

Program Golansia pada Pengembangan Psikoedukasi Keluarga dalam Meningkatkan Latagis (Lansia Tangguh Psikologis) di Wilayah Kerja Ranting Aisyiyah Patrang Jember

Susi Wahyuning Asih^{1*}, Dian Ratna Elmaghfuroh¹, Wulan Maulida¹, Fatimatus Zahro¹

¹Universitas Muhammadiyah Jember

susiwahyuningasih@unmuhjember.ac.id

Abstrak

Peningkatan masalah kesehatan baik fisik maupun psikologis pada lansia di mitra menjadi perhatian khusus. Permasalahan kesehatan mitra antara lain meningkatnya risiko masalah kesehatan psikologis dan belum adanya program kegiatan untuk menjaga kesehatan psikologis lansia. Program Golansia pada Psikoedukasi Keluarga adalah program pendekatan kesehatan lansia dalam pendidikan kesehatan psikologis yang dikembangkan untuk meningkatkan kekuatan kesehatan psikis lansia. Program Golansia ini dikembangkan sesuai dengan renstra pengabdian Unmuh Jember dan kebijakan pemerintah terkait pemeliharaan kesehatan lansia. Program ini bekerja sama dengan Pimpinan Ranting Aisyiyah Patrang bidang Kesehatan Lansia di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang Jember. Metode yang akan digunakan untuk mencapai tujuan tersebut adalah 1) edukasi; 2) praktek psikoedukasi keluarga; dan 3) pendampingan psikoedukasi keluarga pada lansia dan keluarga melalui pengajian atau majelis kesehatan Aisyiyah dengan evaluasi pada proses dan hasil dari kegiatan Program Golansia pada lansia untuk meningkatkan Latagis bersama Keluarga. Hasil dari kegiatan ini didapatkan peningkatan pengetahuan baik sebesar 47,1 %. Luaran dari kegiatan ini diharapkan adanya keberlanjutan pada keluarga yang memberikan psikoedukasi pada Lansia sehingga terbentuk Lansia Tangguh Psikologis di Wilayah Kerja Ranting Aisyiyah Patrang Kabupaten Jember.

Kata Kunci: Go Lansia, Lansia Tangguh, Psikoedukasi, Psikologis

Abstract

Increasing health problems both physical and psychological in elderly partners are of particular concern. Partners' health problems include the increased risk of psychological health problems and the absence of an activity program to maintain the psychological health of the elderly. The Golansia Program in Family Psychoeducation is an elderly health approach program in psychological health education that was developed to increase the mental health strength of the elderly. The Golansia program was developed following the Unmuh Jember community service strategic plan and government policies regarding elderly health care. This program collaborates with the Head of the Aisyiyah Patrang Branch in the field of Elderly Health in the Patrang Village, Patrang District, Jember. The methods that will be used to achieve these goals are 1) education; 2) family psychoeducation practice; and 3) family psychoeducation assistance for the elderly and families through Aisyiyah recitation or health councils with an evaluation of the processes and results of the Golansia Program activities for the elderly to improve Latagis with the Family. The results of this activity obtained an increase in good knowledge of 47.1%. The output of this activity is that it is hoped that there will be continuity for families who provide psychoeducation to the elderly so that psychologically resilient elderly people are formed in the Working Area of the Aisyiyah Patrang Branch, Jember Regency.

Keywords : community service, SIGA, stunting

Corresponding Author

Nama : Susi Wahyuning Asih

Email : susiwahyuningasih@unmuhjember.ac.id



This is an open access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Copyright (c) 2023 by the Author(s)

I. PENDAHULUAN

Masalah kondisi fisik dan mental lansia menjadi perhatian lebih bagi keluarga dan pelayanan kesehatan. Berdasarkan data terakhir sampai dengan 20 Juni 2020 persentase yakni sebesar 13,8 % lansia positif, 11,7 % dirawat/disolasi, 12,5 % sembuh, dan sebesar 43,7 % meninggal (Marcelina, 2020). Kelompok lansia (> 60 %) menjadi kelompok dengan kasus kematian terbanyak akibat Psikoedukasi (50%). Rasio fatalitas kasus kelompok lansia 4 kali lipat lebih tinggi (12 %) dibandingkan kelompok umur lainnya (Margarini, 2021). Adanya komorbid juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan tingginya angka kesakitan dan kematian pada kelompok lansia.

Selain dampak fisik, pandemi juga menyebabkan dampak secara psikis bagi lansia. Dirk (2021) menyebutkan kondisi psikologi yang banyak dialami oleh lansia diantaranya seperti kecemasan, ketakutan, sedih hingga depresi. Adanya ketidakpastian berakhirnya pandemi serta beberapa adaptasi baru selama pandemi menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan kesehatan secara psikologis pada lansia (Dewi, 2019; Raudhoh and Pramudiani, 2021).

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lansia mengalami perubahan kondisi kerentanan (frailty) secara klinis, dimana terjadi ketergantungan dan/atau kematian ketika terpapar terhadap stressor yang berdampak pada masalah fisik dan psikis. Kerentanan adalah suatu proses yang sejalan dengan menurunnya kapasitas fungsi tubuh pada proses penuaan. Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Secara biologis, perubahan hormon dan fisik karena proses degeneratif membuat tubuh lansia semakin lemah. Dengan kemampuan regeneratif yang terbatas, lansia lebih rentan terhadap berbagai penyakit, sindroma dan kesakitan dibandingkan dengan tahap usia dewasa lain. Selain secara biologis, proses degeneratif pada lansia juga terjadi secara psikologis (Kholifah, 2016). Faktor internal yang menjadi penyebab perubahan psikologis lansia selain proses degeneratif seperti perubahan secara kognitif dan emosional tetapi faktor eksternal seperti kehilangan dan kondisi lingkungan juga memperberat kondisi kesehatan psikologis lansia (Putri and Cahyanti, 2020).

Berdasarkan UU No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan, upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia harus ditujukan untuk menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomis. Upaya-upaya pemeliharaan kesehatan lansia dilakukan di tataran klinis dan komunitas (Kusumaningrum, Rachma and Asyanti, 2021; Raudhoh and Pramudiani, 2021). Salah satu bentuk pelayanan kesehatan lansia di area komunitas adalah majelis kesehatan Aisyiyah. Majelis kesehatan Aisyiyah atau kelompok usia lanjut adalah merupakan suatu bentuk pelayanan kesehatan bersumber daya masyarakat atau UKBM yang dibentuk oleh masyarakat berdasarkan inisiatif dan kebutuhan itu sendiri khususnya pada penduduk usia lanjut. Kegiatan umum yang dilakukan meliputi pemeriksaan kesehatan, edukasi, pengobatan dasar, dan kegiatan lain yang disesuaikan dengan kebutuhan lansia (Halid, Hadi and Utomo, 2023). Lansia baik secara fisik dan psikologis dan kebijakan terkait upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia maka kegiatan program kemitraan masyarakat stimulus akan bekerja sama dengan Majelis Kesehatan Aisyiyah PRA Patrang yang mana kegiatan akan berfokus pada

inovasi kegiatan sesuai kebutuhan pada majelis kesehatan Aisyiyah yang tersedia guna menjaga dan mempertahankan kesehatan fisik dan psikis pada lansia khususnya di kelurahan Patrang Kecamatan Patrang Jember.

II. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian edukasi melalui presentasi, tanya jawab tentang Psikoedukasi dilanjutkan dengan pelatihan dan pendampingan keluarga untuk membentuk Latagis (Lansia Tangguh Psikologis). Adapun kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini terangkum dalam gambar 1 berikut.



Gambar 1. Alur Metode Pelaksanaan

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengenalan Program Golansia pada Pengembangan Psikoedukasi Keluarga dalam Meningkatkan Latagis (Lansia Tangguh Psikologis)

Sosialisasi kepada anggota Aisyiyah Ranting Patrang dilakukan pada tanggal 7 dan 14 Mei 2023 yang diikuti oleh sekitar 34 ibu-ibu pengajian Aisyiyah Ranting Patrang. Kegiatan diawali dengan *pre test* untuk mengukur pengetahuan peserta tentang Psikoedukasi pada Lansia. Yang selanjutnya dilakukan pemaparan materi dan diskusi tanya jawab dan *post test*. Pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan lancar. Antusiasme dari peserta selama mengikuti kegiatan edukasi pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan lansia tangguh psikologis.

Temuan sementara yang didapatkan pada kegiatan edukasi tentang program Golansia pada pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan Lansia Tangguh psikologis adalah pengetahuan keluarga dalam melaksanakan program Golansia. Adapun hasil Profil Pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tercantum pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Profil Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi

No.	Nilai	Interpretasi	Pre Test		Post Test	
			n	%	n	%
1.	0-33	Kurang	21	61,8	6	17,7
2.	34-77	Cukup	11	32,4	10	29,4
3	78-100	Baik	2	5,8	18	52,9
Total			34	100	34	100

Berdasarkan tabel 1, diketahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang program Golansia pada pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan Lansia Tangguh psikologis adalah terdapat peningkatan pada pengetahuan yang baik sebesar 47,1%. Nilai ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian materi secara langsung telah terjadi peningkatan pengetahuan tentang program Golansia pada pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan Lansia Tangguh psikologis. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan edukasi berupa penyuluhan langsung tentang program Golansia pada pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan Lansia Tangguh psikologis telah berhasil dilaksanakan.



Gambar 2. Pelaksanaan Edukasi Tentang Program Golansia pada Pengembangan Psikoedukasi Keluarga Dalam Meningkatkan Lansia Tangguh Psikologis

B. Peningkatan Kemampuan Keluarga dalam Psikoedukasi dalam Meningkatkan Latagis (Lansia Tangguh Psikologis)

Kegiatan ini dilaksanakan untuk membangun kemandirian pada kemampuan keluarga dalam membina lansia Tangguh psikologis. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melakukan simulasi dan praktek secara langsung agar peserta mampu memahami setiap langkah dan metode yang harus dilakukan sesuai dengan panduan dalam booklet yang diberikan. Realisasi indikator keberhasilan dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Indikator Keberhasilan Kemampuan Keluarga Dalam Psikoedukasi Pada Lansia

No	Indikator	Target	Cara Pengukuran	Capaian
1.	Jumlah Peserta	40 ibu-ibu anggota pengajian Aisyiyah Ranting Patrang	Dihitung berdasarkan kehadiran peserta	Jumlah kehadiran saat pelaksanaan sebanyak 34 ibu-ibu Aisyiyah Ranting Patrang
2.	Respon Peserta saat kegiatan berlangsung	Paham dan mampu melaksanakan	Praktek melakukan psikoedukasi	Semua peserta belum mampu melakukan psikoedukasi dengan mandiri (masih membutuhkan bimbingan dan arahan)

Berdasarkan tabel 2, dapat disimpulkan bahwa kemampuan peserta dalam melakukan psikoedukasi pada lansia untuk membangun lansia Tangguh psikologis adalah 100% mampu melakukan namun masih membutuhkan bimbingan. Hal tersebut dikarenakan dalam melakukan psikoedukasi dibutuhkan kemampuan yang harus diulang-ulang sehingga peserta mulai terbiasa untuk melakukan hal tersebut. Psikoedukasi pada lansia bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang karakteristik dan kondisi psikologis lansia, gangguan psikologis yang sering dialami oleh lansia serta penanganannya. Psikoedukasi ini juga berguna bagi para peserta untuk mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh lansia sehingga para lansia di daerah setempat mendapatkan pertolongan awal dari peserta sebelum mengunjungi layanan kesehatan (Sari, 2017)..

IV. KESIMPULAN

Pengetahuan peserta ibu-ibu Aisyiyah Ranting Patrang tentang program Golansia pada pengembangan psikoedukasi keluarga dalam meningkatkan Lansia Tangguh psikologis meningkat sebesar 47,1%. Penguatan peran keluarga dalam membangun lansia Tangguh psikologis dibutuhkan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang karakteristik dan kondisi psikologis lansia, gangguan psikologis yang sering dialami oleh lansia serta penanganannya. Psikoedukasi ini juga berguna bagi para peserta untuk mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh lansia sehingga para lansia di daerah setempat mendapatkan pertolongan awal dari peserta sebelum mengunjungi layanan Kesehatan. Keberlanjutan dari program ini diharapkan keluarga tidak hanya cukup memahami program ini tetapi juga diterapkan untuk dilakukan kepada lansia untuk mengembangkan lansia yang Tangguh secara psikologis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami sampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Jember yang telah mendanai kegiatan ini melalui program Hibah Internal, tak lupa juga kami aturkan terima kasih kepada Anggota Aisyiyah Ranting Patrang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh demi terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, M.R. (2019) 'Psikoedukasi Manajemen Stress Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Rangkah, Surabaya', *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 8(1), pp. 27–31. Available at: <https://doi.org/10.21009/jppp.081.04>.
- Dirk, M. (2021) Kesehatan Mental Lansia Paling Terpengaruh Pandemi Berkepanjangan.
- Halid, S., Hadi, I. and Utomo, H. (2023) 'Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kemampuan Keluarga Dalam Melakukan Perawatan Demensia Pada Lansia', *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 2(1), pp. 20–28. Available at: <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i1.31>.
- Kholifah, S.N. (2016) Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik.
- Kusumaningrum, Rachma and Asyanti (2021) 'Psikoedukasi dengan Pendekatan Kasih Sayang untuk Meningkatkan Pengetahuan Santriwati tentang Kesejahteraan Lansia', *Jurnal Abdi Psikonomi*, 2(1), pp. 1–9.
- Marcelina, R.N. (2020) Optimalisasi Kualitas Hidup Lansia Selama Pandemi Covid 19.
- Margarini, E. (2021) Tetap Sehatkan Lansia di Masa Pandemi Covid-19.
- Putri, N.D.P. and Cahyanti, I.Y. (2020) 'Psikoedukasi Regulasi Emosi Kepada Kader Lansia Sebagai Upaya Preventif Kambuhnya Penyakit Hipertensi Pada Lansia Binaan Di Puskesmas Gunung Anyar Surabaya', *Jurnal Diversita*, 6(2), pp. 1–8.
- Raudhoh, S. and Pramudiani, D. (2021) 'Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif', *Medical Dedication (medic) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), pp. 126–130. Available at: <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>.
- Sari, N. (2017) 'Psikoedukasi Perkembangan Lansia Kepada Kader Puskesmas', *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(2). Available at: <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i2.914>