkidul, DIY. Based on the results of PPM concluded: 1). obtaining data such as the number of pre-elderly and elderly as many as 2003 people or 14% of the total population of Bejiharjo villages which are spread over 20 pastoral, 2). Implementation of activities from initial preparation to implementation received a positive response from all participants, 3) material presented by a team of devotees felt very good, especially for the elderly and the administrators and elderly cadres in increasing its role in society as a preserver of culture and increase self-actualization in the community rather than vice versa as populations which are less useful, besides the existence of training can applied in elderly community empowerment. 4) Their understanding on the material is satisfactory. It is proved that in material session, they are enthusiastic and their independent task results show that they have understood the material 5). Judging from the indicators, the PPM can be said to be successful since all 35 people invited came 100% following the activities from the beginning to the end, the participants also able to make a plan of elderly community empowerment and as pilot program of the elderly community for other hamlet.

Key Words: Management, Elderly Community

BAB I PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi terutama pada bidang kesehatan telah berdampak pada meningkatnya tingkat kesehatan pada masyarakat, karena semakin mudahnya masyarakat dalam mengakses fasilitas kesehatan, selain itu juga berdampak pada meningkatnya usia harapan hidup masyarakat. Dengan meningkatnya usia harapan hidupan masyarakat berdampak pada bertambahnya usia lanjut.

Daerah Istimewa Yogyakarta, merupakan propinsi di Indonesia dengan jumlah penduduk lansia tertinggi.. menurut Abikusno yang dikutip oleh Amika (2014) jumlah penduduk dalam kategori tua berumur diatas 60 tahun mengalami peningkatan yang sangat tajam, yaitu dari kurang dari 6% pada kurun waktu tahun 1950-1990 menjadi 7/8% pada masa sekarang (1990-2010) dan diperkirakan bertambah menjadi 14% dan 25% pada tahun 2025 dan 2050.

**PERKEMBANGAN LANJUT USIA
DI INDONESIA**

	Umur harapan hidup	Jumlah Usila (juta)
1980	52,2	7,998 (5,45%)
1990	59,8	11.277 (6,29%)
2000	64,5	14,440 (7,18%)
2010	70,6	23,993 (9,77%)
2014	72	28,823 (11,34%)

Sumber : BPS

Terkait dengan tren penuaan populasi dalam komposisi demografi penduduk Indonesia, berbagai penelitian telah dilakukan mengarah kepada berbagai aspek kehidupan yang dihadapi

orang mereka yang berusia lanjut. Dari perspektif ekonomi, penambahan penduduk berusia lanjut akan meningkatkan rasio ketergantungan hidup, dimana orang-orang tua menggantungkan kehidupan ekonominya kepada anak-anak dan cucu-cucunya (Abikusno, 2007). Selaras dengan pendapat ini, Noveria (2006) menekankan keterkaitannya dengan perubahan sosial ekonomi dalam keluarga Indonesia selama ini. Pada satu sisi, penduduk dewasa berpindah domisilinya ke kota, propinsi atau negara lain untuk mencari pekerjaan. Disisi lain, terjadi peningkatan jumlah perempuan dewasa yang bekerja untuk menambah jumlah penghasilan keluarga. Dua kecenderungan ini berdampak negatif terhadap dukungan sosial ekonomi orang tua atau kerabatnya yang telah memasuki hari tua.

Guna menyiapkan mengisi hari-hari pada masa lanjut usia dibutuhkan adanya paguyuban yang menaungi, agar paguyuban lansia sebagai wahana untuk aktualisasi warga lansia berjalan dengan baik dibutuhkan adanya pengelola yang mengetahui tentang kondisi dan kebutuhan lansia, dengan demikian dibutuhkan adanya pelatihan peningkatan kemampuan para pengelola paguyuban lansia. Salah satunya di desa Bejiharjo, karangmojo gunungkidul, lebih-lebih di wilayah tersebut saat ini berkembang sebagai desa wisata yang cukup dikenal di masyarakat bahkan sampai manca Negara, sehingga dibutuhkan keikutsertaan seluruh lapisan masyarakat termasuk penduduk lansia agar nilai-nilai budaya setempat tidak tergerus.

Berdasarkan data dari desa Bejiharjo, terdiri dari 20 pedusunan, terdapat 2003 orang yang termasuk pada kelompok pra dan lanjut usia, dari kurang lebih 14.250 jiwa, artinya ada 14 % penduduk yang termasuk katategori lanjut usia, potensi ini perlu dikembangkan agar tidak menjadi permasalahan, atas dasar itulah tim dari Pusat Studi Anak Usia Dini dan Insan Usia Lanjut mencoba untuk membantu pemerintah desa dengan bentuk kegiatan pengabdian pada masyarakat, dalam bentuk pelatihan peningkata pengelolaan paguyuban lansia, lebih-lebih berdasarkan hasil need assessment dari 20 pedusunan baru ada 8 pedusunan yang sudah memiliki paguyuban lanjut usia yang ada kegiatannya, sementara 12 padusunan yang lain belum terbentuk. Sehingga harapannya dengan adanya kegiatan PPM yang dilakukan oleh Puslit AUD dan INSULA ke depan akan berkembang kegiatan dari paguyuban lansia dalam menyiapkan lansia yang sehat, aktif dan mandiri.

B. Landasan Teori

1. Lansia

a. Memahami Lanjut Usia

Dalam Undang-Undang RI No. 13 Tahun 1998 secara jelas disebutkan bahwa lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Namun di negara-negara maju seperti AS, Kanada, Belanda, Australia, Swedia, dan beberapa negara Eropa lainnya angka harapan hidup penduduknya relatif tinggi dari negara-negara berkembang, menggunakan batasan usia 65 tahun sebagai batas terbawah untuk kelompok penduduk lansia (Hanum, 2008).

Menjadi tua (*aging*) merupakan proses perubahan biologis secara terus menerus yang dialami manusia pada semua tingkatan umur dan waktu. Sedang lanjut usia (*old age*) adalah nama untuk tahap akhir dari proses penuaan tersebut. Ada dua pendekatan yang kerap digunakan untuk mengidentifikasi kapan seseorang dikatakan tua, yaitu pendekatan biologis dan pendekatan kronologis.

Untuk mengetahui pendekatan di atas, lansia sebaiknya memahami kategori usia biologis maupun kronologis. Usia biologis adalah usia yang ditinjau dari kapasitas fisik/biologis seseorang, sedang usia kronologis ialah usia seseorang yang ditinjau dari hitungan umur dalam angka. Banyak orang beranggapan usia biologis lebih penting dari usia kronologis. Kerap dijumpai seseorang yang masih muda (dilihat dari umur kronologis), terlihat sudah tua, namun sebaliknya banyak juga orang yang usia kronologisnya sudah tergolong tua justru tampak masih segar dan bugar jasmaninya. Untuk memahami lansia perlu dilihat dari beberapa aspek:

1) Lansia Dilihat dari Aspek Demografi

Dilihat dari aspek demografi lansia adalah penduduk yang berumur 60 tahun ke atas. Kelompok ini memerlukan perhatian khusus di abad ke-21, mengingat bahwa selain jumlahnya meningkat pesat, secara potensial mereka dapat menimbulkan permasalahan. Bila masyarakat, terlebih-lebih negara tidak siap menghadapinya, tidak mustahil akan menimbulkan pelbagai dampak negatif. Sebaliknya, bila langkah antisipatif yang tepat dijalankan, timbulnya hal negatif tadi dapat dicegah, bahkan dapat diatasi dengan baik.

Seiring dengan membaiknya tingkat kesehatan penduduk Indonesia, jumlah dan prosentase penduduk berusia 60 tahun ke atas meningkat dengan pesat dari tahun ke tahun. Dengan demikian jumlah lansia sangat cepat bertambah, terutama di Daerah Istimewa Yogyakarta, struktur penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun termasuk terbanyak di Indonesia. Hal tersebut juga dapat dibuktikan dengan rata-rata usia harapan penduduk DIY termasuk yang terpanjang di Indonesia.

Proses penuaan mengakibatkan gaya hidup penduduk lansia terpaksa berubah karena harus menyesuaikan diri dengan mundurnya secara alamiah fungsi alat indera dan anggota tubuh, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Kemampuan mereka lambat laun menurun akibat adanya cacat tubuh dan pelbagai penyakit degeneratif yang diderita, sehingga mereka mempunyai ketergantungan yang besar pada keluarga dan orang lain. Gaya hidup yang berubah ini dapat terlihat pada keadaan sebagai berikut:

- a) penghasilan dan pendapatan menurun
- b) terpaksa terus bekerja karena beban ekonomi
- c) kemampuan fisik yang menurun akibat cacat tubuh dan penyakit
- d) memerlukan pertolongan dan nasehat dalam bidang kesehatan dan pelayanan sosial, seperti sering sakit-sakitan, badan lemah, tak mampu mengurus rumah, memasak, dan sebagainya.
- e) ketergantungan pada keluarga akibat cacat dan penyakit degeneratif yang diderita.
- f) lansia miskin bergantung pada negara seperti terpaksa hidup di panti sosial
- g) peran lanjut usia di dalam keluarga bukan sebagai anggota keluarga lagi
- h) banyak waktu luang, yang kalau tidak direncanakan dari awal penggunaannya akan berdampak kesepian dan stress.

2) Lansia dari Aspek Psikologis

Kebutuhan psikologis merupakan kebutuhan akan rasa aman (*the safety needs*); kebutuhan akan rasa memiliki dan dimiliki dan akan rasa kasih sayang (*the belongingness and love needs*); kebutuhan akan aktualisasi diri (*the need for self actualization*). Kebutuhan

akan rasa aman meliputi kebutuhan akan keselamatan seperti keamanan, kemantapan, ketergantungan, perlindungan, bebas dari rasa takut, kecemasan, kekalutan, kebutuhan akan struktur hukum, ketertiban, dan sebagainya.

Menurut Ancok (1992) adanya perasaan takut di dalam menghadapi masa depan, ketakutan untuk mengeluarkan pendapat, ketakutan untuk mengeluarkan hak asasi lainnya adalah bagian dari kebutuhan rasa aman. Salah satu masalah yang dihadapi lanjut usia adalah tidak memiliki penghasilan dan tidak lagi bekerja (pengangguran). Oleh karena itu, adanya aktivitas/pekerjaan (tidak menganggur) bagi lansia adalah pemenuhan kebutuhan akan rasa aman.

Dengan bekerja seseorang mampu memenuhi kebutuhan fisik sebagai makhluk biologis yang membutuhkan pangan, sandang, dan papan. Kerja juga akan memenuhi kebutuhan rasa aman, tenteram, dan kepastian tentang hari-hari yang dilaluinya. Dengan aktif bekerja dan beraktivitas lansia masih tetap bisa berinteraksi dengan orang lain yang mendatangkan rasa senang (tidak cemas dalam kesendirian); rasa berguna atau aktualisasi diri dan rasa memiliki dan dimiliki; dan hal ini sangat positif dalam menjalani hari tua bahagia, terhindar dari kesepian.

Menurut Maslow, setiap orang memiliki dua katagori kebutuhan, yaitu kebutuhan akan harga diri dan penghargaan dari orang lain. Harga diri meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, kompetensi, penguasaan, kecukupan, prestasi, ketidaktergantungan dan kebebasan, sedangkan penghargaan dari orang lain meliputi prestise, pengakuan, penerimaan, perhatian, kedudukan, nama baik, serta penghargaan (Goble, 994).

Kebutuhan akan aktualisasi diri menurut Maslow dilukiskan sebagai hasrat untuk semakin menjadi diri sendiri; menjadi apa saja menurut kemampuan yang dimiliki. Upaya pemenuhan kebutuhan akan aktualisasi diri ini tampak sekali dari keterlibatan para lansia dalam pelbagai aktivitas, baik aktivitas kerja, aktivitas rumah tangga, maupun aktivitas sosial. Hambatan yang muncul dari sikap anak, cucu, sanak famili, dan tetangga yang kurang mendukung upaya aktualisasi diri akan mempersulit para lanjut usia. Hambatan ini dapat berupa larangan atau permintaan agar orang tua mereka tidak usah lagi bekerja atau aktivitas

lain, karena kebutuhan mereka akan dipenuhi oleh anak-anak. Rasa sayang anak-anak dan cucu para lansia dapat menghambat keinginan aktualisasi diri para lansia.

Tingginya keterlibatan penduduk lansia di Indonesia dalam aktivitas ekonomi yang tampak dalam kehidupan sehari-hari seperti di pasar, di pertanian, dan sebagainya menunjukkan adanya kecenderungan pemenuhan akan aktualisasi diri tersebut. Mereka ingin mandiri dan tidak bergantung pada orang lain, bahkan selalu ingin menunjukkan pada masyarakat bahwa mereka pun masih berguna dan mampu memberi pada orang lain. Hasil penelitian Haditono, dkk (1983) mengenai aktif dan non aktifnya para lansia dihubungkan dengan rasa kebahagiaan lansia, menyebutkan bahwa pada umumnya lansia masih menyukai aktivitas dan hubungan sosial. Sehingga pandangan umum sebagian masyarakat bahwa para lansia sudah tidak mempunyai kebutuhan apa-apa kecuali ketenangan dalam menunggu kematian adalah tidak benar. Lingkungan dalam hal ini sangat berperan dalam mendorong dan memberikan kesempatan kepada lansia untuk dapat merasakan kemampuannya yang dapat digunakan untuk memenuhi rasa bahagia (*optimal aging*).

3) Lansia dari Aspek Budaya

Pembangunan di segala bidang menghasilkan kondisi sosial masyarakat yang semakin membaik, meningkat usia harapan hidup, yang disertai semakin bertambahnya jumlah lansia. Di samping perbaikan di bidang kesejahteraan sosial, arus globalisasi di bidang komunikasi, informasi, transportasi, dan pendidikan menimbulkan pengaruh luar yang mampu mengikis budaya masyarakat terhadap hubungan antar anggota keluarga mereka. Nilai kekerabatan dalam kehidupan keluarga semakin lemah yang mengarah pada bentuk keluarga kecil, terlebih-lebih dalam masyarakat industri di mana lansia terpisah dari anggota keluarga lainnya akibat urbanisasi. Anggota keluarga yang berusia lanjut kurang diperhatikan dan terpaksa hidup sendiri dan kesepian. Dengan demikian, budaya "tiga generasi di bawah satu atap" makin sulit dipertahankan, akibat ukuran rumah di daerah perkotaan yang relatif sempit, sehingga kurang memungkinkan para lansia tinggal bersama anak, menantu, dan cucunya.

Pelbagai permasalahan sosial yang berkaitan dengan pencapaian kesejahteraan lansia, seperti masih besarnya jumlah lansia yang hidup di bawah garis kemiskinan. Perkembangan masyarakat ke arah masyarakat industri, yang memiliki ciri kehidupan yang lebih bertumpu kepada individu dan menjalankan kehidupan berdasarkan perhitungan untung rugi, lugas dan efisien, yang secara tidak langsung merugikan kesejahteraan lansia. Selain itu, terbatasnya sarana prasarana pelayanan dan fasilitas bagi lansia mengakibatkan kesejahteraan dan kemudahan bagi lansia sulit diberikan.

Secara sosial, berkembangnya proses menjadi tua, yang berakibat timbulnya masalah fisik, mental maupun sosial. Kondisi ini mengakibatkan peran lansia di masyarakat menjadi berkurang. Tak jarang mereka menjadi lebih bergantung kepada pihak lain. Berkurangnya peran, kontak sosial, maupun integrasi sosial para lansia juga disebabkan produktivitas dan kegiatan lansia menurun. Hal ini berpengaruh negatif pada kondisi sosial psikologis mereka yang merasa sudah tidak diperlukan lagi oleh masyarakat. Rendahnya produktivitas kerja dan tingkat pendidikan lansia dibandingkan dengan tenaga kerja muda, menyebabkan mereka tidak dapat mengisi lowongan kerja yang ada dan terpaksa menganggur, terlebih bagi mereka yang tidak memiliki pekerjaan tetap. Oleh karena itu, banyak lansia yang miskin, terlantar, dan cacat (karena stroke, dan sebagainya). Mereka ini umumnya tidak memiliki persiapan dalam memasuki hari tua, sehingga sangat mengharap belas kasihan orang lain.

Perubahan masyarakat pertanian ke masyarakat industri, berdampak pada perubahan tatanan nilai sosial yang mengarah kepada tatanan masyarakat individualistik, yang turut serta mempengaruhi cara dalam memperlakukan para lansia. Pada masyarakat agraris orang tua memiliki nilai tinggi dianggap sebagai guru dan yang dituakan. Sedangkan di masyarakat industri orang tua dianggap beban karena dianggap tidak produktif sehingga para lansia kurang dihargai dan dihormati. Akibatnya, mereka tersisih dari kehidupan masyarakat/keluarga dan dapat menjadi terlantar.

Berubahnya tatanan nilai tersebut, merubah pula pola kekerabatan yang ada di masyarakat. Anak yang dulu memiliki kewajiban dasar mengurus dan menjamin hari tua orangtuanya, berubah lebih cenderung memperhatikan keluarga intinya saja (suami-istri-

anak).pada masa ini kemandirian lansia sangat penting, dan para pralansia harus mempersiapkan diri mereka agar dapat hidup layak di hari tua.

Teori sosiologi tentang penuaan yang selama ini umum dipakai adalah teori interaksi sosial (*social exchange theory*). Teori ini mencoba menjelaskan mengapa lansia bertindak pada suatu situasi tertentu, yaitu atas dasar hal-hal yang dihargai masyarakat. Homan (1961) dan Blau (1964) mengemukakan bahwa interaksi sosial didasarkan atas hukum pertukaran barang dan jasa, sedangkan Simmons (1945) mengemukakan bahwa kemampuan lansia untuk menjalin interaksi sosial merupakan kunci mempertahankan status sosialnya atas dasar kemampuannya untuk melakukan tukar menukar.

Pada lansia, kekuasaan dan prestisenya menjadi berkurang yang berakibat pada semakin kurangnya interaksi sosial. Yang tersisa hanyalah harga diri dan kemampuan mereka untuk mengikuti perintah. Selain itu, ada teori penarikan diri (*disengagement theory*). Teori ini merupakan teori sosial tentang penuaan yang paling awal dan kali pertama diperkenalkan oleh Cumming dan Henry (dalam Hardhywinoto dan Setiabudi, 1999). Kemiskinan dan menurunnya tingkat kesehatan yang lansia mengakibatkan mereka secara perlahan-lahan menarik diri dari pergaulan sekitarnya. Selain itu, dari pihak masyarakat turut mengkondisikan agar para lansia menarik diri. Keadaan ini mengakibatkan interaksi sosial lansia menurun, baik secara kualitas maupun kuantitas.

Pada para lansia terjadi kehilangan ganda (*triple loss*), yaitu: 1) kehilangan peran (*lost of roles*); 2) hambatan kontak sosial (*restriction of contacts and relationships*); dan 3) berkurangnya komitmen (*reduces commitment to social mores and values*). Menurut teori penarikan diri, seorang lansia dinyatakan berhasil mengalami proses penuaan apabila ia menarik diri dari kegiatan terdahulu dan dapat memusatkan diri pada persoalan pribadi, serta mempersiapkan diri menghadapi kematian. Lansia sudah tidak layak bekerja mencari nafkah, lansia lebih baik berdiam di rumah bahkan dianggap tak pantas lagi mengerjakan pekerjaan-pekerjaan di rumah tangga, lansia dianggap terhormat dan mereka harus dilayani.

Teori sosial lainnya adalah teori aktivitas (*activity theory*) yang dikembangkan oleh Palmore (1965) yang menyatakan bahwa penuaan yang sukses tergantung dari bagaimana

seorang lansia merasakan kepuasan dalam melakukan aktivitas dan mempertahankan aktivitas tersebut selama mungkin. Adapun kualitas tersebut lebih penting dibandingkan kuantitas aktivitas yang dilakukan. Dari satu segi aktivitas lansia dapat menurun, akan tetapi di lain segi dapat dikembangkan, misalnya peran baru lansia seperti menjadi relawan, menjadi kakek atau nenek, ketua rukun tetangga. Dari pihak lansia sendiri terdapat anggapan bahwa proses penuaan merupakan suatu perjuangan untuk tetap muda dan berusaha untuk mempertahankan perilaku mereka semasa mudanya.

Pokok-pokok teori aktivitas adalah moralitas dan kepuasan berkaitan dengan interaksi sosial dan keterlibatan sepenuhnya dari lanjut usia. Penerapan teori aktivitas ini dalam penyusunan kebijakan terhadap lansia sangat positif, karena memungkinkan para lansia berintegrasi sepenuhnya di masyarakat.

Menurut Geriya (1994) ada beberapa variabel sebagai sumber motivasi seseorang tetap aktif baik bekerja maupun berhubungan sosial, yaitu agama, kebudayaan, sistem sosial, kepribadian, dan lingkungan. Agama berisikan seperangkat kepercayaan, ajaran, nilai-nilai, ritual, serta pelbagai sarana dan prasarana keagamaan. Pandangan-pandangan keagamaan tentang kerja dan bermasyarakat merupakan sumber penting bagi tumbuhnya etos kerja yang selanjutnya dapat mendorong terwujudnya perilaku seseorang dalam beraktivitas.

Beraktivitas maupun bekerja diyakini sebagian masyarakat dapat mendatangkan "pahala", sebab setiap perbuatan baik pasti akan menghasilkan yang baik pula. Sebaliknya perbuatan buruk akan menuai hasil yang buruk. Bekerja dan beraktivitas adalah merupakan lawan dari sikap malas, tidak semangat, dan suka tidur dan sejenisnya. Bekerja lebih baik dari menganggur dan tubuh pun tidak akan terpelihara bila kita tidak bekerja (bergerak). Salin itu, lansia yang suka beraktivitas dan bekerja dapat menjadi teladan generasi di bawahnya, bahkan bekerja itu adalah hal yang harus dilakukan individu selagi masih hidup. Dengan memberi teladan para lansia telah melakukan transformasi budaya terutama pada penanaman nilai-nilai pada generasi muda.

4) Lansia dari Aspek Ekonomi

Perhatian yang besar terhadap kesejahteraan lansia diberikan pada masa pemerintahan Kabinet Reformasi Pembangunan, pimpinan Presiden BJ Habibie, yaitu dengan dikeluarkannya UU RI No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, sebagai pengganti UU No. 4 Tahun 1965 tentang pemberian bantuan penghidupan prang jompo. Berdasarkan UU No. 13 Tahun 1998 pasal 3, upaya peningkatan kesejahteraan sosial lanjut usia diarahkan agar lansia tetap dapat diberdayakan sehingga berperan dalam pembangunan dengan memperhatikan fungsi, kearifan, pengetahuan, keahlian, keterampilan, pengalaman, usia, dan kondisi fisiknya. Selanjutnya dalam pasal 4 disebutkan peningkatan kesejahteraan sosial tersebut bertujuan memperpanjang usia harapan hidup dan masa produktif, terwujudnya kemandirian dan kesejahteraan, terpeliharanya sistem nilai budaya dan kekerabatan bangsa Indonesia, serta lebih mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Dalam konsep ketenagakerjaan yang standar digunakan di Indonesia penduduk lansia (usia 60 tahun ke atas) masih termasuk dalam kelompok tenaga kerja. Biro Pusat Statistik Indonesia menggunakan usia 10 tahun ke atas sebagai tenaga kerja, tanpa batas atas. Dengan demikian, penduduk lansia adalah termasuk dalam penduduk usia produktif (potensial produktif).

Di negara-negara maju, konsep standar penduduk dalam kelompok usia produktif adalah mereka yang berusia antara 15-24 tahun (Haupt dan Kane, 1998). Berdasarkan konsep ini penduduk usia 65 tahun atau lebih tidak lagi termasuk usia produktif, walaupun kenyataannya banyak di antara mereka yang masih tetap melakukan aktivitas produktif, misalnya dengan mengambil pekerjaan paruh waktu.

Berbeda dengan negara maju yang mengaitkan lansia produktif dengan penghasilan (uang), di Indonesia, pengertian bekerja lebih bersifat restriktif, yaitu memperoleh penghasilan atau membantu memperoleh penghasilan atau keuntungan dengan referensi waktu tersebut adalah paling sedikit selama satu jam dalam seminggu yang lalu (BPS, 1996). Berdasarkan definisi ini aktivitas rumah tangga seperti memasak, mencuci, mengasuh anak/cucu, membetulkan rumah, membantu tetangga atau ikut kegiatan sosial lainnya yang

bukan ditujukan untuk memperoleh penghasilan atau membantu memperoleh penghasilan atau keuntungan tidak termasuk katagori bekerja.

Dengan demikian, bukan dalam katagori aktivitas produktif. Dalam kaitannya dengan penduduk lansia, mereka yang secara fisik masih mampu melakukan aktivitas kerja setidaknya selama satu jam dalam seminggu dikategorikan penduduk lansia "potensial produktif", sedangkan lansia yang tidak mampu melakukan aktivitas produktif sehari-hari tergantung pada bantuan orang lain dikategorikan sebagai lansia yang tidak potensial yang tidak potensial produktif (jompo). Lansia yang melakukan aktivitas produktif tidak selalu terkait dengan tujuan mencari nafkah atau membantu mencari nafkah atau keuntungan, tetapi dapat juga untuk tujuan lain seperti untuk hobi, beramal, dan lainnya.

Dalam memahami kecenderungan perilaku mengapa lansia bekerja dapat didekati dengan *retirement hypotesis*, sedang untuk mengetahui intensitas kerja didekati dengan *theory of decision to work*. *Retirement hypotesis* menunjukkan perilaku pelbagai variabel yang mendorong seseorang untuk berhenti atau tetap bekerja pada usia tertentu. Pelbagai hasil penelitian (misalnya Sigit, 1988; Chen dan Jones, 1989) menunjukkan adanya hubungan negatif antara peningkatan umur dengan penurunan keterlibatan lansia dalam aktivitas produktif. Kecenderungan semakin tingginya angka harapan hidup manusia dan membaiknya kesehatan para lansia, menyebabkan setiap orang berhenti bekerja pada usia yang semakin tinggi dan bahkan banyak di antara mereka yang terus bekerja selagi mampu.

Dalam kaitan dengan determinan keputusan berhenti bekerja, Stecker (via Murjana Yasa, 2000) menyebutkan sebagian besar penduduk lansia bekerja hanya bila dipaksa untuk melakukannya. Adapun penelitian Reno (1970) terhadap mereka yang tidak bekerja dan mengapa mereka meninggalkan pekerjaan yang terakhir menyebutkan mereka yang berhenti bekerja 50 persen karena faktor kesehatan dan hanya 17 persen yang ingin berhenti bekerja. Di negara maju ada kaitan antara keinginan memperoleh jaminan sosial dengan berhenti bekerja. Semakin besar keuntungan potensial yang diperoleh dari jaminan sosial, semakin banyak jumlah mereka yang ingin berhenti bekerja. Di Indonesia jaminan sosial tidak ada

yang diberikan negara bagi lansia, selain mereka yang memiliki pensiun (pensiun dari pegawai negeri sipil baik dari diri sendiri maupun dari pasangan hidup).

Adapun *theory of decision to work* mengaitkan antara banyaknya waktu yang bersedia ditawarkan di pasar kerja dengan kondisi sosial ekonomi. Memutuskan untuk bekerja berarti memutuskan mengenai bagaimana memanfaatkan waktu. Salah satu cara adalah membedakan pemanfaatan waktu antara istirahat dan aktivitas (khususnya aktivitas kerja). Selama jumlah waktu yang dikeluarkan untuk istirahat (waktu luang) tidak dapat dikeluarkan untuk bekerja dan sebaliknya, maka permintaan akan waktu luang dapat digambarkan sebagai sisi mata uang logam yang bersebelahan dengan penawaran tenaga kerja (Ehrenberg dan Smith, 1998).

Dengan kata lain, permintaan akan waktu luang di satu sisi adalah sama dengan jumlah waktu yang ditawarkan di pasar kerja pada sisi lain. Artinya bila permintaan akan tenaga lansia di pasar kerja ada, maka banyak lansia yang ingin mengisi lowongan tersebut. Lansia tidak bekerja disebabkan mereka merasa tidak ada yang dapat mereka kerjakan.

Dilihat dari faktor sosial ekonomi, usia merupakan faktor penting yang menjadi kendala kemampuan lansia untuk mencurahkan tenaganya di dalam aktivitas produktif. Usia sangat terkait dengan kemampuan fisik, semakin tua usia semakin mundur kondisi fisik seseorang. Walaupun tidak diketahui dengan tepat pada usia berapa seseorang tidak mampu lagi melakukan aktivitas produktif, tetapi beberapa hasil penelitian menunjukkan partisipasi kerja penduduk lansia secara konsisten mengalami penurunan dengan meningkatnya usia. Penelitian Chen dan Jones (1989) di beberapa negara Asia Tenggara (termasuk Indonesia) menemukan adanya penurunan konsistensi dalam tingkat partisipasi angkatan kerja lansia menurut kelompok umur.

Di Indonesia penelitian Sigit (1988) dan Wirakartakusumah (1994) menunjukkan kecenderungan yang relatif sama. Analisis yang dibuat BPS (1998) berdasarkan data Sakernas 1992 dan 1996 menunjukkan lansia yang bekerja semakin menurun jumlahnya maupun persentasenya pada kelompok umur yang semakin tinggi. Kecenderungan ini tidak hanya terdapat di daerah perkotaan tetapi juga di pedesaan.

Tingginya partisipasi lansia dalam aktivitas ekonomi sangat terkait dengan besarnya tanggung jawab mereka dalam menunjang kehidupan rumah tangga. Tanggung jawab tersebut tampak dari hubungan mereka dengan kepala rumah tangga dan struktur rumah tangga. Penduduk lansia yang berstatus kepala rumah tangga akan memiliki tanggung jawab yang jauh lebih tinggi apabila dibandingkan dengan mereka yang berstatus sebagai anggota rumah tangga. Kecenderungan banyaknya keluarga saat ini yang berbentuk keluarga inti (keluarga kecil), maka semakin besar kecenderungan lansia memenuhi kehidupannya sendiri, bagi kepala keluarga yang memenuhi kehidupan tanggungannya sehingga memaksa mereka tetap bekerja mencari nafkat keluarga.

C. Identifikasi dan Perumusan Masalah

- a. Bertambahnya penduduk yang berusia lanjut yang semakin meningkat membutuhkan perhatian dari semua pihak
- b. Masih terbatasnya kemampuan pada kader lansia dalam pengelolaan dan tata laksana dalam melayani penduduk lanjut usia

D. Tujuan Kegiatan

Kegiatan pelatihan peningkatan kemampuan bagi kader lansia yang diselenggarakan oleh Pusat Penelitian Anak Usia Dini dan Insan Usia Lanjut LPPM UNY ini bertujuan untuk:

- a. Diperolehkan data-data tentang jumlah lansia dan kader Lansia yang ada di desa Bejiharjo, kecamatan karangmojo, kab Gunungkidul terjalannya kerjasama dalam bidang penanganan permasalahan lansia
- b. Mengimplementasikan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang dimiliki oleh tim pengabdian dari pusat penelitian insan usia lanjut agar lebih bermanfaat bagi khalayak sasaran
- c. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dari khalayak sasaran dalam melakukan tugas sebagai kader posyandu lansia dalam bidang manajemen, tata laksana makanan bagi lansia serta penanganan kesehatan

E. Manfaat Kegiatan

a. Bagi Khalayak Sasaran

Bertambahnya kemampuan dan keterampilan para kader lansia dalam melaksanakan perannya sehingga lebih optimal seperti dalam pengelolaan paguyuban lansia, tata laksana makanan sehat bagi lansia serta pengelolaan masalah kesehatan

b. Bagi Dosen Pengabdian

Bertambahnya pengalaman yang berasal dari lapangan sehingga dapat dijadikan masukan dalam peningkatan kualitas pembelajaran serta bahan yang dapat dijadikan permasalahan untuk penelitian dan pengembangan lebih lanjut.

c. Bagi Pusat Studi Anak Usia Dini dan Insan Usia Lanjut LPPM

Tersosialisasinya pusat studi di kalangan masyarakat serta diperolehnya data-data dari lapangan yang dapat dipergunakan oleh para anggota puslit untuk melakukan penelitian dan PPM

BAB II

METODE KEGIATAN PPM

A. Khalayak Sasaran

Ada dua khalayak sasaran dalam program Pengabdian pada Masyarakat ini yaitu Khalayak sasaran langsung dan tidak langsung.

- 1) Khalayak sasaran langsung adalah para pengurus dan pendamping paguyuban lansia yang ada di desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul sebanyak 35 orang.
- 2) Khalayak sasaran tidak langsung, tetapi memiliki kontribusi dalam pengelolaan penduduk usia lansia antara lain, anggota keluarga yang memiliki lansia, perangkat desa serta dinas terkait.

B. Kerangka Pemecahan Masalah

Berdasarkan pada permasalahan di atas, agar penduduk usia lanjut (lansia) yang bermukim di desa Bejiharjo agar memiliki wawasan tentang pengelolaan hidup yang bermakna bagi penduduk usia-usia lanjut terutama perannya sebagai generasi tua yang memiliki kewajiban untuk melestarikan serta meneruskan kepada generasi penerus, maka dibutuhkan adanya pelatihan bagi para pendamping/kader maupun keluarga yang memiliki lansia untuk memahami tentang permasalahan-permasalahan yang dialami oleh lansia, seperti kesehatan, kejiwaan, pengisian waktu luang serta upaya yang perlu dilakukan oleh pendamping maupun anggota keluarga

C. Metode Kegiatan

Guna mencapai tujuan pada Bab 1 diatas, maka metode kegiatan pengabdian pada masyarakat yang digunakan oleh tim pengabdian adalah dalam bentuk pelatihan dengan menggunakan berbagai metode secara bervariasi selama 2 hari adapun materi yang disampaikan antara lain:

- a. Peran lansia dalam penanaman nilai-nilai budaya

- b. Pemberdayaan Paguyuban Lansia
- c. Menuju lansia sehat dan mandiri
- d. Program-program paguyuban lansia

Penyampaian materi kegiatan dilakukan tidak secara formal dengan pendekatan andragogis tetapi tetap focus dengan diselingi dengan humor serta penayangan video program lansia yang ada di kota dan kulonprogo hasil penelitian hibah bersaing pada tahun sebelumnya, dengan harapan setelah selesai melihat tayangan video tersebut kelompok sasaran terinspirasi untuk lebih dapat memberdayakan lansia.

D. Langkah-langkah Kegiatan

Sebelum kegiatan pengabdian pada masyarakat berbasis Pusat Penelitian ini dilaksanakan tim PPM telah melakukan beberapa langkah kegiatan yaitu:

1. Melakukan seminar proposal sebagai awal kegiatan dengan tujuan untuk memperoleh masukan dari para reviewew dan dosen tim pengabdi lainnya, sehingga dalam pelaksanaannya tidak mengalami hambatan yang berarti
2. Bekerjasama dengan Karangtaruna desa Bejiharjo dan perangkat desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, Gunungkidul melakukan need assesment tentang kebutuhan pendidikan dan pelatihan yang tepat diberikan kepada para pengelola paguyuban lansia yang ada di wilayah desa Bejiharjo kecamatan Karangmojo.
3. Selanjutnya atas dasar data hasil *need assesment* tersebut, ditemukan bahwa di desa Bejiharjo yang terdiri dari 20 pedusunan saat ini baru ada 8 pedukuhan yang sudah ada paguyuban lansianya, sehingga dengan adanya kegiatan PPM nantinya dapat terbentuk paguyuban lansia di seluruh pedukuhan serta ada program-program kegiatannya. Atas dasar temuan tersebut tim memutuskan untuk memberikan pelatihan peningkatan kemampuan dalam pengelolaan paguyuban lansia yang ada di desa tersebut.

4. Langkah berikutnya, tim PPM mendiskusikan pembagian materi dan narasumber, maka proses berikutnya adalah menentukan materi dari tim sendiri, menentukan waktu dan tempat pelaksanaan PPM.
5. Setelah disepakati waktu yang dimiliki tim PPM, selanjutnya mengkonfirmasi dengan kelompok sasaran dalam hal ini para pengurus dan kader dari paguyuban lansia yang ada di desa Bejiharjo, disepakati pelaksanaan kegiatan PPM diselenggarakan selama 2 hari yakni tanggal 19 dan 20 September 2014, selanjutnya dilakukan pendampingan.
6. Pelaksanaan PPM, dalam kegiatan ini diawali dengan pembukaan, yang dipandu oleh ketua Karangtaruna desa Bejiharjo (Yudan Hermawan, S.Pd) oleh ketua tim (Hiryanto, M.Si), yang menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan PPM, selanjutnya ucapan selamat datang dan terima kasih serta permohonan maaf dari pejabat lurah desa Bejiharjo, atas kesempatannya yang diberikan kepada pengurus, kader dan para lansia di wilayahnya dengan diberikan diberi pengetahuan dan ketrampilan yang sangat dibutuhkan mereka, serta permohonan maaf jika dalam menyiapkan tempat kurang berkenan. Setelah sambutan-sambutan selesai, dilanjutkan paparan materi yang pertama dari Ibu Prof. Dr. Suharti yang memaparkan materi tentang peran lansia dalam penanaman nilai-nilai budaya, dilanjutkan tanya jawab, setelah itu dilanjutkan paparan dari Ibu Sri Iswanti, M.Pd, yang menjelaskan tentang Bagaimana Memberdayakan Paguyuban lansia, dilanjutkan tanya jawab setelah selesai paparan di lanjutkan ishoma. Setelah istirahat dilanjutkan paparan dari Hiryanto, M.Si yang menjelaskan tentang bagaimana menuju Lansia yang sehat dan mandiri dan diakhiri dengan paparan dengan menggunakan video oleh Bapak Lutfi Wibawa, M.Pd tentang mengembangkan program-program paguyuban lansia
7. Langkah berikutnya untuk mengetahui tingkat pemahaman khalayak sasaran maka diberikan instrument untuk dapat diisi oleh para kader maupun pendamping paguyubanan lansia tentang pembentukan lansia, pemberdayaan lansia serta program-program yang akan dilaksanakan pada waktu yang akan datang, serta dipresentasi pada peetemuannya berikutnya.

BAB III

PELAKSANAAN KEGIATAN PPM

A. HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat (PPM) berbasis Pusat Penelitian ini dilaksanakan oleh TIM PPM dari Puslit AUD dan INSULA, telah dilaksanakan pada tanggal 19 dan 20 September 2014, yang bertempat di Balai Desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul dengan kelompok sasaran para kader lansia serta para lansia yang tergabung dalam paguyuban lansia yang ada di desa Bejiharjo.

Secara lengkap hasil pelaksanaan Kegiatan PPM dapat dilaporkan sebagai berikut:

Pada hari pertama pelaksanaan PPM, sabtu 19 September 2014, mulai pukul 09.00 diisi paparan materi oleh Prof. Dr. Suharti, guru besar pendidikan bahasa jawa FBS UNY, yang menjelaskan peran lansia dalam penanaman nilai-nilai budaya, dalam paparannya yang dilakukan secara santai beliau menjelaskan bahwa lansia dapat berperan sebagai pelestari budaya karena lansia merupakan pelaku yang sangat strategis, para lansia merupakan sosok yang arif dan bijaksana, yang memiliki pengetahuan, sikap dan tingkahlaku yang diperlukan untuk menyaring budaya yang kurang sesuai dengan kondisi setempat, selain itu lansia juga mempunyai peran dalam pembinaan nilai-nilai budaya yang berkaitan dengan kejujuran, tanggungjawab, kebaikan dan unggah ungguh, yang selama ini sudah banyak dilupakan oleh generasi muda.

Paparan selanjutnya disampaikan oleh Ibu Dra.Sri Iswanti yang membawakan materi tentang bagaimana memberdayakan paguyuban lansia, dimana dalam paparannya bahwa paguyuban lansia dapat dibentuk berdasarkan profesi, agama, minat dan kegiatan, agar kegiatan paguyuban lansia dapat berjalan maka pengembangan kegiatan harus didasarkan kebutuhan manusia. Diakhir paparan para pengurus diajakn berdiskusi dengan berbagai permasalahan yang muncul pada paguyuban lansia terkait dengan kehadiran, pendanaan serta kegiatan lain agar dapat memberdayaan lansia.

Setelah Ishoma, paparan dilanjutkan dengan materi menuju lansia sehat dan mandiri, yang disampaikan oleh Hiryanto, M.Si. dalam paparannya dijelaskan agar lansia adalah orang yang memiliki usia 60 tahun ke atas, sedangkan sehat menurut undang-undang 36 tentang

kesehatan dijelaskan bahwa kesehatan adalah keadaan sehat baik fisik, mental, spiritual maupun social yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara social dan ekonomis, agar dapat menjadi lansia yang sehat dan mandiri yang perlukan oleh seorang lansia adalah: hindari pola hidup tidak sehat, gizi seimbang, melakukan aktivitas fisik dan olahraga serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. Diakhir paparan agar para lansia hidup bahagia, harus mengikuti semboyan B A H A G I A, yang merupakan singkatan dari Berat badan berlebihan supaya dihindari, Atur makanan hingga seimbang, Hindari factor resiko penyakit degeneratif, Agar terus berguna dengan mempunyai kegiatan/hobi yang bermanfaat, Gerak badan teratur wajib dilakukan, Iman dan taqwa ditingkatkan, hindari dan tangkal situasi yang menegangkan dan Awasi kesehatan dengan memeriksa badan secara teratur.

Paparan selanjutnya disampaikan oleh bapak Lutfi Wibawa, M.Pd yang memaparkan pengelolaan paguyuban lansia melalui tayangan video hasil penelitian yang telah dilakukan oleh tim pada tahun sebelumnya dengan harapan memberikan inspirasi para pengelola paguyuban lansia dapat mengelola paguyubannya.

Pada pertemuan hari kedua, minggu tanggal 20 September 2014, acara pelatihan lebih bersifat menggali potensi serta kemungkinan untuk mengembangkan paguyuban bagi pedukuhan yang belum terbentuk paguyuban.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat tentang peningkatan kemampuan pengurus paguyuban lansia dengan kelompok sasaran para pengurus, kader paguyuban lansia yang ada di desa Bejiharjo, kecamatan Karangmojo, kabupaten Gunungkidul, dapat disimpulkan uhan (parenting education) bagi pendidik dan pengelola pendidikan anak usia dini nonformal di kecamatan cangkringan, dapat disimpulkan bahwa mereka pada umumnya sudah memiliki pengetahuan tentang parenting education, hanya saja masih sangat beragam hal ini dikarenakan latar belakang pendidikan mereka juga sangat beragam, sehingga adanya program pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dari pusat penelitian anak usia dini dan insan usia lanjut dirasakan sangat penting bagi mereka, dengan harapan mereka nantinya pada saat melakukan proses pendampingan di kelompok bermain, satuan PAUD sejenis atau taman penitipan anak dapat menanamkan nilai-nilai karakter,

sebagaimana yang telah dijelaskan oleh salah satu tim PPM, dimana ini sangat penting dilakukan karena banyak fenomena anak-anak sekarang ini sudah banyak mengalami kemunduran tentang penerapan nilai-nilai sebagai akibat adanya globalisasi yang dipancarkan lewat berbagai media massa.

Selainnya itu dalam mendukung penerapan nilai-nilai karakter sejak usia dini dibutuhkan adanya strategi yang tepat dalam menjalin komunikasi dalam keluarga melalui penggunaan pola asuh yang tepat, karena dengan strategi komunikasi yang tercemin dalam pola pengasuhan tua, nilai-nilai karakter dapat ditanamkan secara lebih baik, sebaliknya jika pola pengasuhan yang diterapkan oleh orangtua tidak tetap dapat berdampak pada perilaku anak-anak, misalnya menjadi acuh tak acuh, suka membantah dan sebagainya. Agar dalam pengasuhan anak baik dalam keluarga maupun dalam lembaga pendidikan anak usia dini nonformal, mengingat masih banyaknya orangtua yang belum tahu pola pengasuhan bagi anak usia dini, maka konsep pendidikan anak usia dini perlu dipahami terlebih dahulu sehingga tidak terjadi pemaksaan dalam proses pendidikan, misalnya menyuruh anak usia dini menguasai calistung, padahal dilihat pada tingkat perkembangan kognitifnya anak masih pada tahapan praoperasional.

Secara umum, jika dilihat dari indikator keterlaksanaan program PPM dapat dikatakan berhasil karena dari rencana 35 orang yang diundang mengikuti pelatihan, hadir sebanyak 35 orang (100%), sedangkan dari pengetahuan dan ketrampilan yang dimiliki dari tugas mandiri yang diberikan, pada saat presentasi hampir semua peserta telah dapat membuat rencana kegiatan untuk pelaksanaan parenting education serta mampu membuat APE yang kreatif dari barang bekas yang mampu merangsang perkembangan anak.

C. FAKTOR PENDUKUNG

Terselenggarakan kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan lancar karena adanya dukungan dari berbagai pihak baik dari LPPM maupun dari kelompok sasaran, secara lebih rinci faktor yang mendukung pelaksanaan PPM ini adalah: 1) Adanya dukungan dana pelaksanaan kegiatan dari LPPM yang cukup memadai sehingga bisa berjalan lancar, 2) Adanya kerjasama antar anggota tim, 3) Respon yang positif dari khalayak sasaran baik yang langsung maupun

tidak langsung, dalam hal ini para pengurus paguyuban lansia, perangkat desa, serta pengurus karangtaruna desa bejiharjo yang dengan penuh semangat menerima dan mendukung adanya kegiatan pengabdian yang diselenggarakan di wilayahnya karena dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dari warga masyarakat, sehingga kegiatan dari awal hingga akhir dapat berjalan lancar.

D. FAKTOR PENGHAMBAT

Walaupun kegiatan pengabdian pada masyarakat berbasisi pusat penelitian dari pusat penelitian anak usia dini dan insan lanjut usia dapat berjalan sesuai dengan harapan, namun masih menemukan adanya beberapa faktor penghambat baik yang berasal dari internal tim pengabdian maupun dari faktor eksternal. Adapun faktor yang berasal dari tim pengabdian adalah adanya kesulitan koordinasi antar anggota tim yang disebabkan program ini merupakan kegiatan pusat penelitian yang anggota-anggotanya berasal dari beberapa jurusan dan fakultas di UNY. Selain itu adalah kesulitan menentukan waktu yang secara bersama-sama dimiliki oleh tim, akibatnya kegiatan yang direncanakan pada bulan Agustus akhirnya mundur pada pertengahan bulan september.

Sedangkan faktor yang berasal dari luar yang dirasa menjadi penghambat adalah, adanya kegiatan merdi desa yang diselenggarakan di wilayah tempat kegiatan PPM sehingga berakibat mundurnya waktu pelaksanaan dari rencana yang telah ditetapkan sebelumnya, serta jarak yang cukup dari perwakilan pengurus paguyuban sehingga pelaksanaan kegiatan mengalami kemunduran waktunya.

BAB IV

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan proses pentahapan dan pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan oleh Tim PPM berbasis Pusat Penelitian Anak Usia Dini dan Insan Usia Lanjut, Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2014, yang berjudul: *Pelatihan Peningkatan Kemampuan Pengelolaan Payuguban Lansia se desa Bejiharjo, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul DIY pada tanggal 19, 20 dan 27 September 2014*, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Diperolehnya data berupa jumlah pra lanjut usia dan lanjut usia sebanyak 2003 orang atau 14 % dari jumlah penduduk keseluruhan desa Bejiharjo yang tersebar di 20 pedusunan
2. Pelaksanaan kegiatan dari awal persiapan hingga pelaksanaan dapat berjalan dengan lancar, serta mendapat respon yang positif dari semua peserta kegiatan
3. Materi yang disampaikan oleh tim pengabdian dirasakan sangat baik terutama bagi para pengelola dan kader lansia serta lansia sendiri dalam meningkatkan perannya di masyarakat sebagai pelestari budaya serta meningkatkan aktualisasi diri di masyarakat bukan sebaliknya sebagai penduduk yang kurang berguna, selain itu adanya pelatihan dapat diaplikasikan dalam pemberdayaan paguyuban lansia..
4. Pemahaman terhadap materi cukup memuaskan hal ini terbukti dalam proses menyampaikan materi mereka cukup antusias serta hasil tugas mandiri menunjukkan mereka telah paham terhadap materi yang disampaikan oleh tim pengabdian
5. Dilihat dari indikator keberhasilan kegiatan PPM jika dilihat dari rencana peserta sebanyak 35 orang, dapat dikatakan berhasil karena sebanyak 35 orang (100 %) mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, juga peserta sudah mampu membuat rencana program pemberdayaan paguyuban lansia serta rintisan akan berdirinya paguyuban lansia lainnya di pedukuhan yang belum ada.

B. SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan PPM yang telah dilaksanakan guna lebih meningkatkan dampak program, terhadap peningkatan kualitas pengelolaan paguyuban Lansia, tim memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kelompok sasaran dalam hal ini para kader/pengelola serta penduduk lansia untuk mencoba menerapkan pengetahuan dan ketrampilannya dalam kehidupan sehari-hari dalam keluarga maupun dalam proses pembelajaran di lembaga masing-masing.
2. Untuk mengetahui hasil yang lebih konkrit serta mengetahui kendala dalam pelaksanaan pemberdayaan paguyuban lansia berserta faktornya diperlukannya adanya upaya lanjutan berupa penelitian, sehingga hasilnya sekaligus dapat digunakan untuk program pengabdian selanjutnya dengan topik dan permasalahan yang lain.

Daftar Pustaka

- Amika Wardana. 2014. *Agama dan Penuaan Masyarakat Indonesia: Sebuah Agenda Penelitian, Makalah, disajikan dalam Kajian Rutin Puslit AUD dan INSULA*. 19 Maret 2014
- Bappenas, BPS, dan UNFPA. (2005). *Proyeksi penduduk Indonesia 2000-2005*. Jakarta. <http://www.datastatistik-indonesia.com/proyeksi/>
- BPS. (2006). *Statistik Indonesia 2005*. Jakarta.
- Canei, Robert. 1985. *Teacher Tatic Ohio : instructional Material Laboratory*
- Depkes R.I., (2002), *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2002*, Jakarta
- Farida Hanum (2002), *Pola sikap hidup lansia berumur panjang (kasus lansia Jawa berumur 90 tahun keatas di DIY)*, Yogyakarta, Laporan penelitian.
- Farida Hanum (2008), *Menuju hari tua bahagia*, UNY Press, Yogyakarta
- Komnas Lansia (2006), *Kondisi sosial-ekonomi lanjut usia di indonesia*, Komisi Nasional Lanjut Usia RI, Jakarta.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Alamat: Karangmalang, Yogyakarta. 55281
Telp. (0274) 550839 Fax, (0274) 518617. e-mail: lppm.uny@gmail.com

SURAT PERJANJIAN INTERNAL
PELAKSANAAN KEGIATAN PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PPM)
BERBASIS PUSAT PENELITIAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
NOMOR: 06/Sub Kontrak-PPM PUSLIT/UN34.21/2014

Pada hari ini Rabu tanggal dua puluh delapan bulan Mei tahun dua ribu empat belas, kami yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Dr. Widarto, M.Pd : Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Yogyakarta yang berkedudukan di Yogyakarta dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama perguruan tinggi tersebut; selanjutnya disebut PIHAK PERTAMA.
2. Hiryanto, M.Si : Ketua Tim Pelaksana Program Pengabdian – kepada Masyarakat Berbasis PUSLIT, yang beralamat di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, selanjutnya disebut PIHAK KEDUA.

Kedua belah pihak berdasarkan :

1. DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Nomor: SP DIPA-023.04.2.189946/2014 tanggal 05 Desember 2013. Revisi ke-2 Nomor : SP DIPA-023.04.2.189946/2014 tanggal 29 April 2014.
2. Surat Keputusan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNY No. 034 Tahun 2014, tanggal 28 Mei 2014, tentang Penetapan Pemenang PPM Dana DIPA UNY SKIM PPM BERBASIS PUSLIT Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2014.
3. Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) Berbasis PUSLIT Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2014 antara Ketua LPPM dengan Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNY Nomor: 533/PM-PT/UN34.21/2014, Tanggal 28 Mei 2014.

Menyatakan sepakat mengadakan Perjanjian Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) Berbasis PUSLIT PAUD & INSULA dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagaimana tercantum dalam pasal-pasal berikut:

Pasal 1
Ruang Lingkup Pekerjaan

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada **PIHAK KEDUA**, dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut untuk mengkoordinir dan bertindak selaku penanggung jawab administrasi kegiatan pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) PUSLIT PAUD & INSULA, dengan judul dan Tim Pelaksana sebagai berikut:

Judul : Pelatihan Peningkatan Kemampuan Pengelolaan Paguyuban Lansia se Desa Bejiharjo, Kecamatan Karangmojo, Kab. Gunungkidul DIY
Ketua Pengabdian: Hiryanto, M.Si
Anggota : Sri Iswanti, M.Pd
Lutfi Wibawa, M.Pd
Prof. Dr. Suharti, M.Pd

Pasal 2
Jangka Waktu Pelaksanaan

PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat yang dimaksud pasal 1 selambat-lambatnya 178 (seratus tujuh puluh delapan) hari kalender dan akan selesai pada tanggal 21 November 2014 terhitung saat perjanjian ini ditandatangani oleh kedua belah pihak.

Pasal 3
Penyerahan Hasil Pekerjaan

1. **PIHAK KEDUA** harus menyerahkan Laporan Akhir Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat dan Artikel (sesuai Pedoman Penulisan Artikel) lengkap dengan abstrak kepada **PIHAK PERTAMA** sebanyak 4 (empat) eksemplar (lampiran foto asli 2 eksemplar) dengan rincian 1 (satu) eksemplar untuk Rektorat, 3 (tiga) eksemplar untuk LPPM Universitas Negeri Yogyakarta. Ringkasan (abstrak) lepas sebanyak 2 set.
2. Laporan Hasil Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat Berbasis PUSLIT PAUD & INSULA, tersebut pada Pasal 3 ayat (1) dan (2) harus memenuhi ketentuan sebagai berikut :
 - a. Bentuk/Ukuran kertas Kuarto (A4)
 - b. Warna sampul/kulit: Putih
 - c. Pada bagian bawah dari cover/sampul laporan tertulis :

Dibiayai oleh Dana DIPA UNY Tahun Anggaran 2014
sesuai Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM)
Berbasis PUSLIT Nomor: 533/PM-PT/UN34.21/2014, Tanggal 28 Mei 2014.
Universitas Negeri Yogyakarta, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Pasal 4
Biaya Pelaksanaan Kegiatan

Biaya pelaksanaan kegiatan sebagaimana tersebut dalam Pasal 1 seluruhnya sebesar Rp. 10.000.000 (Sepuluh juta rupiah) yang dibebankan pada Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Nomor: SP DIPA-023.04.2.189946/2014 tanggal 29 April 2014.

Pasal 5
Tata Cara Pembayaran

Pembayaran biaya pelaksanaan tersebut dalam pasal 4 dilakukan oleh **PIHAK PERTAMA** kepada **PIHAK KEDUA** melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNY secara bertahap sebagai berikut :

- (1) Tahap Pertama 70% sebesar Rp. 7.500.000 (Tujuh juta lima ratus ribu rupiah) setelah Surat Perjanjian ini ditandatangani oleh kedua belah pihak.
- (2) Tahap Kedua 30% sebesar Rp. 2.500.000 (Dua juta lima ratus ribu rupiah) setelah **PIHAK KEDUA** menyerahkan Laporan Akhir Hasil Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) Berbasis PUSLIT PAUD & INSULA kepada **PIHAK PERTAMA**, disertai Berita Acara Penyerahan Laporan Akhir Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) Berbasis PUSLIT PAUD & INSULA kepada **PIHAK PERTAMA**, disertai Berita Acara Penyerahan Laporan Akhir Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat, yang ditandatangani oleh Pejabat Pembuat Komitmen Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNY.

Pasal 6
Perubahan Pelaksanaan, Lokasi, Jangka Waktu dan Jabatan

- (1) Apabila **PIHAK KEDUA**, karena satu dan lain hal bermaksud mengubah pelaksanaan/Lokasi/Jangka waktu Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat yang telah disepakati dalam Surat Perjanjian ini, **PIHAK KEDUA** harus mengajukan permohonan perubahan tersebut kepada **PIHAK PERTAMA**.
- (2) Perubahan Pelaksanaan/Lokasi/Jangka waktu Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat tersebut pada ayat (1) dapat dibenarkan apabila mendapatkan persetujuan lebih dahulu dari **PIHAK PERTAMA**.
- (3) Dalam hal **PIHAK KEDUA** berhenti atau berhalangan dalam melaksanakan fungsi pada jabatannya sebelum Pelaksanaan Perjanjian ini selesai seluruhnya, maka **PIHAK KEDUA** wajib menyerahkan tanggungjawab tersebut kepada Pejabat baru yang ditunjuk menggantikannya.
- (4) Dalam hal Ketua Pelaksana Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat yang termasuk pada Pasal 1 tidak dapat melaksanakan program tersebut sepenuhnya, maka **PIHAK KEDUA** menunjuk penggantinya.

Pasal 7
Sanksi

- (1) Bagi Pelaksana Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat yang menyerahkan Laporan hasil Program Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melampaui batas waktu dalam tahun anggaran yang sedang berjalan, sehingga batas waktu proses pencairan biaya telah berakhir, maka seluruh biaya yang belum dapat dicairkan, dinyatakan hangus (tidak dapat dicairkan kembali).
- (2) Apabila sampai batas penyelesaian Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat, **PIHAK KEDUA** belum juga menyerahkan hasil pekerjaan seluruhnya kepada **PIHAK PERTAMA**, maka **PIHAK KEDUA** dikenakan denda sebanyak 1‰ (satu permil) setiap hari keterlambatan terhitung dari tanggal jatuh tempo yang telah ditetapkan sampai setinggi-tingginya 5% (lima persen) dari nilai Surat Perjanjian Pelaksanaan Program Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.
- (3) Dalam hal **PIHAK KEDUA** tidak dapat memenuhi Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat ini (prestasi kerja 0%, hasil kerja buruk, yang terekam pada saat pemantauan), maka **PIHAK KEDUA** dapat dikenakan sanksi berupa pemberhentian sepihak atas dana sisa yang belum dibayarkan atau mengembalikan kepada **PIHAK PERTAMA** dana Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat yang telah diterimanya.

Pasal 8
Hak Cipta dan Biaya Materai

- (1) Hak Cipta Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat tersebut berada pada Ketua Pelaksana, sedangkan untuk penggandaan/memperbanyak Laporan Hasil Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat atau laporan singkatnya adalah wewenang **PIHAK PERTAMA**.
- (2) Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat ini dibuat rangkap 2 (dua), satu diantaranya dibubuhi materai sebesar Rp. 6.000,00 (enam ribu rupiah) sesuai PP No. 24 Tahun 2000 tanggal 20 April 2000 tentang perubahan tarif bea materai, dan biaya materai dibebankan kepada **PIHAK KEDUA**.

Pasal 9
Lain-lain

Hal-hal yang belum diatur dalam Surat Perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

PIHAK KEDUA
Ketua Tim Pelaksana,

PIHAK PERTAMA
Sekretaris LPPM UNY,



Hiryanto, M.Si
NIP. 19650617 199303 1 002



Dr. Widarto, M.Pd
NIP. 19631230 198812 1 001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

BERITA ACARA SEMINAR AWAL
PROGRAM PPM PUSAT PENELITIAN

No. FRM/LPPM-PPM/419

Revisi : 03

Tgl : 25 April 2012

Hal 1 dari 1

Pada hari ini Jum'at, tanggal 20 bulan Juni tahun 2014 telah diselenggarakan Seminar Awal Program PPM Pusat Penelitian tahun 2014.

Judul Kegiatan:

..... Pelatihan Peningkatan Kemampuan Penge-
..... lolaan Pagarwibawa Lansia di Desa
..... Bijiwaaja, Kec. Karangmojo, Kab. Gunung Hi

Ketua Tim: Hiryanto, Msi NIP.

Seminar bertempat di Ruang Sidang LPPM, dihadiri oleh sejumlah _____ orang. Notulis yang bertugas adalah Hiryanto M. Si.

Hal-hal yang diperoleh sebagai simpulan dari Seminar Awal PPM:

1. P.m.k.u. ukuran - ukuran untuk membuat
..... kebidayaan pelatihan
2. Memanfaatkan tokoh lansia untuk
..... kan "Kebudayaan" yg budaya
3. Selain kesehatan Fisik, perlu kesehatan
..... Religius -> flag lansia konsumsi WHO timah

Yogyakarta, 20 Juni 2014

Panitia Penyelenggara

Duis

Sri Harti Widyastuti, M.Hum
NIP. 19621008 198803 2 001

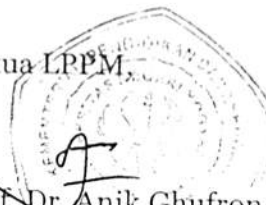
Mengetahui:

Wakil Peserta,

Hiryanto

NIP. 195312231978032001

Ketua LPPM,



Prof. Dr. Anik Ghufro
NIP. 19621111 198803 1 001



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FORM DAFTAR HADIR SEMINAR AWAL
PPM DANA DIPA UNY TAHUN 2014

No. FRM/LPPM/416


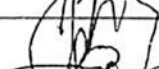



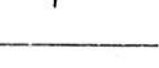

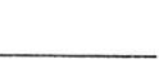
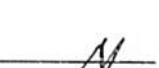





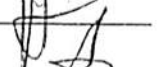

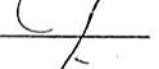
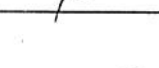

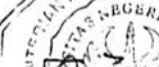
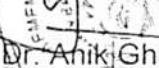



Revisi : 03

Tgl : 25 April 2012

Hal 1 dari 1

Hari/tanggal : Jum'at, 20 Juni 2014
Waktu : pk. 08.30 WIB - selesai
Tempat : Ruang Sidang LPPM UNY

No	Nama	Jabatan/Alamat	Tanda Tangan
1	Dr. Soeharto, M.SOE	Ketua Tim PPM	1. <u>Suharto</u>
2	Zamtinah, M.Pd	Anggota	2. <u>[Signature]</u>
3	Soni Nopembri, M.Pd	Ketua Tim PPM	3. <u>[Signature]</u>
4	Eka Novita Indra, M.Kes	Anggota	4. <u>[Signature]</u>
5	Dr. Arif Rohman, M.Si	Ketua Tim PPM	5. <u>[Signature]</u>
6	Dr. Jaslin Ikhsan, M.App.Sc.	Anggota	6. <u>[Signature]</u>
7	Dr. Widarto, M.Pd	Ketua Tim PPM	7. <u>[Signature]</u>
8	Prof. Dr. Anik Ghufron	Anggota	8. <u>[Signature]</u>
9	Dr. Kastam Syamsi, M.Ed	Ketua Tim PPM	9. <u>[Signature]</u>
10	Esti Swatika Sari, M.Hum	Anggota	10. <u>[Signature]</u>
11	K. Ima Ismara, M.Kes	Ketua Tim PPM	11. <u>[Signature]</u>
12	Toto Sukisno, M.Pd	Anggota	12. <u>[Signature]</u>
13	Asri Widowati, M.Pd	Ketua Tim PPM	13. <u>[Signature]</u>
14	Putri Anjarsari, M.Pd	Anggota	14. <u>[Signature]</u>
15	Tri Wahyuni, M.Pd	Ketua Tim PPM	15. <u>[Signature]</u>
16	Ni Nyoman Seriaty, M.Hum	Anggota	16. <u>[Signature]</u>
17	Nur Kadarisman, M.Si	Ketua Tim PPM	17. <u>[Signature]</u>
18	Agus Purwanto, M.Sc	Anggota	18. <u>[Signature]</u>
19	Sri Harti Widyastuti, M.Hum	Ketua Tim PPM PUSLIT	19. <u>[Signature]</u>
20	Dr. Tien Aminatun, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	20. <u>[Signature]</u>
21	Yuliati, M.Kes.	Ketua Tim PPM PUSLIT	21. <u>[Signature]</u>
22	Dr. Suyanta, M.Si	Anggota	22. <u>[Signature]</u>
23	Widyaningsih, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	23. <u>[Signature]</u>
24	dr. Atien Nur Chamidah, M.Dis.	Anggota	24. <u>[Signature]</u>
25	Dr. Tadjirah Musfiroh, M.Hu	Ketua Tim PPM PUSLIT	25. <u>[Signature]</u>
26	Yulia Ayriza, Ph.D	Anggota	26. <u>[Signature]</u>
27	Hiryanto, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	27. <u>[Signature]</u>
28	Sri Iswanti, M.Pd	Anggota	28. <u>[Signature]</u>
29	M. Lies Endarwati, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	29. <u>[Signature]</u>
30	Eddy Sulistyowati, Apt., MS.	Ketua Tim PPM PUSLIT	30. <u>[Signature]</u>
31	Dr. Das Salirawati, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	31. <u>[Signature]</u>
32	Dr. Endang Mulyani, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	32. <u>[Signature]</u>
33	Tejo Nurseto, M.Pd	Anggota	33. <u>[Signature]</u>
34	Anik Widiastuti, M.Pd	Ketua Tim PPM PUSLIT	34. <u>[Signature]</u>
35	Fitri Rahmawati, MP.	Anggota	35. <u>[Signature]</u>

No	Nama	Jabatan/Alamat	Tanda Tangan
36	Penny Rahmawaty, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	 36.
37	Prof. Dr. Sri Atun	Ketua Tim PPM PUSLIT	37. 
38	Dr. Kasiyan, M.Hum	Ketua Tim PPM PUSLIT	38. 
39	Dr. Arif Rohman, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	39. 
40	Eka Novita Indra, M.Kes	Ketua Tim PPM PUSLIT	40. 
41	Dr. Widiyanto, M.Kes	Anggota	41. 
42	Siti Mulyani, M.Hum	Ketua Tim PPM PUSLIT	42. 
43	Dr. Siti Hamidah	Ketua Tim PPM PUSLIT	43. 
44	Badraningsih Lastariwati, M.Kes	Ketua Tim PPM PUSLIT	44. 
45	Dr. Kokom Komariah, M.Pd	Anggota	45. _____
46	Dr. Enny Zubaidah, M.Pd	Ketua Tim PPM PUSLIT	46. 
47	Setya Raharjo, M.Pd	Anggota	47. _____
48	Prof. Dr. Sudji Munadi	Ketua Tim PPM PUSLIT	48. 
49	Dr. Sri Wening	Anggota	49. _____
50	Dr. Heri Retnawati	Ketua Tim PPM PUSLIT	50. 
51	Dr. Samsul Hadi	Anggota	51. _____
52	Prof. Dr. Badrun Kartowagiran	Ketua Tim PPM PUSLIT	52. 
53	Triatmanto, M.Si	Ketua Tim PPM PUSLIT	53. 
54	Nur Rohmah Muktiani, M.Pd	Ketua Tim PPM PUSLIT	54. 
55	Tri Ani Hastuti, M.Pd	Anggota	55. 
56	Marwanto, M.Hum	Ketua Tim PPM PUSLIT	56. 
57	Dr. Margana, M.Hum	Pembahas	57. 
58	Dr. Sukardiyono, M.Si	Pembahas	58. _____
59	Dr. Sari Rudiwati, M.Pd	Pembahas	59. 
60	Dr. Sunarso, M.Si	Pembahas	60. 
61	Dr. Tomoliyus	Pembahas	61. 
62	Dr. Zainur Rofiq	Pembahas	62. 
63	Dr. Sukidjo, M.Pd	Pembahas	63. 
64			64. _____
65			65.  65

Ketua LPPM


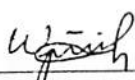

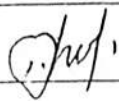


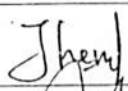

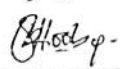
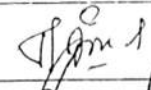



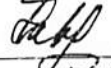
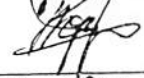

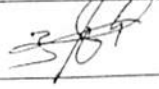


Prof. Dr. Anik Ghufron

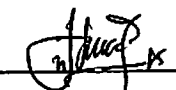
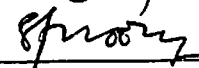
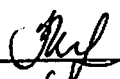
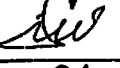

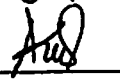
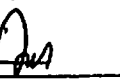
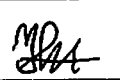
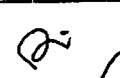
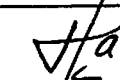
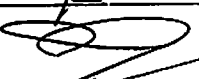

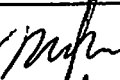
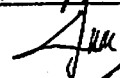

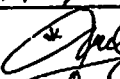
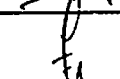
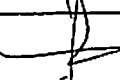
NIP 19621111 198803 1 001

PELATIHAN PENINGKATAN KEMAMPUAN PENGELOLAAN PAGUYUBAN
 LANSIA SE-DESA BEJIHARJO, KARANGMOJO, GUNUNGKIDUL

Sabtu, 20 September 2014

NO	NAMA	UMUR	ALAMAT	PARAF
1	wasini	54.	sokoliman II	
2	Wahyu ringsih	43	Sokoliman II	
3	TUGIYATMI	43	SOKOLIMAN II	
4	partini	55	grogol II	
5	ngadinem	60	grogol II	
6	sawijem	60	grogol II	
7	Heni Widiastuti	34	GROGOL II	
8	SITI ANIMAH	38	Gen. Sari	
9	RUBIATI	46.	Gen. Sari.	
10	RUKINAH	47	SOKOLIMAN II	
11	D. Wasib	69	Kulwa	
12	Lukarsi	66	Ngungin	
13	Musinem	70	- " -	
14	seyati	67	Kulwa	
15	Muginah Suwandi	70	- " -	
16	Sapin Kaptano	58	- " -	
17	Naryem	64	Ngungin	

Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat Pusat Penelitian Anak Usia Dini dan Insan
 Usia Lanjut LPPM UNY

18	RUKIYEM	47	BANGU BEMINGI	
19	STI NURHAYATI	41	~u	
20	Jumiyem	48	Bulu	
21	Losinem	60	-10-	
22	Tahk Margati	39	Bangu bening ij	
23	Kiki Unanjarsari	24	Bulu	
24	Ngadiem	60	kulu	
25	MARTINI	47	SEROPAN	
26	Rinten y	22	~u	
27	Ngalini Haris	71	Ngrungin	
28	Su bayana	40	Kul 40	
29	Suratni	39	Cerogol 3	
30	Tika	22	Grogol 1	
31	Rindani	22	Ngringln	
32	Putri	20	Gelaran 2	
33	Dyah	19	Cunungsari	
34	Anang	30	Grogol 4	
35	Sugeng	21	Grogol 6	

Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat Pusat Penelitian Anak Usia Dini dan Insan
Usia Lanjut LPPM UNY

Lampiran 4



Gambar 1. Peserta sedang mengisi instrument pendataan sebelum kegiatan dimulai



Gambar 2. PLT Kepala desa Bejiharjo sedang memberi sambutan didampingi ketua tim



Gambar 3. Para pengurus dan pendamping lansia dengan tekun mendengarkan penjelasan



Gambar 4. Walaupun sudah tua tetapi semangat tidak kalah dengan anak muda dalam belajar



Gambar 5. Tampak anggota tim juga ikut mendengarkan penjelasan dari kepala desa



Gambar 6. Prof. Dr. Suharti memberikan pelatihan bagaimana peran lansia dalam melestasikan budaya



Gambar 7. Ibu Dra. Sri Iswanti, M.Pd, sedang menjelaskan bagaimana memberdayakan paguyuban lansia



Gambar 8. Dengan penuh semangat peserta memperhatikan penjelasan penyaji cara memberdayakan paguyuban



Gambar 9. Program-program Paguyuban dijelaskan oleh Bapak Hiryanto, M.Si



Gambar 10. Didampingi anggota tim Lutfi Wibawa, M.Pd peserta menerima penjelasan dalam mengembangkan program paguyuban



Gambar 11. Ketua tim menyerahkan bantuan untuk pembelian tensi untuk mengukur kondisi tekanan darah lansia




Gambar 12. Kepala Desa menyerahkan kenang-kenangan kepada anggota tim berupa produk paguyuban lansia



Gambar 13. Foto bersama setelah pelaksanaan pelatihan selesai



Gambar 16. Dengan penuh semangat para peserta pelatihan berpose ria

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT		
	BERITA ACARA SEMINAR AKHIR PPM		
	No. FRM/LPPM-PPM/419	Revisi : 00	Tgl : 1 September 2014

Pada hari ini Rabu, tanggal 15 bulan Oktober tahun 2014 telah diselenggarakan Seminar Akhir Program PPM Berbasis PUSLIT tahun 2014.

Judul Kegiatan:

Pelatihan peningkatan Kemampuan Pengelolaan Paguyuban Lansia
 & Desa Bujharjo, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunung Kidul
 DIY

Ketua Tim: Hiryanto, M.Si. NIP.

Seminar bertempat di Ruang Sidang LPPM Lt. 2, dihadiri oleh sejumlah _____ orang.


Notulis yang bertugas adalah Nur Rohmah, M

Hal-hal yang diperoleh sebagai simpulan dari Seminar Akhir PPM:

1. Potensi Lansia di ~~di~~ analisis situasi bisa di urut ke depan
 Penilaian / evaluasi kegiatan.
2. Pelatihan nampak dimana? Penyuluhan atau pelatihan
 Di. tujuan diperoleh data - data sehingga perlu dilaporkan. Serta
3. Peningkatannya.

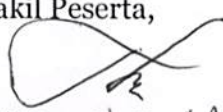
Yogyakarta, 15 Oktober 2014

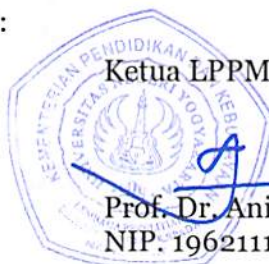
Panitia Penyelenggara



 Dr. Widarto, M.Pd
 NIP. 19631230 198812 1 001

Mengetahui:

Wakil Peserta,


Hiryanto, M.Si
 NIP. 19650617 1993031 002




 Prof. Dr. Anik Ghufro
 NIP. 19621111 198803 1 001



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FORM DAFTAR HADIR SEMINAR AKHIR
PPM DANA DIKTI & PPM DANA DIPA UNY TAHUN 2014

No. FRM/LPPM-PPM/416



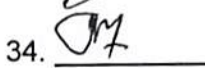

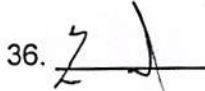
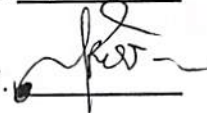


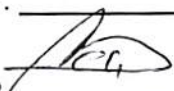

















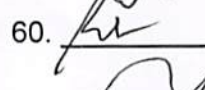


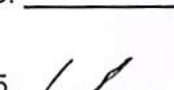
Revisi : 00

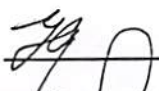



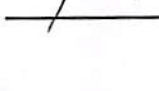

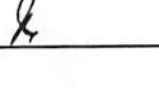

Tgl: 1 September 2014

Hal 1 dari 3

Hari/tanggal : Rabu, 15 Oktober 2014
Waktu : pk. 08.30 WIB - selesai
Tempat : Ruang Sidang Lt. 2 LPPM UNY

No.	Nama	Skim Penelitian	Tanda Tangan	
1	Enny Zuhnikhayati, M.Kes	Ketua Tim IbM	1.	
2	Sri Palupi, M.Pd	Ketua Tim IbM		2. _____
3	Dr. Widarto, M.Pd	Ketua Tim IbM	3. _____	
4	Dr. Mutiara Nugraheni, MP.	Ketua Tim IbM		4.
5	Dr. Tadkiroatun Musfiroh, M.Hum	Ketua Tim IbM	5. _____	
6	Asri Widowati, M.Pd	Ketua Tim IbM		6.
7	Hesti Mulyani, M.Hum	Ketua Tim IbM	7.	
8	Minta Harsana, M.Sc	Ketua Tim IbM		8. _____
9	Anna Rakhmawati, M.Si	Ketua Tim IbM	9. _____	
10	Prof. Dr. Zuhdan Kun Prasetyo,	Ketua Tim IbM		10. _____
11	Prof. Dr. Tri Hartiti R., M.Pd	Ketua Tim IbM	11. _____	
12	Suwarna, M.Pd	Ketua Tim IbM		12. _____
13	Sutriyati Purwanti, M.Si	Ketua Tim IbM	13. _____	
14	Tin Suharmini, M.Si	Ketua Tim IbM		14. _____
15	Ratnawati, M.Sc	Ketua Tim IbM	15. _____	
16	Dr. Tien Aminatun, M.Si	Ketua Tim IbM		16. _____
17	Susila Kristianingrum, M.Si	Ketua Tim IbM	17.	
18	Edy Purnomo, M.Pd	Ketua Tim IbPE	18. _____	
19	Kiromim Baroroh, M.Pd	Ketua Tim IbPE	19.	
20	Paryanto, M.Pd	Ketua Tim IbPE	20. _____	
21	Zulfi Hendri, M.Sn	Ketua Tim IbPE	21. _____	
22	Darmono, MT.	Ketua Tim IbPE	22. _____	
23	M. Lies Endarwati, M.Si	Ketua Tim IbPE	23.	
24	Suranto, M.Pd., M.Si	Ketua Tim KKN-PPM	24. _____	
25	Drs. Allesius Maryanto	Ketua Tim KKN-PPM	25.	
26	Sudarsono, M.Si	Ketua Tim KKN-PPM	26. _____	
27	Yuli Astono, M.Si	Ketua Tim KKN-PPM	27.	
28	Triatmanto, M.Si	Ketua Tim KKN-PPM	28. _____	
29	Suyoso, M.Si	Ketua Tim KKN-PPM	29.	
30	Dr. Arif Rohman, M.Si	PPM Pengemb.		30.

No.	Nama	Skim Penelitian	Tanda Tangan
31	Dr. Soeharto	PPM Pengemb.	31. 
32	Soni Nopembri, M.Pd	PPM Pengemb.	32. 
33	Dr. Widarto, M.Pd	PPM Pengemb.	33. _____
34	Asri Widowati, M.Pd	PPM Hasil Penelitian	34. 
35	K. Ima Ismara, M.Kes	PPM Hasil Penelitian	35. 
36	Nur Kadarisman, M.Pd	PPM Hasil Penelitian	36. 
37	Trie Wahyuni, M.Pd	PPM Hasil Penelitian	37. 
38	Dr. Kastam Syamsi, M.Ed	PPM Hasil Penelitian	38. _____
39	Dr. Endang Mulyani, M.Si	PPM PUSLIT PPK	39. 
40	Anik Widiastuti, M.Pd	PPM PUSLIT PPK	40. 
41	Penny Rahmawaty, M.Si	PPM PUSLIT PPK	41. _____
42	Prof. Dr. Sri Atun	PPM PUSLIT PHP &	42. _____
43	Dr. Kasiyan, M.Hum	PPM PUSLIT PHP &	43. 
44	Dr. Arif Rochman, M.Si	PPM PUSLIT PPKO	44. 
45	Eka Novita Indra, M.Kes	PPM PUSLIT PPKO	45. 
46	Siti Mulyani, M.Hum	PPM PUSLIT PPKO	46. 
47	Sri Harti Widyastuti, M.Hum	PPM PUSLIT BKLH	47. 
48	Dr. Tien Aminatun, M.Si	PPM PUSLIT BKLH	48. 
49	Yuliati, M.Kes	PPM PUSLIT BKLH	49. 
50	Widyaningsih, M.Si	PPM PUSLIT PAUD &	50. 
51	Dr. Tadkiroatun Musfiroh, M.Hum	PPM PUSLIT PAUD &	51. _____
52	Hiryanto, M.Si	PPM PUSLIT PAUD &	52. 
53	M. Lies Endarwati, M.Si	PPM PUSLIT PSWG	53. 
54	Eddy Sulistyowati, Apt., MS	PPM PUSLIT PSWG	54. 
55	Dr. Das Salirawati, M.Si	PPM PUSLIT PSWG	55. 
56	Dr. Siti Hamidah, M.Pd	PPM PUSLIT	56. 
57	Badraningsih L., M.Kes	PPM PUSLIT	57. 
58	Dr. Enny Zubaidah, M.Pd	PPM PUSLIT	58. 
59	Prof. Dr. Sudji Munadi	PPM PUSLIT KSPP	59. 
60	Dr. Heri Retnawati	PPM PUSLIT KSPP	60. 
61	Prof. Dr. Kartowagiran	PPM PUSLIT KSPP	61. 
62	Miftahuddin, M.Hum	PPM PUSLIT KKN &	62. 
63	Triatmanto, M.Si	PPM PUSLIT KKN &	63. _____
64	Nur Rohmah Muktiani, M.Pd	PPM PUSLIT KKN &	64. _____
65	Marwanto, M.Hum	PPM PUSLIT KKN &	65. 
66	Prof. Dr. Tomoliyus	Pembahas	66. 
67	Dr. Sukidjo, M.Pd	Pembahas	67. 

No.	Nama	Skim Penelitian	Tanda Tangan
68	Dr. Zainur Rofiq, M.Pd	Pembahas	68. 
69	Dr. Sari Rudiwati, M.Pd	Pembahas	69. 
70	Dr. Sunarso, M.Si	Pembahas	70. 
71	Dr. Margana, M.Hum	Pembahas	71. 
72	Dr. Widarto, M.Pd	Pembahas	72. 
73	Dr. Sukardiyono, M.Si	Pembahas	73. 
74	Hiryanto, M.Pd	Notulis	74. _____
75	Nur Rohmah M., M.Pd	Notulis	75. 
76	Dr. Widiyanto, M.Kes	Notulis	76. _____
77	M. Lies Endarwati, M.Si	Notulis	77. _____
78			78. 
79			79. _____
80			80. _____



Ketua LPPM,


 Prof. Dr. Anik Ghufron, M.Pd
 NIP. 19621111 198803 1 001

MENUJU LANSIA SEHAT DAN MANDIRI

Disampaikan dalam PPM Puslit AUD dan INSULA UNY
Di desa Baleharjo, Karangmojo, Gunungkidul

Oleh:

Hiryanto, M.Si

Dosen PLS FIP UNY/Sekpus UAD dan INSULA LPPM UNH

DEFINISI LANJUT USIA

- * Pra Lansia : Seseorang yang berusia
45 – 60 tahun
- * Lansia : Seseorang yang berusia
> 60 tahun
- * Lansia Risiko
Tinggi : Seseorang yang berusia
> 70 tahun

Definisi Sehat

UU No 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan

- * Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, **spiritual** maupun sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis
- * Mandiri artinya dapat melakukan kegiatan/aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain

PERKEMBANGAN LANJUT USIA DI INDONESIA

	Umur harapan hidup	Jumlah Usila (juta)	
1980	52,2	7,998	(5,45%)
1990	59,8	11.277	(6,29%)
2000	64,5	14,440	(7,18%)
2010	70,6	23,993	(9,77%)
2014	72	28,823	(11,34%)

Sumber : BPS

MASALAH KESEHATAN LANSIA (Riskesdas 2007)

Dalam persen

Jenis penyakit	55- 64 th	65 – 74 th	≥ 75 th
Penyakit sendi	56,4	62,9	65,4
Hipertensi	53,7	63,5	67,3
Katarak	28,8	41,9	51,6
Stroke	20,2	31,9	41,7
Jantung	16,1	19,2	20,4
Gangg mental emosional	15,9	23,2	33,7
DM	3,7	3,4	3,2

Menjadi **tua** adalah suatu proses yang **alamiah**



Siklus hidup manusia



Tips Menuju Lansia Sehat Dan Mandiri

- 1. Hindari Pola Hidup Tidak Sehat**
- 2. Gizi Seimbang**
- 3. Melakukan Aktifitas Fisik dan Olah Raga**
- 4. Pemeriksaan Kesehatan Secara Berkala**

Keturunan
8%

KESEHATAN
PADA LANSIA

Lingkungan
29%

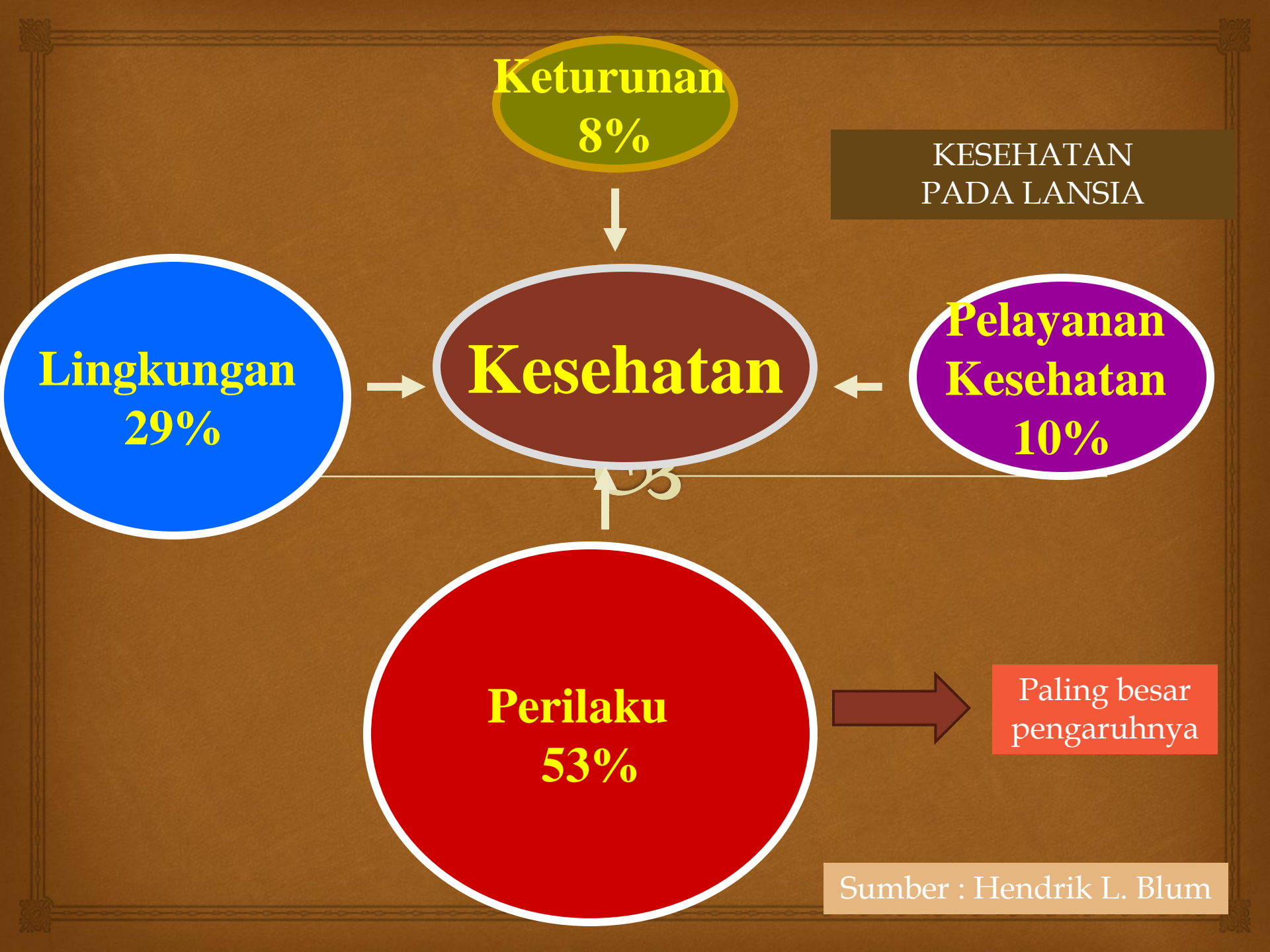
Kesehatan

**Pelayanan
Kesehatan**
10%

Perilaku
53%

Paling besar
pengaruhnya

Sumber : Hendrik L. Blum



1. HINDARI POLA HIDUP TIDAK SEHAT

GAYA HIDUP (POLA HIDUP)

PERILAKU TERTENTU YANG TELAH BERULANGKALI DILAKSANAKAN, SEHINGGA MENJADI MENETAP DAN RUTIN, SUKAR BERUBAH (MEMBUDAYA)

•DILANDASI OLEH KEYAKINAN YANG KUAT KARENA DORONGAN KEBUTUHAN YANG JUGA KUAT DAN SISTEM NILAI YANG KOKOH

•SEHINGGA SEOLAH-OLAH MENJADI “MADAT”, TIDAK BISA HIDUP KALAU TANPA PERILAKU TERSEBUT

GAYA HIDUP TIDAK SEHAT



Stress



Insomnia

Depresi

Kecemasan

Hipertensi

Obesitas

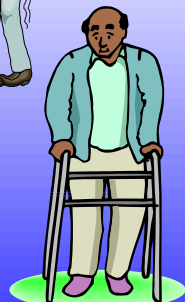
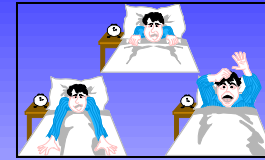
Merokok

Alkoholik

**Serangan
Asma**

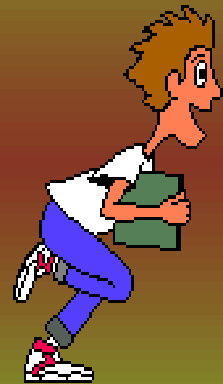
**Angina
Pectoris**

TIA & Stroke



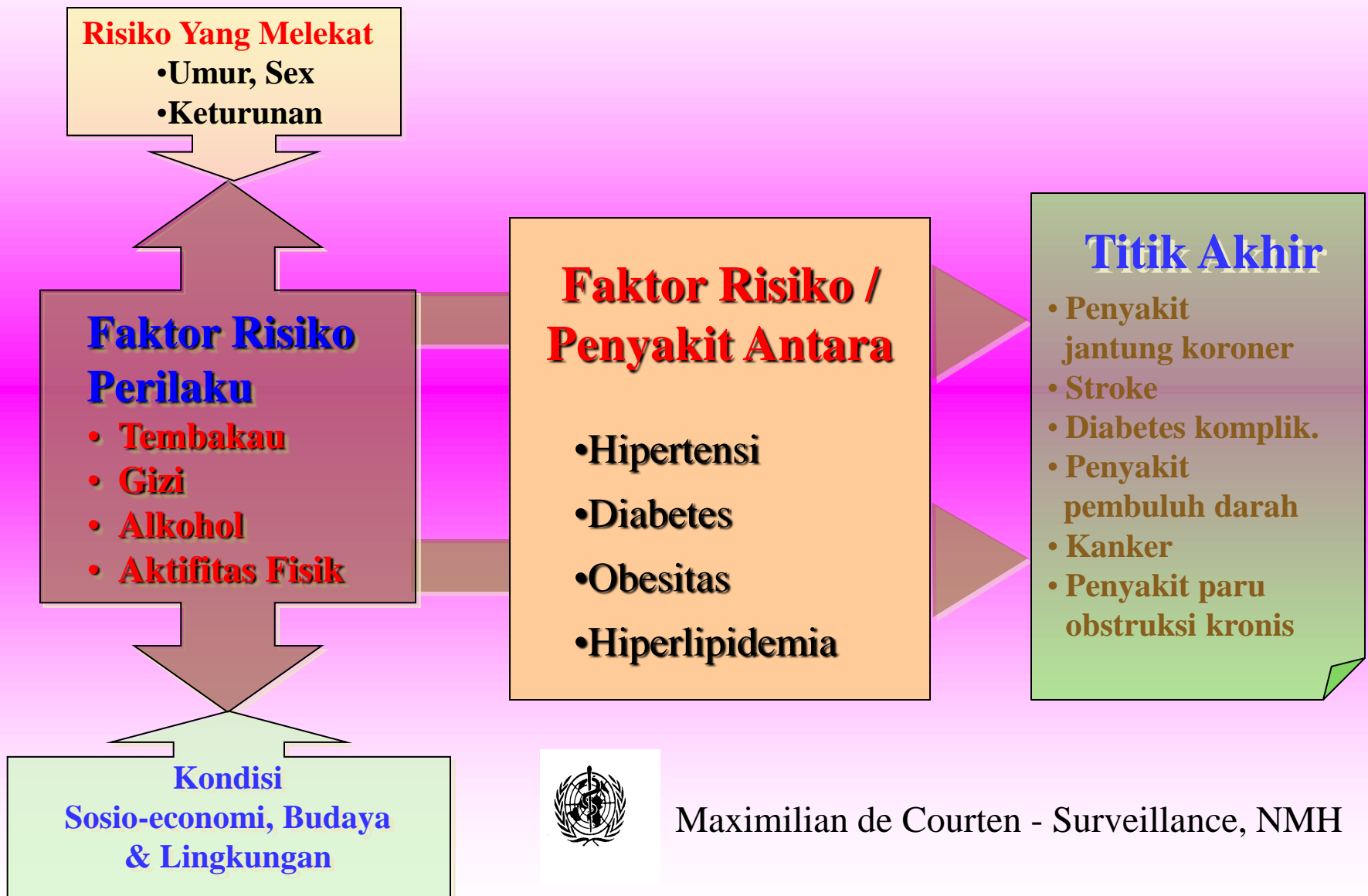
PERMASALAHAN

- * WHO → Penyakit Tidak Menular merupakan penyebab :
 - 60% kematian
 - 43% kesakitan didunia
- * PTM di Indonesia cenderung meningkat
 - penyebab utama kematian
 - penyebab disabilitas

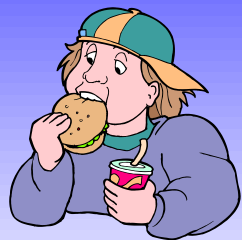


Penyakit Tidak Menular Utama

Faktor Risiko dan Titik Akhir



FAKTOR UTAMA PENYEBAB PENYAKIT GAYA HIDUP



Diet Tidak Sehat
(Unhealthy Diet)



Ketidaktifan Fisik
(Physical Inactivity)



Merokok
(Smoking)



Stress

Hipertensi

Hiperlipidemia

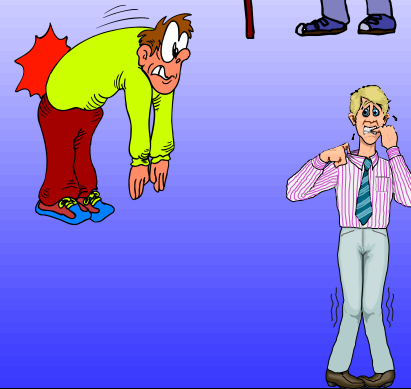
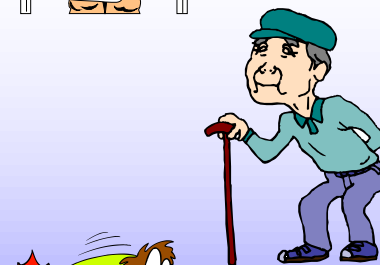
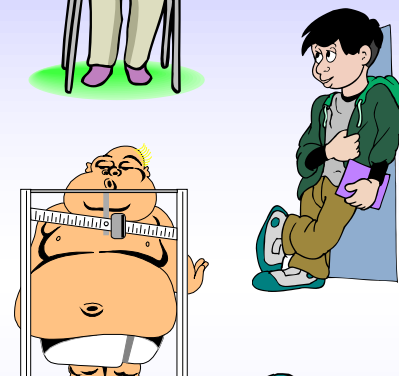
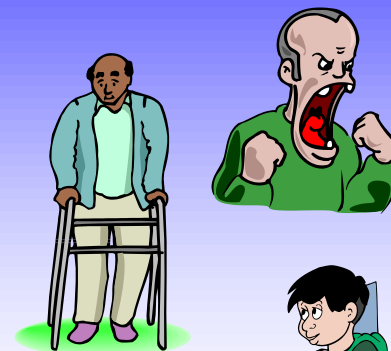
Diabetes Mellitus

Obesitas

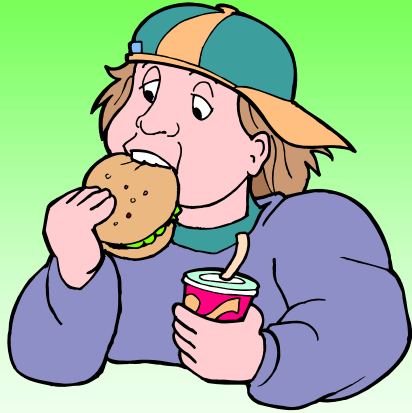
Osteoporosis

Osteoarthritis

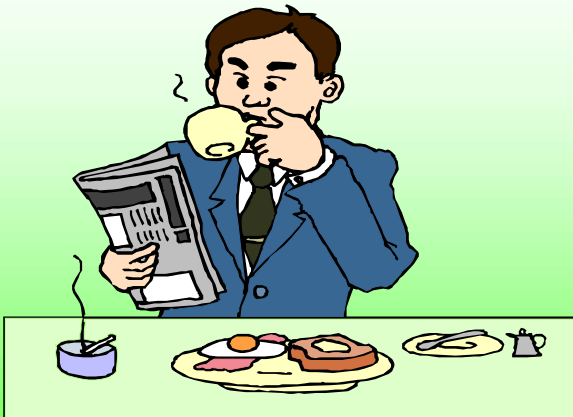
Asma



GAYA HIDUP TIDAK SEHAT



**Pola Makan &
Diet Tidak Sehat
(Unhealthy Diet)**



Makanan Tinggi Kalori

Makanan Tinggi Lemak

Makanan Tinggi Garam

Makanan Rendah Serat

Makanan Kurang Calcium

Gunakan Bahan Perasa Pengawet, Pewarna Buatan

Obesitas

Diabetes Mellitus

Hiperlipidemi

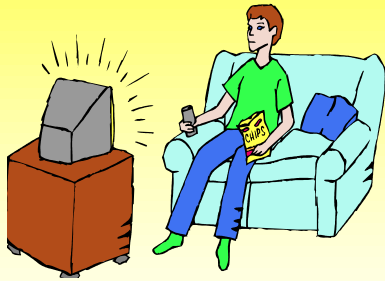
Hipertensi

Kanker Usus

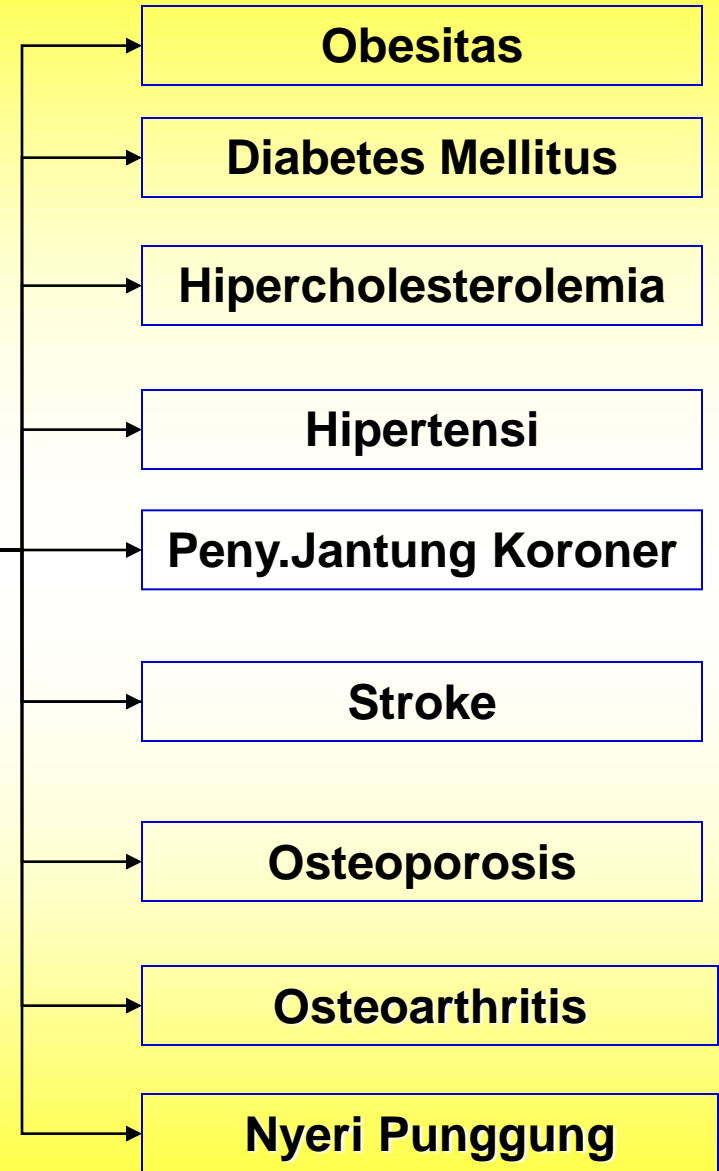
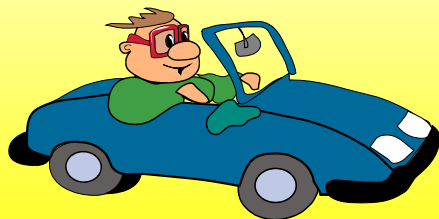
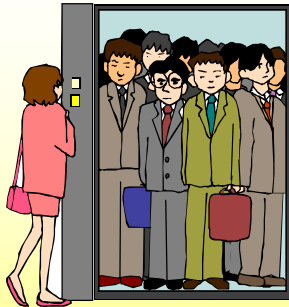
Osteoporosis

Radikal Bebas

GAYA HIDUP TIDAK SEHAT



Ketidakaktifan Fisik
(Physical Inactivity)



GAYA HIDUP TIDAK SEHAT



Merokok
(Smoking)



Penyakit Jantung Koroner

Stroke

Susah Napas

Kanker Paru-2

Gangguan Kehamilan

Impotensi



PEMBUDAYAAN & PENERAPAN GAYA HIDUP SEHAT & AKTIF



- 1. KURANGI KONSUMSI MAKANAN TINGGI LEMAK, GULA, GARAM. PERBANYAK MAKAN SAYUR & BUAH**
- 2. AKTIF BERGERAK, PERBAIKI AKTIFITAS FISIK & KEBUGARAN JASMANI, SERTA BEROLAHRAGA SECARA TERATUR**
- 3. ATASI STRESS. BERHENTI MEROKOK, KONSUMSI ALKOHOL & NARKOBA**
- 4. PEM & KONSULTASI KES TERATUR (kunjungi Posyandu Lansia dan Puskesmas Santun Lansia rutin)**

2. GIZI SEIMBANG BAGI LANSIA :

Makanan yang dimakan sehari-hari, yg mengandung : zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur dalam jumlah yang cukup sesuai dengan kebutuhan dan kondisi tubuh dan terdiri dari bahan makanan yang beraneka ragam.

Konsumsi makanan yang cukup dan seimbang akan bermanfaat bagi usila terutama yang tidak terkena penyakit-penyakit degeneratif atau penyakit lainnya.

GIZI PADA PROSES MENUA



- Manusia dlm proses
 - pertumbuhan
 - perkembangan



Gizi
Seimbang
(bayi-lansia)

Proses menua → scr alamiah, terus menerus dan berkesinambungan → dan akan terjadi perubahan Anatomi dan fisiologi pada jaringan tubuh akan Mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh

Proses menua → sangat individual.

MASALAH GIZI PADA LANSIA

- Masalah gizi usila merupakan rangkaian proses masalah gizi sejak usia muda yg manifestasinya timbul “setelah tua”
- Masalah gizi pd LANSIA yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih (kegemukan/ obesitas) yg memacu timbulnya timbulnya peny degeneratif (peny jantung koroner, hipertensi, DM, gout, rematik dll)

KURANG ENERGI KRONIS (KEK)

☞ Kurangnya nafsu makan yg berkepanjangan pada lansia dapat menyebabkan “penurunan berat badan” yg drastis. Pada penderita KEK dapat terjadi kekurangan zat gizi makro dan mikro.

KEGEMUKAN (OBESITAS)

☞ Keadaan ini disebabkan karena → pola konsumsi yaitu : asupan yg berlebihan → dirubah menjadi lemak → disimpan.

☞ Pada lansia proses metabolisme sudah menurun bila : asupan berlebihan → harus diimbangi dengan aktifitas, penurunan jumlah asupan kalori.

PENYAKIT DEGENERATIF



☞ Penyakit Jantung Koroner (PJK)

Asupan konsumsi lemak jenuh dan kolesterol yg berlebihan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, selain itu kegemukan dan obesitas merupakan faktor risiko penting yg mempengaruhi terjadinya penyakit jantung koroner.

☞ Hipertensi

Berat badan yg berlebihan akan meningkatkan beban jantung utk memompa darah ke seluruh tubuh, akibatnya tekanan darah jantung cenderung lebih tinggi

Penyakit Diabetes Mellitus (DM)

adalah suatu keadaan di mana terdapat gangguan metabolisme yg disebabkan oleh kekurangan insulin atau tidak berfungsinya insulin, akibatnya gula akan tertimbun di dalam darah maka akan terjadi hiperglikemi.

Penyakit gout dan rematik

Kelainan metabolisme protein yg menyebabkan asam urat dalam darah meningkat Kristal asam urat ini akan menumpuk di persendian yang menyebabkan rasa nyeri dan bengkak. Selain itu asam urat yg tinggi dalam darah dapat menjadi pencetus terjadinya batu ginjal.

KEBUTUHAN GIZI PADA LANSIA

Kebutuhan gizi pd setiap dipengaruhi oleh :

- faktor umur
 - Jenis kelamin
 - Kegiatan fisik
 - Pekerjaan
 - Iklim/suhu
 - Kondisi fisik (sedang sakit/baru sembuh)
-
- Kebutuhan gizi khususnya pd usila sdh mulai
 - menurun sekitar 5-10%

PESAN GIZI SEIMBANG UTK LANSIA :

- makanlah aneka ragam makanan
- makanlah makanan sesuai kebutuhan (seimbang)
- batasi konsumsi lemak/minyak/santan kental
- dianjurkan gunakan karbohidrat kompleks krn mengandung vit dan mineral dp mengkonsumsi karbohidrat murni (gula)
- biasakan makan pagi
- minum air putih yg aman dan cukup jumlahnya
- lakukan kegiatan fisik dan olahraga secara teratur
- hindari minuman beralkohol

3. MELAKUKAN AKTIVITAS FISIK DAN OLAHRAGA



- ∞ Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi
- ∞ Olahraga adalah suatu bentuk aktifitas fisik dari otot tubuh yang bila dilaksanakan dengan baik, benar, teratur dan terukur akan meningkatkan kebugaran jasmani
- ∞ Kebugaran Jasmani adalah kemampuan tubuh untuk melakukan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

TIPS MELAKUKAN OR PADA LANSIA



- ❧ **Konsultasi ke dokter**
- ❧ **Dilakukan 3 x seminggu secara teratur**
- ❧ **Pilih olahraga yang mudah, aman sesuai dengan minat dan kemampuan tubuh**
- ❧ **Olahraga sebaiknya dilakukan 2 jam setelah selesai makan dan diajurkan minum sebelum OR**
- ❧ **Pakaian yang dikenakan terbuat dari bahan yg ringan dan mudah menyerap keringat dan tidak mengganggu untuk bergerak**
- ❧ **Bila OR dilakukan diluar ruangan sebaiknya dilakukan pagi atau sore hari**

MANFAAT AKTIVITAS FISIK DAN OR



- ❧ Melancarkan aliran darah
- ❧ Meningkatkan kebugaran tubuh
- ❧ Memperkuat otot dan meningkatkan kepadatan tulang
- ❧ Meningkatkan kelenturan tubuh
- ❧ Menjaga keseimbangan dan koordinasi tubuh
- ❧ Meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit
- ❧ Menurunkan faktor risiko penyakit tertentu
- ❧ Mengurangi ketegangan dan kecemasan

JENIS AKTIVITAS FISIK DAN OLAHRAGA YANG DAPAT DILAKUKAN LANSIA



- ❧ Melakukan pekerjaan rumah
- ❧ Berjalan-jalan
- ❧ Jogging atau lari dengan kecepatan sedang
- ❧ Senam lansia
- ❧ Berenang

4. Pemeriksaan Kesehatan Berkala (di Posyandu Lansia & Puskesmas Santun Lansia)

Manfaat pemeriksaan kesehatan

- ❧ Mengetahui keadaan kesehatan diri
- ❧ Mengetahui kelainan secara dini
- ❧ Mengobati sesegera mungkin bila ditemukan kelainan
- ❧ Memperoleh informasi tentang apa yang harus, tidak boleh serta bagaimana melakukannya.


Lanjutan.....



Minimal pemeriksaan yang dilakukan :

- ∞ Pemeriksaan fisik, Berat badan dan tekanan darah**
- ∞ Pemeriksaan Status Kemandirian**
- ∞ Pemeriksaan Status Gizi**
- ∞ Pemeriksaan fungsi indera penglihatan dan pendengaran**
- ∞ Pemeriksaan laboratorium meliputi urin, glukosa darah**
- ∞ Pemeriksaan mental psikologik**

Nikmati hidup

-
- 
- ❧ Perkuat ketaqwaan pada Tuhan yang Maha Esa
 - ❧ Tetap aktif dari segi jasmani dan rohani
 - ❧ Mengikuti kegiatan2 sosial dan keagamaan

B . A . H . A . G . I . A .

B
a
h
a
g
i
a

ERAT BADAN BERLEBIHAN SUPAYA DIHINDARI

TUR MAKANAN HINGGA SEIMBANG

INDARI FAKTOR RESIKO PENYAKIT DEGENERATIF

**AGAR TERUS BERGUNA DENGAN MEMPUNYAI KEGIATAN/HOBBY
YANG
BERMANFAAT**

ERAK BADAN TERATUR WAJIB DILAKUKAN

**MAN DAN TAQWA DITINGKATKAN, HINDARI & TANGKAL SITUASI
YANG MENEGANGKAN**

WASI KESEHATAN DGN MEMERIKSA BADAN SECARA TERATUR.

Peran Lansia dalam penanaman nilai-nilai Budaya

Oleh:

**Prof. Dr. Suharti
Guru Besar FBS UNY**

1. Pendahuluan

Globalisasi, membawa dampak positif maupun negatif. Dampak positif antara lain mendukung pesatnya komunikasi dan transportasi antar tempat yang berjauhan, sehingga dunia seolah-olah menjadi sempit. Apa yang terjadi di X langsung sudah dapat tersebar ke pelosok dunia dengan sekejap. Dampak negatifnya dapat disebutkan, munculnya pengaruh-pengaruh yang kurang sesuai dengan budaya dan tatanan hidup suatu bangsa. Pengaruh antar budaya memang tidak bisa dihindari, namun demikian dibutuhkan suatu filter untuk menyaring pengaruh-pengaruh negatif yang berasal dari budaya lain.

Berbicara hal filter untuk menyaring pengaruh-pengaruh negatif yang berasal dari budaya lain, tidak dapat dipisahkan dengan keberadaan lansia, yang merupakan kepanjangan tangan nenek moyang dalam pewarisan budaya. Nenek moyang kita melalui para lanjut usia mewariskan budaya luhur yang terkandung dalam berbagai naskah kuno dan kehidupan sehari-hari merupakan kearifan lokal untuk menyikapi kemajuan zaman.

Pada dekade belakangan ini jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat. Meningkatnya jumlah penduduk lansia ini merupakan dampak positif keberhasilan pembangunan di bidang kesehatan, keluarga berencana, dan sosial ekonomi sehingga menurunkan angka kematian bayi, ibu, dan angka fertilitas serta menghasilkan perbaikan gisi masyarakat yang bermuara pada peningkatan angka harapan hidup. Peningkatan tersebut bila tidak disikapi dengan bijaksana akan menimbulkan masalah bahkan ancaman, baik bagi lansia itu sendiri, keluarga, maupun bangsa. Selain itu kondisi lansia yang semakin menurun, potensial untuk menimbulkan masalah.

2. Lansia sebagai Pelestari Budaya

Jumlah penduduk Indonesia yang mencapai lanjut usia (60 tahun ke atas) dari tahun ke tahun semakin meningkat, seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup rata-rata penduduk. Tahun 1999 Indonesia telah memasuki masa penduduk berstruktur tua karena 15,4 juta jiwa (7,4 % dari keseluruhan penduduk) berusia 60 tahun atau lebih. Bahkan di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, pada tahun 1995, persentase penduduk usia lanjut telah mencapai 12,5 % dari populasi penduduk di DIY. Bagaimana keadaan penduduk lansia di DIY pada tahun 2014 ini?

Kondisi tersebut antara lain disebabkan oleh keberhasilan pembangunan baik dibidang kesehatan, keluarga berencana maupun bidang sosial ekonomi lainnya sehingga menurunkan angka kematian bayi, ibu dan angka fertilitas serta menghasilkan perbaikan gizi masyarakat yang bermuara pada peningkatan angka harapan hidup. Dengan meningkatnya angka harapan hidup berarti pula meningkatnya jumlah lansia. Meningkatnya jumlah lansia tersebut perlu memperoleh perhatian yang serius terutama untuk mengusahakan bagaimana agar kelompok lansia tetap menjadi aset produktif, tidak sebaliknya menjadi beban yang harus ditanggung oleh generasi muda. Lebih-lebih dalam situasi krisis seperti saat ini, meningkatkan peran lansia dalam segala bidang merupakan hal yang sangat signifikan. Lansia diharapkan menjadi sumber daya yang potensial dalam keikutsertaannya membangun bangsa.

Lansia sebagai sarana pewarisan budaya merupakan pelaku yang sangat strategis. Budaya sebagai hasil pemikiran masyarakat untuk mencukupi kebutuhan peningkatan hidupnya terwujud dalam budaya fisik, budaya perilaku, dan nilai-nilai budaya. Nilai budaya merupakan suatu rangkaian dari konsepsi-konsepsi abstrak yang hidup dalam pikiran sebagian besar dari warga masyarakat, mengenai apa yang dianggap penting dan berharga, tetapi juga mengenai apa yang dianggap remeh dan tidak berharga dalam hidup (Kuntjaraningrat, 1990).

Para lanjut usia merupakan sosok yang arif dan bijaksana. Mereka memiliki pengetahuan, sikap dan tingkah laku yang diperlukan untuk menyaring budaya yang kurang sesuai dengan kondisi masyarakat setempat. Berdasarkan

pengalamannya, mereka telah berhasil menyaring pengaruh-pengaruh budaya luar baik segi positif maupun negatifnya, yang dapat dikatakan sebagai pelestari budaya. Para lansia menjaga, membangun, dan menyebarkan ke lingkungan sekitarnya dan mewariskan kepada anak cucunya. Pengalaman lansia ini dikuatkan oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Swasono (1995), bahwa para lanjut usia merupakan pemelihara kelestarian adat dan budaya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan para lansia saat ini masih dapat berperan dalam melestarikan dan mensosialisasikan kepada generasi yang lebih muda.

3. Situasi Kehidupan Lansia

Para lansia yang menjadi sumber data dalam penelitian “Peran Lansia dalam Pelestarian Budaya” menjalani kehidupannya dalam lingkungan kompleks perumahan dinas – umum, di perkampungan umum, di Daerah Istimewa Yogyakarta. Para lansia hidup di dalam keluarga tinggal dalam satu rumah yang terdiri dari bapak – ibu ; bapak, ibu dan anak; dan bapak, ibu, anak, menantu ditambah cucu. Dalam kesehariannya para lansia menjalani kehidupannya dengan tetap aktif sebagai seorang pengajar, pensiunan PNS/ swasta, pedagang, aktif dalam kehidupan bermasyarakat, mengaji, dan mengurus keluarga, dan lansia karena .usia berkisar 80 tahun lebih, sudah tidak kuat bekerja dan walaupun sedikit masih memiliki penghasilan sendiri dari hasil pertanian.

Kehidupan kesehariannya, keluarga lansia hidup dengan seorang atau lebih anak, ada yang mempunyai pembantu rumah tangga dan tidak memiliki pembantu rumah tangga. Dengan demikian situasi kehidupannya tentu bervariasi. Kehidupan yang dijalannya –suami isteri bekerja dari awal mula berkeluarga dengan anak-anak yang masih kecil, harus membagi waktu dengan baik antara mengawasi anak, membimbing belajar, menyediakan makan keluarga, dan bekerja, serta kegiatan lainnya. Dan pada gilirannya sang anak telah berkeluarga orang tua yang telah menginjak usia lansia kegiatannya pun bertambah yakni menimang cucu, mengantar cucu ke sekolah, membimbing belajar dan menemani bermain.

Kehidupan lansia di Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan tempat tinggalnya dapat dikelompokkan menjadi lima kelompok yakni (1) ibu lansia,

anak lansia, menantu, dan cucu, (2) suami isteri lansia, anak, tambah pembantu, (3) suami isteri lansia, anak, (4) suami isteri lansia, anak - menantu, cucu, tambah pembantu, dan (5) suami isteri lansia. Berdasarkan profesinya keluarga lansia dapat dikelompokkan ke dalam yakni (1) suami isteri PNS, (2) suami PNS isteri dosen/ guru, (3) suami dosen isteri ibu rumah tangga, (4) suami dosen isteri wirausaha, dan (5) suami wiraswasta isteri dosen/ guru, dan mantan pedagang/ petani. Dilihat dari tempat tinggal dan profesi ini peran lansia dalam pelestarian budaya dan upaya-upaya yang dilakukan dalam pelestarian budayanya menjadi variatif.

Pelestarian budaya dalam kehidupan sehari-hari yang dilakukan lansia dapat melalui hubungan antar anggota keluarga, hubungan bertetangga kanan kiri, lewat pertemuan-pertemuan warga, dan lewat profesinya sebagai guru/ dosen, wiraswasta, dan ibu rumah tangga. Boleh dikatakan di setiap kesempatan para lansia menjalankan perannya sebagai pewaris kebudayaan terutama diutamakan dalam pembentukan manusia yang berbudaya yang memiliki sopan santun, dapat membedakan baik dan buruk, dapat menerapkan keadilan, dan bertanggungjawab, yang dapat dikatakan sebagai manusia yang berbudi luhur.

4. Peran Lansia dalam Pembinaan Nilai-nilai Budaya

Pelestarian budaya di sini dibatasi pada nilai-nilai budaya yang berkaitan dengan kejujuran, tanggung jawab, kebaikan, dan *unggah-ungguh* sebagai bagian tak terpisahkan dalam usaha pembinaan budi luhur. Pembinaan budi luhur ini terkait dengan ungkapan tradisional "*ajining dhiri saka lathi, ajining awak saka tumindak, ajining raga saka busana*". Ungkapan tradisional ini dapat dimaknai bahwa dalam kehidupan bermasyarakat seseorang dapat dihargai oleh orang lain apabila mereka dapat menjaga tutur katanya, dapat menjaga tingkah laku, dan menerapkan busana sesuai dengan kehidupan bermasyarakat, baik masyarakat profesi maupun sosialnya.

Ajining dhiri saka lathi ungkapan yang dapat dimaknai bahwa manusia hidup di masyarakat dapat dihargai, dihormati oleh orang lain apabila manusia tersebut dapat menjaga tutur kata, yakni orang hidup harus dapat mengendalikan

tutur katanya sesuai dengan situasi dan konteksnya *Ajining awak saka tumindak* orang akan dihormati bila manusia dapat berperilaku sesuai dengan aturan yang berlaku di lingkungannya, dan *ajining raga saka busana* adalah manusia dihormati oleh sesamanya apabila seseorang dalam kehidupannya berbusana sesuai dengan diri pribadi serta dapat menyesuaikan dengan konteksnya. Ketiga ungkapan tersebut tidak dapat dipisah-pisah tetapi merupakan satu kesatuan. Ketiganya saling melengkapi tidak berdiri sendiri-sendiri, keberadaannya saling membutuhkan. Orang dapat bertutur baik tetapi kurang memperhatikan perilakunya ataupun kurang memperhatikan busana yang dikenakannya akan menyebabkan adanya ketimpangan. Pengetahuan, keterampilan menerapkan ungkapan tersebut dalam kehidupan sehari-hari tidak mudah. Dan inilah salah satu peran para lansia untuk mewariskan atau menularkan kepada anak cucu serta generasi penerusnya yang berada di lingkungannya, baik lingkungan tempat tinggal, lingkungan pekerjaan, maupun lingkungan kegiatan sosialnya. Peran lansia kaitannya dengan pewarisan budaya dalam pembentukan generasi penerus yang berbudi luhur adalah sebagai teladan atau guru dalam menjalani kehidupan..

Di dalam kehidupan sehari-hari orang tidak dapat dipisahkan dengan kosa kata teladan ataupun guru. Dalam budaya Jawa tingkah laku seseorang di dalam pergaulan di dalam keluarga, masyarakat pada umumnya selalu dikaitkan dengan kosa kata teladan ataupun guru. Begitupun kehidupan lansia di dalam kehidupan sehari-harinya selalu harus mengingat kosa kata teladan ataupun guru. Teladan di sini adalah kehidupan lansia baik tutur kata, perilaku dan berbusananya harus dapat dijadikan suri tauladan bagi anak cucunya ataupun bagi generasi mudanya. Kosa kata teladan dapat disamakan dengan guru, sebagai lansia segala perilakunya harus dapat dijadikan teladan atau *panutan* bagi anak cucu ataupun warga sekitarnya. Segala tutur katanya, perilaku dapat *digugu lan ditiru* oleh generasi penerusnya, baik anak cucu hubungan darah ataupun oleh anak cucu dalam artian yang luas, yakni anak cucu sebagai penerus bangsa. Peran lansia sebagai teladan atau guru ini didukung pernyataan Ibu Hami sepertiberikut.

”... menawi kita kepingin dipun aosi dening para anem, sedaya tindak-tanduk, muna-muni sedaya kedah dipuntata, boten saged sasekecanipun piyambak. Awit sedaya wau kedah saged dados

panutan dhateng putra wayah. Awakipun piyambak kedah saged dados panutan ingkang sae, sampun ngantos dados panutan awon. ...”

‘... kalau kita ingin dihormati oleh orang muda, semua perilaku, tutur kata kita harus ditata, tidak bias berbicara, bertindak sekehendak hati. Karena semua perbuatan, tutur kata tersebut harus dapat digunakan sebagai suri tauladan oleh anak cucu kita. Kita tidak dapat digunakan sebagai teladan yang kurang baik.’”

Pernyataan Ibu Hami tersebut terlihat dalam perilaku kesehariannya dalam bertutur kata, bersikap kepada teman sesamanya, dan juga kepada siapapun selalu menghormati mitra bicaranya, tanpa memandang statusnya. Sikap ini juga dapat dilihat pada sikap salah seorang putranya yang bersikap ramah kepada tamu-tamu orang tuanya. Walaupun putra ibu itu telah memiliki pendidikan lebih dari orang tuanya, juga kedudukan yang lebih baik tetapi sang putra tersebut tetap bersikap dan menempatkan diri sebagai anak. Pemandangan yang harmonis dari sebuah keluarga tersebut didukung pernyataan Ibu Hami seperti berikut.

“ ... menika wau anak kula ingkang mbajeng, lajeng menika puntepangaken mantu kula pun Nina. Nembe kemawon wangsul saking tugas belajar dhateng Jepang. (putra dan menantu Ibu Hami pada waktu itu sedang menyajikan makanan dan minuman dalam acara ngundhuh arisan) ...”

”... ini tadi anak sulung saya terus ini kenalkan menantu saya Nina. Baru saja selesai tugas belajar dari Jepang. ...”

Kemudian cucunya mendekat, dan oleh Eyang putrinya si cucu disuruh memberikan salam kepada teman-teman arisannya, dan si cucu pun dengan senyum mengikuti tuntunan eyangnya untuk bersalaman pada para tamu. Dari perilaku dan sapaan ibu Hami tersebut dapat diketahui bahwa apa yang menurut beliau sikap baik kepada orang lain tetap dicontohkan kepada anak cucunya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa peran lansia dalam memberikan teladan kepada anak cucunya telah benar-benar dilaksanakan dengan baik. Menurut ibu Hami tindakan yang demikian sudah diterima sejak kecil dari orang tuanya, kemudian pada gilirannya diteruskan, ditularkan atau diterapkan kepada anak cucunya. Sikap keteladanan itu juga didukung oleh Bapak dan Ibu Karib dalam

mewariskan nilai budaya dari pendahulunya, yakni dengan tetap memberikan keteladanan dalam berbagai bidang. Menurut Bapak Ibu Karib keteladanan adalah suatu keharusan bagi beliau untuk mendidik anak-anaknya menjadi manusia yang berguna bagi nusa bangsa dan agama. Keteladanan itu diterapkan dalam menjalankan sholat lima waktu. Keluarga tersebut selalu berusaha untuk menjalankan sholat subuh, magrib dan isya berjamaah, sedangkan dhuhur dan asar selalu menyesuaikan dengan kegiatan masing-masing. Ibu Karib selalu menanamkan bahwa Bapak adalah seorang imam, dan seorang imam harus dihormati tanpa syarat. Mengenai hal ini Ibu Karib menuturkan seperti berikut.

”... ngormati bapak minangka imam iku hukume wajib Bu. Bocah-bocah pas ora kepeneran karo Bapake tetep wae ora kena terus arep sakepake karo Bapake, ora kena kaya ngono kuwi. Ning ya kuwi yen pas aku rada ora kepeneran karo Bapake ya kudu diempet ana ngarepe bocah-bocah. Nesonan karo Bapake ora kena suwe-suwe, mesakke bocah-bocah entuk conto sing ora apik. Ning jane bocah-bocah ya ngerti yen bapak – ibune lagi nesonan. Biasane yen apik terus diolok-olok ”baikan ni ye” ...”

’ ... menghormati bapak sebagai imam itu hukumnya wajib Bu. Anak-anak kalau pas agak jengkel sama Bapaknya tetap tidak boleh bersikap semaunya. Tetapi ya itu, kalau saya pas marahan sama Bapaknya juga harus menahan diri di depan anak-anak. Marahan antara suami isteri tidak boleh lama-lama, kasihan anak-anak mendapat perilaku yang kurang baik. Sebetulnya anak-anak tahu kalau kita pas marahan. Biasanya kalau sudah baikan, diledek sama anak-anak ”baikan niye” ...”

Keteladanan ini juga diperlihatkan oleh seorang nenek kira-kira berusia 80 tahun. Ada salah satu cucunya baru menikahkan anaknya. Pada waktu itu nenek itu berdandan rapi memakai kebaya warna hitam bunga-bunga kecil putih dan kain panjang motif batik Yogyakarta, diwuru rapih, sambil duduk dikerubungi sanak saudara yang datang di tempat perhelatan tersebut. Pada pertemuan tersebut terjadi perbincangan seperti berikut.

”

Tamu: *Sugeng Mbah?* (alur keluarga kepernah cucu)

Mbah: *Iya slamet piye kabare sasuwene ra ketemu, dha waras ta kabeh?*

Tamu: *Inggih pengestunipun sedaya sehat. Wah Simbah ki jan tetep kemawon lo, nyampingan wiron mboten kantun nggih Mbah?*

Mbah: *la iya ta ya, mengko nek Simbah neng nggon pengantenan ngagem ageman nglomprot anak putu dha isin, ra dha gelem ketemu simbah, wong nggon pengantenan ya kudu beda karo biasane ta, iya ra?*

Tamu: *Inggih Mbah leres, kagem nyontoni ingkang nem-nem menika lo Mbah!*”

’.....

Tamu: apa kabar Mbah?

Mbah: iya baik, bagaimana kabarnya selama tidak ketemu, sehat semua?

Tamu: Iya Mbah berkat doa restu Mbah semua sehat. Wah Simbah itu tetap saja lo, pakai kain wiron tidak ketinggalan ya Mbah?

Mbah: iya, kalau Simbah di tempat pernikahan nggak pakai pakaian yang pantas, nglomprot, nanti anak cucu malu, tidak mau ketemu Simbah, di tempat pernikahan kok nglomprot. Di tempat hajatan pernikahan ya harus pakai pakaian yang berbeda dari biasanya, ya kan?

Tamu: iya Mbah betu, memberi contoh yang muda-muda ya Mbah?’

Dari percakapan ini dapat diketahui bahwa seorang lansia yang benar-benar lanjut usia memberikan tauladan penggunaan busana yang digunakan dalam perhelatan pernikahan dengan menggunakan busana tradisional kebaya dan kain panjang berwiru. Pada kesehariannya Mbah tersebut menggunakan kain berkebaya tetapi tidak menggunakan *wiru*. Dalam inti percakapannya dapat diketahui isinya bahwa dalam berbusana seseorang harus sesuai dengan konteksnya. Berbusana menyesuaikan dengan konteksnya menurut Mbah untuk menjaga kehormatan. Kehormatan tersebut tidak hanya kehormatan untuk diri sendiri tetapi juga kehormatan anak cucu, serta untuk menghormati tamu atau orang lain.

Uraian di atas menunjukkan bahwa keteladan dalam budaya Jawa memang diperlukan. Keteladanan ini juga dalam menanamkan sopan santun, lansia memberikan contoh bagaimana harus bersikap kepada tamu, kepada sesama, kepada yang lebih tua atau yang dituakan. Dalam budaya Jawa guru diberi *jarwa dhosok digugu lan ditiru* bukan *wagu tur kuru* atau *wagu tur saru*. Menurut penuturan lansia tugas guru adalah mengajarkan sesuatu, membimbing atau

mengarahkan, memberi contoh kepada anak cucu - anggota keluarga lain dalam kelurga, masyarakat dilingkungannya yang nantinya diharapkan tersebar di dalam lingkungan yang lebih besa lagi. Berimbab kepada lingkungan yang lebih besar atau lebih luas karena individu sekaligus sebagai makhluk sosial merupakan anggota keluarga dan sekaligus anggota kelompok masyarakat yang lebih luas lagi.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa peran lansia memberikan tauladan atau sebagai guru kehidupan mewariskan nilai-nilai (1) kejujuran, jujur terhadap diri sendiri, terhadap orang lain; (2) bertanggungjawab atas perbuatan sendiri, pilihan sendiri, bersedia menerima akibat yang ditimbulkan; (3) kebaikan dapat membedakan perilaku yang baik dan buruk, berupaya melakukan perilaku yang terpuji dan menghindari perilaku tercela; (4) *unggah-ungguh*: dapat menempatkan diri dalam pergaulan, di dalam keluarga ataupun di luar keluarga sesuai dengan statusnya (hubungan kekeluargaan, masyarakat, dan lingkungan yang lebih luas) yang berintikan pada *ajining dhiri saka lathi, ajining raga saka busana, ajining awak saka tumindak*.

Daftar Pustaka

- BKKBN, 2002, *Data dan Informasi Penduduk Indonesia*, Jakarta, Bidang Pengembangan Informasi Kependudukan.
- BPS. DIY, 2002, *Data Statistik Penduduk DIY*, Yogyakarta, BPS. DIY.
- Koentjaraningrat, 1990, *Kebudayaan Jawa*, Yogyakarta, Gama University Press
- Suharti, Siti Partini, Suwardjo. 2008. Peran Lansia dalam Pelestarian Budaya (Lemlit UNY, Naskah Laporan Penelitian)
- Swasono, Meutia, Farida, 1995, *Peranan dan Kontribusi Usia Lanjut*, Laporan Penelitian, Jakarta, FISIP UI.

