

## PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DALAM PROGRAM GERAKAN RAMAH LANSIA (GERASIA) DI KECAMATAN CIBEUREUM

Ida Rosidawati<sup>1</sup>, Neni Nuraeni<sup>2</sup>, Lilis Lismayanti<sup>3</sup>, Ubad Badrudin<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>) Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

<sup>4</sup>) Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

e-mail: ida.rosidawati@umtas.ac.id

### Abstrak

Jumlah penduduk lanjut usia (usia 60 tahun keatas) di Indonesia terus menerus meningkat. Seseorang saat memasuki masa lanjut usia, sedikitnya ada lima masalah yang biasa mereka hadapi yaitu; kondisi mental, keterasingan, post power syndrome, masalah ekonomi dan masalah penyakit. Melihat pokok-pokok masalah yang sering dihadapi oleh lansia, maka kondisi tersebut menjadi tanggungjawab bersama khususnya Perguruan Tinggi Muhammadiyah dan Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Kecamatan Cibeureum sebagai organisasi yang menaruh perhatian pada pelayanan kesehatan pada Masyarakat terutama Kesehatan dan kesejahteraan lansia. Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Kecamatan Cibeureum adalah sebuah organisasi Perempuan yang menjadi wadah untuk mencoba memberikan solusi-solusi kongkrit atas permasalahan-permasalahan sosial yang ada. Salah satu solusi dalam penyelenggaraan Program Gerakan Ramah Lansia (Gerasia). Kegiatan Gerasia meliputi kajian rohani (Pengajian), Pemeriksaan Kesehatan, Edukasi Kesehatan, Baksos dan Pemulasaraan Jenazah. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini melibatkan mahasiswa sehingga tujuan kegiatan ini erat kaitannya dengan program MBKM di kategori proyek kemanusiaan. Kegiatan ini juga erat kaitannya dengan pencapaian IKU UMTAS salahsatunya adalah IKU 2, mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus, IKU 3, dosen berkegiatan di luar kampus, dan IKU 5, Hasil kerja dosen digunakan Masyarakat.

**Kata kunci:** Gerakan Ramah Lansia; Pemberdayaan Perempuan; Pimpinan Cabang 'Aisyiyah

### Abstract

The number of elderly people (aged 60 years and over) in Indonesia continues to increase. When someone enters old age, there are at least five problems that they usually face, namely; mental condition, alienation, post power syndrome, economic problems and disease problems. Seeing the main problems that are often faced by the elderly, these conditions become a shared responsibility, especially for Muhammadiyah Higher Education and the Cibeureum District 'Aisyiyah Branch Leadership as an organization that pays attention to health services in the community, especially the health and welfare of the elderly. The Cibeureum District 'Aisyiyah Branch Leadership is a women's organization that is a forum for trying to provide concrete solutions to existing social problems. One solution in the implementation of the Elderly Friendly Movement Program (Gerasia). Gerasia activities include spiritual studies (Pengajian), Health Checks, Health Education, Social Services and Funerals. This community service activity involves students so that the purpose of this activity is closely related to the MBKM program in the humanitarian project category. This activity is also closely related to the achievement of IKU UMTAS, one of which is IKU 2, students gain experience outside the campus, IKU 3, lecturers carry out activities outside the campus, and IKU 5, the results of lecturers' work are used by the community.

**Keywords:** 'Aisyiyah Branch Leadership; Elderly Friendly Movement; Women's Empowerment;

### PENDAHULUAN

Dampak dari pembangunan berkelanjutan, penduduk lanjut usia (lansia) terus mengalami peningkatan baik dari sisi jumlah maupun proporsi. Perbaikan di bidang kesehatan, akses pendidikan, ketenagakerjaan, kualitas hidup, serta berbagai aspek sosial ekonomi lainnya, telah berpengaruh pada menurunnya angka kematian dan meningkatnya umur harapan hidup. Pada tahun 2030, diperkirakan setidaknya 1 dari 6 penduduk dunia adalah lansia (WHO, 2022). Jumlah penduduk dunia yang berusia 60 tahun ke atas diperkirakan akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Sejak tahun 2021, Indonesia telah memasuki struktur penduduk tua (ageing population), di mana sekitar 1 dari 10 penduduk adalah lansia. Fenomena ageing population bisa menjadi bonus demografi kedua, yaitu ketika proporsi lansia semakin banyak tetapi masih produktif dan dapat

memberikan sumbangan bagi perekonomian negara. Akan tetapi, lansia dapat menjadi tantangan pembangunan ketika tidak produktif dan menjadi bagian dari penduduk rentan (Badan Pusat Statistik, 2022).

Lansia pada dasarnya bisa diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yakni Pra lansia, Lansia, dan Lansia berisiko. Pra lansia adalah mereka yang berusia 45-59 tahun dan sehat jasmani serta rohaninya. Lansia adalah mereka yang sudah mencapai usia 60-65 tahun tapi masih sehat jasmani dan rohaninya. Lansia berisiko ialah orang yang sudah mencapai 60 tahun ke atas dan mengalami gangguan serta masalah Kesehatan. Dari ketiga klasifikasi tersebut kemudian dibagi pula menjadi dua jenis lansia, yaitu lansia produktif dan lansia tidak produktif. Lansia produktif adalah lansia yang sehat jasmani rohani dan masih mampu bekerja dan beraktivitas, sedangkan lansia tidak produktif adalah lansia yang mengalami gangguan kesehatan dan memerlukan bantuan (Elliana et al, 2022).

Terkadang kita berpikir bahwasanya pemaanjaan kepada orangtua adalah sebuah kebaikan. Ketika mereka ingin beraktivitas seperti memasak, membersihkan rumah, atau membuat minum sendiri, seringkali kita cenderung melarang. Larangan tersebut muncul musabab rasa kekhawatiran kita pada orangtua sekaligus pemikiran bahwasanya orangtua sudah saatnya beristirahat dan berbahaya jika terlalu banyak beraktivitas. Padahal perbuatan tersebut sebenarnya keliru. Yang terjadi orangtua malah menjadi tidak produktif. Berdasarkan penelitian dari hasil lapangan di wisma lansia Aisyiyah di beberapa kota, terbukti bahwa para lansia malah cenderung bahagia ketika mereka bisa beraktivitas selagi mereka mau dan mampu. Banyak larangan malah membuat mereka terkekang dan jatuhnya malah jadi tidak bahagia. Perilaku inilah yang kemudian disebut bullying atau perundungan pada orangtua (Pimpinan Wilayah 'Aisyiyah, 2022).

Seseorang saat memasuki masa lanjut usia, sedikitnya ada lima masalah yang biasa mereka hadapi yaitu ; kondisi mental, keterasingan, post power syndrome, masalah ekonomi dan masalah penyakit, sehingga sangat penting pendampingan terhadap lansia. Kondisi mental yang mengalami penurunan dan diseimbangkan dengan membaca Al quran. Banyak ayat Al quran yang mengisyaratkan tentang pengobatan karena Al quran itu sendiri diturunkan sebagai penawar dan Rahmat bagi orang-orang yang mukmin. Sebagaimana yang difirmankan Allah SWT dalam QS. Al Isra/17: 82 : “Dan kami menurunkan Al Qur'an sebagai penawar dan Rahmat untuk orang-orang yang mu'min.”(Pimpinan Pusat 'Aisyiyah, 2022).

Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Cibeureum melalui Gerakan ramah lansia bertujuan untuk memberdayakan lansia menjadi seorang lansia yang produktif, bahagia dan terhindar dari kepikunan. Kegiatan yang dilakukan adalah Kajian Rohani (Pengajian), Pemeriksaan Kesehatan, Edukasi Kesehatan, Baksos dan Pemulasaraan Jenazah. Kegiatan-kegiatan bertujuan untuk membantu lansia bahagia, terhindar dari kepikunan, dan pada akhirnya terhindar dari golongan lansia tidak produktif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan mahasiswa sehingga tujuan kegiatan ini erat kaitannya dengan program MBKM di kategori proyek kemanusiaan. Kegiatan ini juga erat kaitannya dengan pencapaian IKU UMTAS salahsatunya adalah IKU 2, mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus, IKU 3, dosen berkegiatan di luar kampus, dan IKU 5, Hasil kerja dosen digunakan Masyarakat.

## METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Sosialisasi kegiatan  
Sosialisasi kegiatan ini dilakukan kepada mitra terkait materi dan jadwal pelaksanaan serta target peserta kegiatan.
2. Kajian Rohani (Pengajian)  
Pengajian dilakukan secara rutin dalam setiap bulannya di hari Minggu setiap minggu ke-3.
3. Pemeriksaan Kesehatan  
Pemeriksaan Kesehatan yang dilakukan adalah pemeriksaan Berat Badan dan Tinggi Badan, Tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat.
4. Edukasi Kesehatan  
Edukasi Kesehatan diberikan kepada peserta terkait penyakit tidak menular.
5. Baksos  
Baksos diberikan kepada peserta berupa bahan pangan
6. Pelatihan pemulasaraan Jenazah

Pelatihan pemulasaraan jenazah diberikan mulai dari pendampingan di akhir hidupnya, memandikan mayat, mengkafani sampai menyolatkan jenazah.

7. Partisipasi Mitra dalam pelaksanaan program

Mitra pada kegiatan ini adalah Pimpinan Aisyiyah Cibeureum, berpartisipasi dalam pelaksanaan program ini adalah penyediaan tempat kegiatan, peserta kegiatan dan narasumber kajian rohani.

8. Evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan selesai dilaksanakan

Evaluasi keberlanjutan program setelah selesai dilaksanakan akan terus dipantau dan dibina untuk keberlangsungan kegiatannya dan keaktifan kepengurusannya. Monev dilakukan dua kali dalam setahun.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul Gerakan Ramah Lansia (Gerasia) dilaksanakan setiap 1 (satu) kali dalam sebulan, yaitu hari sabtu, pukul 09.00 WIB. yang bertempat di Kantor Sekretariat Pimpinan Cabang Aisyiyah, Cibeureum. Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Cibeureum melalui Gerakan ramah lansia bertujuan untuk memberdayakan lansia menjadi seorang lansia yang produktif, bahagia dan terhindar dari kepikunan dan pada akhirnya terhindar dari golongan lansia tidak produktif. Sejalan dengan hasil penelitian Saadah (2015) yang menyatakan bahwa lansia membutuhkan tempat yang menjadikan diri mereka lebih bermakna, seperti kegiatan keagamaan mapun aktivitas bersama lainnya yang mereka senangi sehingga mereka merasa bahagia dan sejahtera di hari tuanya. Sedangkan menurut Laharwati (2018) kesejahteraan sosial lansia meningkat dilihat dari meningkatnya kondisi kesehatan, psikologis dan sosial lansia. Sehingga kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Kajian Rohani (Pengajian), Pemeriksaan Kesehatan, Edukasi Kesehatan, Baksos dan Pemulasaraan Jenazah.



Gambar 1. Kajian Rohani (Pengajian)



Gambar 2. Pelatihan Pemulasaraan Jenazah

Salah satu dampak yang didapatkan oleh lansia dari hasil pemberdayaan lansia ini yakni melalui pelayanan spiritual. Kebutuhan spiritual merupakan kebutuhan dasar setiap individu untuk mendapatkan keyakinan, harapan dan makna hidup. Sejalan dengan penelitian Putri Asih, dkk (2020) yang mengatakan bahwa spiritualitas dinilai sebagai salah satu dimensi yang penting untuk menilai kualitas hidup sekaligus kondisi menjelang kematian. Kehidupan spiritual yang baik, diyakini dapat

memberikan makna lebih dalam menjalani kehidupan terutama bagi mereka yang menuju usia senja. Pada usia senja, lansia sudah seharusnya menghabiskan waktunya untuk hal-hal yang bermanfaat, terutama tentang agama. Pelayanan keagamaan yang diberikan adalah pengajian dan pemulasaraan jenazah. Pengajian membuat lansia merasakan tentram, pasrah, berserah diri dan rasa nyaman. Pengajian dilakukan secara rutin dalam setiap bulannya di hari Minggu setiap minggu ke-3.

Selain kegiatan keagamaan, kegiatan pemeriksaan dan edukasi Kesehatan dilakukan guna sebagai deteksi dini dan pencegahan penyakit tidak menular pada para lansia. Pemeriksaan kesehatan dilakukan sekitar pukul 09.00-10.00 WIB. Peralatan yang dipersiapkan diantaranya tensimeter digital, glukometer, alat timbang badan, dan alat ukur tinggi badan serta meteran untuk mengukur lingkaran perut. Adapun pemeriksaan kesehatan yang dilakukan yaitu penimbangan berat badan, tinggi badan, cek tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol. Pemeriksaan status gizi dilakukan dengan pengukuran lingkaran perut dan indeks masa tubuh (IMT) yang diinterpretasikan dari pengukuran berat badan dan tinggi badan.



Gambar 3. Pemeriksaan Tinggi Badan dan Gambar 4. Pemeriksaan Berat Badan



Gambar 5. Pemeriksaan Lingkaran Perut dan Gambar 6. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 7. Pemeriksaan Laboratorium (gula darah, kolesterol dan asam urat)





Gambar 8. Edukasi Kesehatan

Dalam upaya pemberdayaan lansia, lansia juga diberikan edukasi kesehatan yang dilaksanakan selama 30 menit. Penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan lansia mengenai penyakit tidak menular terutama hipertensi. Melalui kegiatan edukasi Kesehatan ini, diharapkan dapat menambah pengetahuan dan semangat lansia dalam meningkatkan kesadarannya untuk lebih memperhatikan dirinya terutama dalam hal kesehatannya. Sejalan dengan penelitian Laharwati (2018) yang menyatakankan bahwa sebelum mengikuti posyandu lansia, lansia sering mengalami darah tinggi karena kebiasaan yang tidak dapat menjaga pola makannya. Setelah mengikuti posyandu lansia, tekanan darah lansia rata-rata dalam kondisi stabil. Kondisi ini disebabkan lansia yang selalu memperoleh informasi mengenai kesehatan dirinya dari petugas kesehatan. Setelah semua kegiatan selesai dilaksanakan diakhiri dengan kegiatan baksos pemberian sembako.



Gambar 9. Baksos

## SIMPULAN

Pemberdayaan perempuan dalam program Gerakan Ramah Lansia memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup perempuan lansia. Dengan keterampilan yang diperoleh, mereka tidak hanya mampu meningkatkan kesejahteraan diri, tetapi juga memberikan kontribusi positif kepada masyarakat.

## SARAN

Oleh karena itu, kami merekomendasikan agar program pemberdayaan ini diperluas dengan pendekatan yang lebih inklusif, seperti:

1. Peningkatan akses teknologi untuk perempuan lansia.
2. Penyediaan lebih banyak pelatihan yang sesuai dengan kebutuhan perempuan lansia
3. Peningkatan kerjasama dengan berbagai pihak untuk mendukung keberlanjutan program.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2022). Statistik Penduduk Lanjut Usia. [Cited 29 November 2023]. Badan Pusat Statistik (bps.go.id)
- Elliana NB, Mansyarif R, Ode WSA, Sartina, Ode WFSH, Sri AH, et all. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. J Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat;1(12):3495-3502
- Nurus Saadah, dkk. (2015). Menata Kehidupan Lansia: Suatu Langkah Responsif untuk Kesejahteraan Keluarga (Studi pada Lansia Desa Mojolegi Bantul Yogyakarta). Jurnal Ilmiah Sosiologi Agama. Vol 9, No. 2, Juli-Desember.
- Putri Asih, dkk. (2020). Hubungan Kesehatan Spiritual Lansia dengan Persiapan Menghadapi Kematian. Prosiding Seminar Nasional Keperawatan. Vol 6, No 1. ISSN: (p) 2477-1597, (e) 2685-4449.
- Pimpinan Pusat 'Aisyiyah. (2022). Panduan Pelaksanaan Perawatan Lanjut Usia (Lansia). Yogyakarta.
- Pimpinan Wilayah 'Aisyiyah. (2022). Pentingnya Care Giver Lansia. Bandung.
- Rahayu Dwi Laharwati. (2018). Pelaksanaan Posyandu Lansia Melati dalam Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Lansia di Dusun Boyong, Desa Hargobinangun. Jurnal Pendidikan Luar Sekolah. Vol VII No 7.