



**Nabila Maharani<sup>1</sup>**  
**Rentaida Fellyesa**  
**Munthe<sup>2</sup>**  
**Fitri Salsabila<sup>3</sup>**  
**Geovani Adalina**  
**Kaberti Br Sitepu<sup>4</sup>**  
**Ela Saputri<sup>5</sup>**

## PERAN SEKOLAH LANSIA MANDIRI DALAM PENGEMBANGAN LANSIA YANG MANDIRI

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran Sekolah Lansia BKL Mandiri di Kelurahan Petisah Tengah dalam mengembangkan kemandirian, kesehatan mental, dan kesejahteraan sosial lansia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, melalui teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap peserta lansia, kader pengelola, serta tenaga kesehatan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan secara rutin, seperti senam lansia, penyuluhan kesehatan, penguatan spiritual, pelatihan keterampilan sederhana, serta rekreasi bersama, mampu membantu lansia tetap aktif secara fisik, mental, sosial, dan emosional. Interaksi sosial yang terbangun selama pelaksanaan kegiatan memberikan rasa kebersamaan, mengurangi rasa kesepian, serta meningkatkan kepercayaan diri dan efikasi diri lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Selain itu, Sekolah Lansia BKL Mandiri juga berperan dalam memperkuat partisipasi sosial dan pelestarian nilai budaya melalui kegiatan seperti pengajian dan latihan angklung yang menumbuhkan kebanggaan dan kesadaran akan kemampuan diri. Meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan sarana dan ketidakstabilan kondisi kesehatan peserta, semangat gotong royong dan dukungan kader membuat program tetap berjalan kondusif. Dengan demikian, Sekolah Lansia BKL Mandiri terbukti menjadi wadah pemberdayaan lansia yang efektif dalam mewujudkan lansia yang sehat, mandiri, produktif, dan sejahtera.

**Kata kunci :** Lansia, Peran , Sekolah Lansia Mandiri.

### Abstract

This study aims to examine the role of the Independent Elderly School (Sekolah Lansia BKL Mandiri) in Kelurahan Petisah Tengah in developing independence, mental well-being, and social welfare among the elderly. This research employed a qualitative descriptive method using observation, in-depth interviews, and documentation involving elderly participants, program facilitators, and supporting health workers. The findings indicate that routine learning activities such as elderly exercise, health education, spiritual strengthening, simple skill training, and group recreation help the elderly remain physically, mentally, socially, and emotionally active. The social interactions formed within the activities foster a sense of belonging, reduce loneliness, and enhance self-confidence and self-efficacy in daily living. Moreover, the Independent Elderly School plays an important role in strengthening social participation and preserving cultural values through activities such as group discussions, religious gatherings, and angklung training, which instill pride and awareness of personal abilities. Despite certain challenges, such as limited facilities and fluctuating physical conditions of participants, the program continues to run effectively due to mutual support and the commitment of facilitators. Therefore, the Independent Elderly School serves as an effective empowerment model to support elderly individuals in becoming healthy, independent, productive, and socially prosperous.

**Keywords :** Elderly, Role, Independent Elderly School.

<sup>1,2,3,4,5)</sup> Pendidikan Masyarakat, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan  
 email: maharaninabila0908@gmail.com<sup>1</sup>, fellyessamunthe@gmail.com<sup>2</sup>, fitrisalsabila0509@gmail.com<sup>3</sup>,  
 geovanikaberti@gmail.com<sup>4</sup>, ellasaputri2384@gmail.com<sup>5</sup>

## PENDAHULUAN

Penuaan adalah suatu hal yang terjadi secara alami dan disertai dengan penurunan kondisi fisik, mental, dan sosial yang saling memengaruhi satu sama lain (Sumardin et al., 2020). Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan bagi lansia secara keseluruhan, terutama terkait dengan kesehatan mental. Lansia termasuk kelompok yang rentan terhadap risiko yang berkaitan dengan faktor biologis, sosial, lingkungan, serta pola hidup dan perilaku (Budiono, 2021). Proses penuaan sebaiknya dihadapi dengan sikap bijaksana agar para lansia dapat menjalani masa tua mereka dalam keadaan sehat dan penuh kebahagiaan. Pertumbuhan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia menjadi tantangan sosial yang cukup besar di masa kini. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2025 jumlah lansia diperkirakan mencapai sekitar 33,7 juta orang, atau sekitar 11,8% dari seluruh penduduk. Peningkatan ini mencerminkan tren penuaan populasi yang sedang berlangsung di Indonesia. Dan berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan bahwa pada tahun 2045 yang dikenal sebagai periode Indonesia Emas jumlah lansia akan meningkat hingga 65,82 juta jiwa, atau sekitar 20,31% dari total populasi dan diproyeksikan terus meningkat hingga membentuk struktur masyarakat menua (ageing population).

Namun pendekatan terhadap lansia selama ini masih bersifat pasif dan berorientasi pada perawatan, bukan pemberdayaan. Padahal, lansia juga memiliki potensi untuk tetap aktif dan mandiri jika diberikan ruang dan kesempatan. Kondisi ini menuntut adanya pendekatan yang tepat dalam menjamin kualitas hidup lansia, terutama dalam aspek kemandirian, kesehatan, dan partisipasi sosial. Lansia sering kali menghadapi berbagai permasalahan, seperti kesepian, penurunan fungsi fisik dan kognitif, hingga keterbatasan dalam akses pendidikan dan kegiatan produktif.

Dalam konteks ini, kehadiran Sekolah Lansia Mandiri menjadi inovasi strategis dalam pemberdayaan lansia melalui pendekatan pendidikan nonformal yang menekankan pada prinsip pendidikan sepanjang hayat (lifelong education). Sekolah Lansia tidak hanya memberikan pengetahuan dan keterampilan praktis yang berguna dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menjadi sarana bagi lansia untuk berinteraksi sosial, menjaga kesehatan mental, serta menumbuhkan rasa percaya diri dan kemandirian (Tisfah, et al. 2025). Program Sekolah Lansia Mandiri terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup lansia. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Basmalah (2023) dalam jurnal Inovasi Sekolah Lansia dalam Mewujudkan Lansia Mandiri dan berkemajuan menunjukkan bahwa program ini berhasil membentuk lansia yang Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif, dan Bermartabat melalui pembelajaran tentang kesehatan, sosial, dan spiritual secara berkesinambungan. cantumkan dapusnya. Selain itu, studi lain oleh Manurung et al. (2024) memperkuat bahwa Sekolah Lansia memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan partisipasi sosial lansia melalui pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, interaktif, dan relevan dengan kehidupan mereka.

Aktivitas yang dilakukan tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga membangun rasa percaya diri lansia dalam berkomunikasi, mengambil keputusan, dan menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih mandiri. Melalui proses pembelajaran yang partisipatif, lansia didorong untuk terlibat secara aktif dalam diskusi, berbagi pengalaman, dan melakukan kegiatan kelompok yang memperkuat solidaritas sosial. Hal ini mendorong peningkatan rasa memiliki dan keterikatan terhadap komunitas, yang pada gilirannya mengurangi rasa kesepian dan isolasi sosial yang kerap dialami oleh kelompok usia ini. Sekolah Lansia Mandiri (SLM) yang dirancang berdasarkan kebutuhan nyata para lansia mencakup berbagai aspek penting, mulai dari pengelolaan kesehatan fisik dan mental, penguatan aspek sosial dan emosional, pembinaan spiritualitas, hingga peningkatan keterampilan ekonomi sederhana yang dapat menunjang kemandirian finansial. Pendekatan ini tidak hanya memberi lansia bekal praktis untuk menjalani masa tua dengan lebih bermakna, tetapi juga memosisikan mereka sebagai individu yang tetap berdaya dan produktif di masyarakat.

Penelitian ini memfokuskan kajian peran SLM pada Sekolah Lansia Bina Keluarga Lansia (BKL) Mandiri yang berlokasi di Kampung Sejahtera, Kelurahan Petisah Tengah, Kecamatan Medan Petisah, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara. Program ini merupakan bagian dari upaya penguatan kualitas hidup lanjut usia melalui pembelajaran nonformal yang diprakarsai oleh Ibu Ren Pane, selaku Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) Kecamatan Medan Petisah, serta didukung aktif oleh Pokja Kampung KB, Kelurahan, Puskesmas, dan Perwakilan BKKBN Provinsi Sumatera Utara. Hasil observasi lapangan

menunjukkan bahwa Sekolah Lansia BKL Mandiri melibatkan sekitar 25 peserta aktif dengan rentang usia 60 hingga 78 tahun, yang didominasi oleh ibu rumah tangga dan pensiunan di sekitar kelurahan. Kegiatan pembelajaran dilaksanakan satu kali setiap bulan di aula kelurahan, mencakup aspek kesehatan fisik dan mental (seperti senam lansia dan edukasi gizi), penguatan spiritual, dan pelatihan keterampilan sederhana, seperti bermain alat musik angklung, untuk melatih kekompakan dan koordinasi. Terdapat juga kegiatan luar ruangan seperti rekreasi dan pendampingan BKKBN dalam program “SIDAYA” Lanjut Usia Berdaya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam peran Sekolah Lansia BKL Mandiri dalam mengembangkan kemandirian lansia. Menurut Moleong (2019), penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, tindakan, dan motivasi, secara holistik, serta dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Lansia BKL Mandiri yang berlokasi di Kelurahan Petisah Tengah, Kecamatan Medan Petisah.

Subjek penelitian adalah peserta Sekolah Lansia yang berjumlah sekitar 25 orang dengan rentang usia 60 hingga 78 tahun, serta kader pengelola program dan tenaga pendukung dari Puskesmas dan BKKBN. Data dikumpulkan melalui observasi langsung selama kegiatan pembelajaran berlangsung, wawancara mendalam dengan lansia dan pengelola, serta dokumentasi berupa catatan kegiatan dan foto pelaksanaan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pendekatan analisis ini memungkinkan peneliti untuk memahami makna pengalaman lansia secara holistik, baik dalam aspek fisik, sosial, maupun emosional yang muncul selama mengikuti kegiatan sekolah lansia. Dengan demikian, hasil penelitian yang diperoleh mampu memberikan gambaran nyata mengenai manfaat, dinamika, serta hambatan dalam pelaksanaan program pemberdayaan lansia tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Sekolah Lansia Bina Keluarga Lansia (BKL) Mandiri di Kelurahan Petisah Tengah, kegiatan pembelajaran dilaksanakan secara rutin satu kali setiap bulan dan diikuti oleh kurang lebih 25 peserta lansia dengan rentang usia 60 hingga 78 tahun. Peserta sebagian besar merupakan ibu rumah tangga dan pensiunan yang berdomisili di lingkungan sekitar. Kegiatan dipusatkan di aula kelurahan dan difasilitasi oleh kader BKL, tenaga kesehatan dari Puskesmas Petisah, serta narasumber dari BKKBN Provinsi Sumatera Utara. Materi pembelajaran disampaikan secara sederhana dan komunikatif, menyesuaikan kondisi fisik dan psikologis peserta agar lebih mudah dipahami. Kegiatan yang diberikan meliputi senam lansia, edukasi gizi dan kesehatan fisik, penyuluhan pola hidup bersih, penguatan mental dan spiritual melalui pengajian atau doa bersama, serta pelatihan keterampilan sederhana seperti latihan bermain angklung. Selain itu, terdapat pula kegiatan rekreasi di luar ruangan seperti berenang dan kunjungan ke taman kota yang bertujuan memperkuat hubungan sosial dan menjaga kebugaran fisik lansia.

Hasil wawancara dengan beberapa lansia menunjukkan bahwa keberadaan sekolah lansia ini memberikan dampak psikologis yang signifikan. Para peserta merasa lebih bahagia, percaya diri, dan memiliki semangat baru dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Sebagian lansia mengaku sebelumnya sering merasa kesepian, terutama mereka yang telah kehilangan pasangan atau tinggal sendiri di rumah. Setelah mengikuti kegiatan secara rutin, mereka merasa memiliki tempat untuk berbagi cerita, bercanda, dan berinteraksi dengan orang-orang seusia mereka. R (68 tahun) menyampaikan bahwa mengikuti Sekolah Lansia membuat dirinya tidak lagi merasa sendiri, karena ia dapat bertemu teman dan merasa seperti memiliki keluarga baru. C (62 tahun) juga menyatakan bahwa latihan angklung bukan hanya sekadar hiburan, tetapi membuatnya bersemangat dan merasa lebih hidup.

Kegiatan ini menjadi ruang sosial yang membantu lansia membangun kembali keceriaan dan hubungan sosial yang mungkin sebelumnya memudar. Namun, hasil observasi juga menunjukkan adanya beberapa kendala dalam pelaksanaan program. Keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran menyebabkan variasi kegiatan belum maksimal. Selain itu, kehadiran peserta tidak selalu stabil karena kondisi kesehatan lansia yang mudah menurun, jarak tempat

tinggal, serta faktor cuaca yang sering memengaruhi kemampuan mereka untuk datang ke lokasi pertemuan. Walaupun demikian, semangat gotong royong antar peserta dan dukungan kader BKL membuat kegiatan tetap berjalan secara teratur dan kondusif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sekolah Lansia BKL Mandiri berperan penting sebagai wadah pemberdayaan sosial dan emosional bagi lansia. Program ini tidak hanya difungsikan sebagai sarana pembelajaran, tetapi juga sebagai ruang interaksi yang memperkuat rasa kebersamaan dan mencegah isolasi sosial. Kegiatan yang diberikan dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan lansia untuk tetap aktif secara mental, fisik, dan sosial. Proses ini berdampak pada meningkatnya kepercayaan diri dan efikasi diri lansia, di mana para peserta merasa masih mampu berperan dalam masyarakat dan memiliki kemampuan untuk beraktivitas mandiri. Dengan adanya dukungan kelompok, lansia merasa dihargai dan diterima, sehingga hal ini memperkuat kesehatan mental dan emosional mereka. Selain itu, penguatan spiritual melalui pengajian dan doa bersama juga memberikan keseimbangan dalam kehidupan lansia. Spiritualitas menjadi sumber ketenangan dan penerimaan diri dalam menghadapi proses penuaan.

Kegiatan rekreasi dan pelatihan keterampilan seperti bermain angklung menunjukkan bahwa lansia masih dapat berkarya dan mengembangkan potensi diri. Melalui aktivitas kelompok ini, muncul rasa bangga dan kesadaran bahwa mereka tetap memiliki kemampuan yang berharga. Di sisi lain, keterlibatan lansia dalam kegiatan yang bersifat kolaboratif memperkuat solidaritas dan persaudaraan di antara peserta, sehingga tercipta komunitas yang saling mendukung secara emosional.

Hasil serupa juga ditemukan dalam studi oleh Manurung et al. (2024), yang menegaskan bahwa SLM mampu meningkatkan kepercayaan diri, kesejahteraan emosional, dan partisipasi sosial lansia. Lansia yang mengikuti program ini dilaporkan menjadi lebih aktif dalam kegiatan komunitas dan mampu mengambil keputusan secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

### **Meningkatkan Efikasi Diri Melalui Kegiatan Belajar Mandiri**

SLM berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri lansia, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengelola hidup dan mengambil keputusan secara mandiri. Melalui pembelajaran yang bersifat dialogis dan kontekstual, lansia mampu menyadari potensi yang mereka miliki. Program ini juga mendorong partisipasi aktif lansia dalam kegiatan sosial, sehingga mereka tidak merasa terisolasi. Dalam jurnal "Pengaruh Partisipasi dalam Komunitas dan Aktivitas Belajar Mandiri terhadap Efikasi Diri pada Lansia" oleh Putri (2023) Bahwa aktivitas pembelajaran secara mandiri memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan rasa percaya diri dan kemampuan lansia dalam mengelola diri mereka sendiri. Artinya, lansia yang aktif dalam mengevaluasi diri, mencari informasi, dan belajar secara mandiri cenderung memiliki kepercayaan diri lebih tinggi dalam mengambil keputusan hidup sehari-hari, seperti Membantu lansia merasa tetap berdaya dan bernilai, Meningkatkan semangat untuk menjaga kesehatan, Menumbuhkan motivasi untuk tetap produktif secara sosial maupun ekonomi dan Meminimalisasi rasa ketergantungan pada orang lain Hal ini sejalan dengan temuan Manurung et al. (2024) yang menunjukkan bahwa partisipasi dalam SLM meningkatkan rasa percaya diri serta keterlibatan lansia dalam komunitas sosial.

### **Meningkatkan Kesejahteraan Lansia, Terutama Dalam Aspek Kesehatan Mental, Kemandirian, Produktivitas, Dan Pelestarian Budaya**

Kesehatan mental lansia menjadi perhatian utama karena banyak lansia mengalami kesepian dan isolasi sosial. Masalah ini dapat diatasi melalui aktivitas sosial seperti program Sekolah Lansia yang dirancang oleh pemerintah. Sekolah Lansia memiliki potensi besar dalam mendorong lansia agar produktif, mandiri, dan berkemajuan. Salah satu peran penting lansia adalah berkontribusi dalam enkulturasasi budaya dan pelestarian budaya lokal, melalui pembelajaran nilai-nilai kearifan lokal, tradisi, dan warisan budaya. SLM juga menjadi ruang untuk pelestarian nilai-nilai budaya dan aktivitas produktif, seperti kerajinan tangan, seni lokal, dan tradisi komunitas. Lansia diajak untuk tetap aktif secara fisik dan mental melalui kegiatan yang bernilai produktif. Dalam penelitian Basmalah (2023), disebutkan bahwa Sekolah Lansia bukan hanya program pengisi waktu, tetapi merupakan inovasi strategis untuk mewujudkan lansia yang mandiri, sehat mental, dan berdaya budaya. Dalam konteks ini, pelestarian budaya dan aktivitas produktif menjadi dua dimensi penting yang ditekankan. Program ini memungkinkan lansia untuk menjadi agen pelestari budaya sekaligus tetap aktif secara sosial dan intelektual di usia lanjut. Lansia tidak hanya menjadi peserta pasif dalam program Sekolah Lansia, tetapi juga berperan aktif dalam mentransmisikan nilai-nilai budaya, adat istiadat, dan

kearifan lokal kepada generasi muda dan sesama lansia. Ini merupakan bentuk enkulturasian budaya, yaitu proses pembudayaan kembali nilai-nilai lokal agar tidak hilang, yang sangat penting terutama di era globalisasi. Sekolah Lansia memberikan ruang dan kesempatan kepada lansia untuk tetap produktif, baik secara fisik (dalam kegiatan harian atau ekonomi ringan), sosial (berpartisipasi dalam kelompok belajar, diskusi, dan kegiatan komunitas), maupun intelektual (mempelajari hal baru). Dengan lansia dapat mempertahankan rasa harga diri, menghindari ketergantungan, dan menjadi teladan bagi keluarga serta masyarakat.

### **Meningkatkan Kesejahteraan Emosional & Sosial**

Interaksi sosial yang terbangun dalam SLM berperan besar dalam meningkatkan kesejahteraan emosional lansia. Lingkungan belajar yang supportif dan kebersamaan dalam kelompok memberikan dukungan psikososial yang sangat dibutuhkan. Lansia merasa memiliki teman sebaya, dapat berbagi pengalaman, dan merasa lebih tenang secara emosional. Dalam penelitian Manurung, P. A. (2024) berjudul Upaya program sekolah lansia dalam meningkatkan kesejahteraan lansia (Studi Sekolah Lansia Selaras Desa Tandem Hulu II). menjelaskan bagaimana Program Sekolah Lansia memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan para lansia, terutama dalam hal kehidupan sosial dan emosional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberadaan Sekolah Lansia Mandiri telah menjadi wadah bagi lansia untuk menyalurkan minat, mengasah bakat dan keterampilan, sekaligus memperoleh pengetahuan mengenai gaya hidup sehat dan membangun hubungan sosial yang positif. Program-program yang ditawarkan menarik perhatian lansia karena mendorong mereka menjadi pribadi yang lebih produktif, aktif secara sosial, dan memiliki pengetahuan yang memadai di usia tua. dengan meningkatkan kesejahteraan emosional dan sosial, jurnal ini menjelaskan bahwa para lansia tidak hanya mendapatkan manfaat dari sisi keterampilan, tetapi juga dari sisi interaksi sosial yang terbangun melalui kegiatan bersama, seperti belajar kelompok, diskusi, dan pelatihan bersama. Rasa terhubung dan dihargai dalam lingkungan sosial melalui program ini terbukti mengurangi rasa kesepian, isolasi, dan kebosanan yang kerap dialami di masa tua. Di samping mengikuti Sekolah Lansia, keterlibatan lansia dalam kegiatan seperti posyandu lansia, pengajian rutin, majelis ta'lim, dan program PKK turut memperkuat aspek kesejahteraan sosial mereka.

Hal ini menunjukkan bahwa Sekolah Lansia tidak hanya sebagai wadah edukasi, tetapi juga sebagai media pemberdayaan emosional dan sosial, di mana lansia merasa lebih percaya diri, dihargai, dan tetap berguna dalam komunitas. Dengan demikian, Sekolah Lansia mandiri terbukti menjadi intervensi yang efektif dalam menciptakan lansia yang tidak hanya sehat secara fisik, emosional dan sosial tetapi juga sejahtera, karena mampu menjaga koneksi sosial yang bermakna dan meningkatkan kualitas hidup mereka di masa tua.

Hasil penelitian bahwa Sekolah Lansia BKL Mandiri berperan sebagai ruang pemberdayaan yang memberikan dampak positif terhadap kemandirian, kesehatan mental, dan kualitas hidup lansia. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan secara rutin, seperti senam, penyuluhan kesehatan, penguatan spiritual, serta pelatihan keterampilan sederhana, mampu membantu lansia tetap aktif secara fisik, sosial, dan emosional. Keikutsertaan dalam kegiatan sekolah lansia membuat para peserta merasa lebih bersemangat, memiliki tempat berbagi, dan terhindar dari rasa kesepian. Interaksi sosial yang terbangun di dalam kelompok memberikan rasa dihargai dan diakui, sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri serta keyakinan lansia terhadap kemampuan dirinya dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Selain itu, Sekolah Lansia BKL Mandiri juga meningkatkan partisipasi sosial serta mendorong lansia berperan sebagai agen pelestari nilai budaya dan kearifan lokal. Kegiatan seperti latihan angklung, pengajian, diskusi kelompok, dan rekreasi bersama memperkuat hubungan emosional antar peserta sehingga tercipta rasa kebersamaan dan solidaritas yang kuat. Meskipun terdapat beberapa kendala seperti keterbatasan sarana dan kondisi kesehatan peserta yang tidak stabil, semangat gotong royong dan dukungan kader membuat program tetap berjalan dengan baik. Dengan demikian, Sekolah Lansia Mandiri terbukti mampu menjadi intervensi yang efektif dalam mewujudkan lansia yang sehat, mandiri, produktif, dan sejahtera di masa tua.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Sekolah Lansia BKL Mandiri di Kelurahan Petisah Tengah berperan sebagai wadah pemberdayaan lansia yang mampu meningkatkan kemandirian, kesehatan mental, dan kesejahteraan sosial. Melalui kegiatan rutin seperti senam lansia, penyuluhan kesehatan, penguatan spiritual, pelatihan keterampilan

sederhana, serta rekreasi bersama, para lansia dapat tetap aktif secara fisik, mental, dan sosial. Program pembelajaran yang dilakukan secara komunikatif dan sesuai dengan kondisi lansia memberikan ruang bagi peserta untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman, dan menjalin hubungan sosial yang hangat.

Hal ini berdampak pada meningkatnya rasa percaya diri, efikasi diri, motivasi hidup, serta berkurangnya rasa kesepian dan isolasi sosial. Selain itu, program ini turut mendorong lansia untuk berperan aktif dalam pelestarian budaya dan penguatan nilai kebersamaan di lingkungan komunitas. Kegiatan seperti latihan angklung, pengajian, dan diskusi kelompok memperkuat solidaritas serta menciptakan suasana kekeluargaan di antara peserta. Meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan fasilitas dan kondisi kesehatan peserta yang fluktuatif, dukungan kader dan semangat gotong royong memungkinkan kegiatan tetap berjalan secara teratur. Dengan demikian, Sekolah Lansia BKL Mandiri terbukti efektif sebagai intervensi sosial yang mampu menciptakan lansia yang sehat, produktif, mandiri, serta sejahtera secara fisik, emosional, dan sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Proyeksi penduduk Indonesia 2020–2045: Hasil SUPAS 2015. Jakarta: BPS. Diakses dari <https://www.bps.go.id>
- Basmalah, M. (2024, March). Inovasi Sekolah Lansia Dalam Mewujudkan Lansia Mandiri Dan Berkemajuan. In Prosiding University Research Colloquium.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371–379.
- Hutahaean, E. S. H., Nugraha, S., Fitriani, Y., Merida, S. C., & Febrieta, D. (2024). Pemberdayaan Lansia Melalui Program Pendidikan Sepanjang Hayat. *Jurnal Psikologi Atribusi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 8-14.
- Manurung, P. A. (2024). Upaya program sekolah lansia dalam meningkatkan kesejahteraan lansia (Studi Sekolah Lansia Selaras Desa Tandem Hulu II). *JURNAL ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK*, 4(1), 21-26.
- MardayantiM., dkk. (2024). Edukasi Kewirausahaan Bagi Lansia Di Kota Pekalongan: Menuju Kemandirian Finansial. *JEPEMas: Jurnal Pengabdian Masyarakat (Bidang Ekonomi)*, 3(2), 19-13.
- Putri, F. E. (2023). Pengaruh partisipasi dalam komunitas dan aktivitas belajar mandiri terhadap efikasi diri pada lansia: Studi pada Sekolah Lansia di Kota Bandung Tesis Magister, Universitas Pendidikan Indonesia Repository.
- Sumardin, A. R., Arafat, R., & Syahrul, S. (2020). Pelayanan Home Care Pada Pasien Lanjut Usia: Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 216. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.8581> 4.
- Tisfah, M., Suryadi, S., Turasih, T., Febriyanto, A., & Khikmawati, N. (2025). Program Sekolah Lansia Flamboyan dalam Membentuk Kemandirian Lansia di Desa Matangaji Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon. *AL-UKHWAH- Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 13-28.
- Viantry, P., Sargowo, D., & Puspitarini, M. D. (2025). Pemberdayaan Komunita Lansia: Pendidikan Gizi pada Sekolah Lansia SMART Kota Malang. *ABDIMASKU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(2), 573-581.
- Widiyawati, W. & Sari. (2020). Keperawatan Gerontik. Literasi Nusantara.