

UPAYA PENINGKATAN KESEJAHTERAAN SOSIAL LANSIA MELALUI PROGRAM SEKOLAH LANSIA TANGGUH (Studi Deskriptif di Bina Keluarga Lansia Sehat Kelurahan Mangli Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember)

Vivi Wahyu Nur Fitriyah¹, Kris Hendrijanto²
210910301098@mail.unej.ac.id

¹⁻² Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Jember

ABSTRAK

Peningkatan jumlah penduduk lansia di Kabupaten Jember menghadirkan tantangan kompleks terhadap kesejahteraan sosial yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi. Merespons hal tersebut, BKL Sehat mengintegrasikan Program Selantang sebagai intervensi pendidikan nonformal berbasis belajar sepanjang hayat. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis upaya peningkatan kesejahteraan sosial lansia melalui Program Selantang di BKL Sehat menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis dengan model Miles dan Huberman serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya peningkatan kesejahteraan sosial lansia dilakukan secara komprehensif melalui penerapan konsep tujuh dimensi lansia tangguh. (1) Dimensi spiritual, melalui edukasi spiritual universal dan praktik terapi syukur; (2) Dimensi fisik, melalui edukasi kesehatan, aktivitas fisik, dan pelayanan kesehatan; (3) Dimensi intelektual, melalui kegiatan evaluasi rutin dan evaluasi akhir; (4) Dimensi emosional, melalui edukasi psikologi, praktik relaksasi, dan dukungan emosional; (5) Dimensi sosial, melalui pertemuan rutin, kegiatan sosial lintas kelompok, dan kegiatan bakti sosial; (6) Dimensi vokasional, melalui penguatan kemandirian ekonomi berbasis pengembangan hobi, pelatihan keterampilan kewirausahaan, dan berbagi keterampilan antar sesama lansia; (7) Dimensi lingkungan, melalui edukasi lingkungan ramah lansia dan rencana pembentukan Karang Werda. Secara keseluruhan, sinergi ketujuh dimensi tersebut mampu memenuhi kebutuhan spiritual, fisik, psikologis, sosial, serta ekonomi lansia dalam mewujudkan kondisi yang sejahtera.

Kata Kunci: Lansia, Kesejahteraan Sosial, Sekolah Lansia Tangguh, Tujuh Dimensi Lansia Tangguh.

ABSTRACT

The increasing number of elderly population in Jember Regency presents complex challenges to social welfare that include physical, psychological, social, and economic aspects. Responding to this, BKL Sehat integrated the Selantang Program as a non-formal education intervention based on lifelong learning. This study aims to describe and analyze efforts to improve the social welfare of the elderly through the Selantang Program at BKL Sehat using a descriptive qualitative approach. Data was collected through observation, interviews, and documentation, which was then analyzed using the Miles and Huberman model and tested for validity through triangulation of sources and techniques. The results of the study show that efforts to improve the social welfare of the elderly are carried out comprehensively through the application of the concept of seven dimensions of resilient elderly. (1) Spiritual dimension, through universal spiritual education and gratitude therapy practices; (2) Physical dimension, through health education, physical activity, and health services; (3) Intellectual dimension, through routine evaluation activities and final evaluation; (4) Emotional dimension, through psychological education, relaxation practices, and emotional support; (5) Social dimension, through regular meetings, cross-group social activities, and community service activities; (6) Vocational dimension, through strengthening economic independence based on hobby development, entrepreneurial skills training, and sharing skills among fellow elderly; (7) Environmental dimension, through education on an elderly-friendly environment and plans to establish Karang Werda. Overall, the synergy of these seven dimensions is able to fulfill the spiritual, physical, psychological, social, and economic needs of the elderly in realizing a prosperous condition.

Keywords: Elderly, Social Welfare, Resilient Elderly School, Seven Dimensions of Resilient Elderly.

PENDAHULUAN

Populasi lansia di Indonesia meningkat signifikan hingga mencapai 12 persen pada 2024, menempatkan 21 provinsi termasuk Jawa Timur dalam fase struktur penduduk tua (BPS, 2024). Kabupaten Jember telah memasuki fase ini sejak 2010 dengan tren peningkatan yang mencapai 15,88 persen pada 2024, di mana Kecamatan Kaliwates menempati posisi keenam dengan jumlah penduduk lansia tertinggi (BPS Kabupaten Jember, 2025). Heryanah (2015) mengemukakan bahwa fenomena *ageing population* berpotensi menjadi bonus demografi kedua apabila jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan dan disertai dengan akses yang memadai terhadap fasilitas kesehatan dan pendidikan. Kondisi ini memungkinkan lansia untuk tetap berperan produktif dan berkontribusi dalam pembangunan. Akan tetapi, fenomena tersebut juga dapat menghadirkan tantangan mengenai kesejahteraan lansia, mengingat lansia termasuk bagian dari kelompok rentan. Pada fase lansia, banyak dimensi kehidupan yang mengalami perubahan, seperti kondisi kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, serta stabilitas keuangan.

Munculnya berbagai permasalahan yang dialami oleh kelompok usia lanjut, menuntut adanya intervensi guna meningkatkan kesejahteraan lansia. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) melalui program unggulannya secara bertahap mulai membentuk program kelanjutusiaan, salah satunya yaitu Bina Keluarga Lansia (BKL). Berdasarkan data Sistem Informasi Keluarga (2025), jumlah kelompok BKL di Jember yang terdaftar sebanyak 264 kelompok, salah satunya yaitu BKL Sehat yang berlokasi di Perumahan Griya Mangli Indah. BKL Sehat ditetapkan sebagai *Centre of Excellence* (CoE) BKL di wilayah Jember. Pada awalnya, kegiatan yang dilaksanakan kelompok BKL Sehat meliputi posyandu lansia, sosialisasi dan edukasi. Namun, diketahui bahwa kegiatan tersebut belum didukung oleh standar kurikulum yang baku. Guna mengoptimalkan pelaksanaan program tersebut, kelompok BKL Sehat melakukan sinergitas program, yaitu Sekolah Lansia Tangguh (Selantang). Program Selantang merupakan salah satu bentuk pendidikan nonformal yang dirancang khusus untuk kelompok usia lanjut. Melalui program ini, lansia diberikan kesempatan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, serta keterampilan yang relevan dengan kehidupan sehari-hari sehingga kualitas hidupnya dapat dipertahankan atau bahkan ditingkatkan. Upaya ini dilakukan melalui pengembangan tujuh dimensi lansia tangguh yang mencakup dimensi spiritual, fisik, intelektual, emosional, sosial, profesional vokasional, dan lingkungan. Dengan demikian, lansia diharapkan dapat mewujudkan diri sebagai

pribadi yang SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif, dan Bermartabat) (BKKBN, 2021).

Program Selantang di BKL Sehat mulai dilaksanakan pada September 2022 dan menjadi *pilot project* pelaksanaan program di wilayah Jember. Berdasarkan hasil observasi awal (Februari, 2025) diketahui bahwa minat lansia mengikuti Program Selantang cukup tinggi dan telah mendapat dukungan dari keluarga. Meskipun mengalami penurunan kesehatan, lansia tetap bersemangat dan senang dalam mengikuti kegiatan. Urgensi penelitian ini terletak pada peran BKL Sehat sebagai *Centre of Excellence* (CoE) dan *pilot project* Program Selantang di Kabupaten Jember. Keberhasilan program di lokasi ini menjadi standar percontohan bagi kelompok BKL lainnya di wilayah tersebut. Tanpa intervensi terstruktur terhadap kompleksitas masalah kesejahteraan sosial lansia, peningkatan populasi lansia dapat berisiko memperluas kerentanan dan menurunkan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, pengkajian mendalam mengenai upaya peningkatan kesejahteraan sosial melalui Program Selantang di BKL Sehat sangat penting dilakukan saat ini untuk menghasilkan model intervensi yang dapat direplikasi secara luas guna mewujudkan kondisi lansia yang sejahtera

TINJAUAN PUSTAKA

Konsep Lansia

Lanjut usia adalah tahap terakhir dalam fase kehidupan manusia. Tahap ini menjadi bagian dari perkembangan normal yang akan dilalui oleh masing-masing orang saat memasuki kelompok usia lanjut. Kelompok ini akan mengalami proses penuaan atau dikenal dengan *aging process* (Raudhoh dan Pramudiani, 2021). Menurut UU Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, menyebutkan bahwa yang dimaksud lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Pada saat individu memasuki fase lansia, hal tersebut seringkali disertai dengan munculnya berbagai masalah yang dapat memengaruhi kesejahteraan sosialnya. Suardiman (2008, dalam Karni, 2018) mengelompokkan masalah yang umum dihadapi oleh lansia menjadi empat kategori, di antaranya yaitu masalah kesehatan, masalah psikologis, masalah sosial, dan masalah ekonomi. Terkait dengan kategori tersebut, Syahrul (2013, dalam Tariustati et al., 2023) menjelaskan bahwa proses degeneratif pada lansia memicu munculnya berbagai gangguan kesehatan, mulai dari masalah metabolik dan pembuluh darah hingga gangguan sendi dan kondisi psikososial. Selain gangguan fisik, individu yang memasuki masa lansia cenderung mengalami penurunan fungsi kognitif, terutama dalam hal pengolahan informasi, penerapan pengetahuan untuk fungsi sosial, serta menurunnya

kecepatan dalam merespons masalah dan menentukan keputusan (Pospos et al., 2022, dalam Pradika dan Trustisari, 2024). Penurunan kemampuan fisik dan status kesehatan tersebut, menurut Septiningsih dan Na'imah (2008, dalam Fitriana dan Khairani, 2018), dapat memicu isolasi sosial secara bertahap yang mengakibatkan berkurangnya keterlibatan sosial lansia dalam berinteraksi dengan masyarakat di lingkungan sekitarnya. Hal ini sejalan dengan pandangan Nugroho (2008, dalam Subekti, 2017) bahwa masa pensiun membawa perubahan psikososial bagi lansia yang meliputi penurunan pendapatan, hilangnya peran sosial dan relasi, serta berkurangnya aktivitas rutin, di mana kondisi tersebut sering kali memicu rasa kesepian dan keterasingan karena adanya penyesuaian gaya hidup baru. Terakhir, dampak finansial yang dialami lansia dipertegas oleh Miller (2004, dalam Subekti, 2017) yang menyatakan bahwa keterbatasan dukungan finansial berdampak pada sulitnya pemenuhan kebutuhan dasar bagi lansia. Setiap manusia dalam kehidupannya mempunyai serangkaian kebutuhan yang harus dipenuhi untuk mencapai kesejahteraan. Darmojo (2009, dalam Ananda et al., 2018) menjelaskan bahwa serangkaian kebutuhan yang harus dipenuhi agar lansia dapat mencapai kesejahteraan sosialnya dikelompokkan menjadi empat, di antaranya yaitu kebutuhan fisik-biologis, kebutuhan mental-psikologis, kebutuhan sosial, eksistensi dirinya, dan kebutuhan alat bantu.

Dalam kaitannya dengan pemenuhan kebutuhan fisik-biologis, keaktifan tubuh memegang peranan penting. Wijaya et al., (2021, dalam Feby et al., 2025) menjelaskan bahwa lansia yang menjaga keaktifan tubuh secara fisik cenderung lebih terlindungi dari penyakit degeneratif dan memiliki kemandirian fisik yang lebih stabil. Sejalan dengan hal tersebut, Fatmah et al., (2019, dalam Feby et al., 2025) menegaskan bahwa aktivitas fisik yang disesuaikan dengan kemampuan lansia diperlukan guna menjaga tubuh agar tetap bugar. Melakukan aktivitas ringan seperti senam, jalan santai di pagi hari, atau penyelesaian pekerjaan rumah tangga sederhana terbukti mampu menjaga kesehatan fisik, membantu meminimalisir risiko cedera, serta meningkatkan kesehatan mental. Selanjutnya, guna menunjang kebutuhan mental dan sosial, keberadaan lingkungan yang suportif sangat diperlukan. Suardiman (2011, dalam Sulandari et al., 2020) mengemukakan bahwa stabilitas psikologis dan kebahagiaan lansia sangat dipengaruhi oleh keberadaan dukungan sosial. Dukungan tersebut berperan penting dalam menciptakan rasa nyaman, ketentraman, serta kedamaian batin bagi lansia dalam menjalani masa tuanya.

Program Sekolah Lansia Tangguh

Sekolah Lansia Tangguh adalah salah satu inovasi program yang dilaksanakan guna meningkatkan kesejahteraan lansia di BKL. Program ini merupakan jalur pendidikan nonformal yang digagas oleh BKKBN Provinsi Jawa Timur bekerja sama dengan Yayasan Indonesia Ramah Lansia (IRL) Malang. Guna mewujudkan proses belajar yang berdampak pada kesejahteraan di masa tua, Program Selantang menyelaraskan materi pembelajarannya dengan standar internasional. Standar ini mengacu pada konsep tujuh dimensi lansia tangguh dari *International Council on Active Aging* (ICAA) tahun 2013 (dalam BKKBN, 2021), yang meliputi dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi intelektual, dimensi emosional, dimensi sosial, dimensi profesional vokasional, dan dimensi lingkungan.

Konsep Kesejahteraan Sosial

Konsep kesejahteraan sosial memiliki cakupan yang luas, tidak hanya terbatas pada tindakan amal atau pemberian bantuan semata. Fahrudin (2012, dalam Hasbi dan Usman, 2020) mengonseptualisasikan kesejahteraan sosial ke dalam tiga sudut pandang utama, yaitu sebagai sistem pelayanan terorganisasi yang dirancang secara terstruktur untuk merespons masalah sosial; sebagai representasi kehidupan yang ideal atau sejahtera yang menjadi tujuan akhir dari setiap upaya pemenuhan kebutuhan; serta sebagai bidang ilmu yang menyediakan landasan teoritis dan metodologis bagi pengembangan praktik kesejahteraan sosial di masyarakat. Dalam penelitian ini, perspektif yang digunakan untuk melihat tercapainya kesejahteraan sosial pada lansia yaitu perspektif yang menitikberatkan pada pencapaian kondisi sejahtera. Perspektif ini memandang kesejahteraan bukan sekedar proses memberikan bantuan, melainkan suatu keadaan hidup yang mencakup kebahagiaan, kemakmuran, dan kualitas hidup yang lebih baik, yang menjadi tujuan akhir dari setiap upaya pemenuhan kebutuhan. Pemahaman ini diperkuat oleh pandangan Fahrudin (2014, dalam Faoziyah, 2023) yang menyatakan bahwa seseorang dikatakan sejahtera secara sosial apabila mampu memenuhi kebutuhan hidupnya serta menjaga hubungan positif dengan orang-orang di sekelilingnya. Sejalan dengan hal tersebut, Wikanestri dan Prabowo (2015, dalam Putri dan Hardew, 2024) menegaskan bahwa seseorang dianggap sejahtera apabila mampu menerima dan menghadapi realitas hidupnya dengan baik, serta mampu menjalin hubungan timbal balik yang positif dengan masyarakat sekitarnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi deskriptif. Penentuan lokasi menggunakan teknik *purposive area*, yakni di Sementara informan penelitian dipilih melalui teknik *purposive sampling* yang terdiri atas empat informan pokok (Purna PKB dan pengurus program), serta tiga informan tambahan (lansia peserta program). Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif pasif, wawancara semiterstruktur, dan dokumentasi. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi tahap pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan/verifikasi. Keabsahan data dalam penelitian ini diuji melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik (Sugiyono, 2023).

PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program Selantang di BKL Sehat dirancang secara sistematis dengan mempertimbangkan kondisi dan kebutuhan lansia. Dengan mengutamakan metode bercerita dan aplikasi langsung, program ini berhasil mengintegrasikan proses belajar dengan penyelesaian tugas yang relevan dengan kehidupan lansia. Melalui model pembelajaran yang interaktif dan relevan dengan kebutuhan lansia, Program Selantang di BKL Sehat berupaya untuk meningkatkan kesejahteraan sosial lansia melalui rangkaian kegiatan terstruktur yang berfokus pada penerapan konsep tujuh dimensi lansia tangguh. Adapun upaya yang dilakukan dalam program tersebut diuraikan secara rinci sebagai berikut:

A. Dimensi Spiritual

Pada dimensi spiritual, upaya dilakukan melalui penguatan nilai-nilai spiritual dengan cara memberikan edukasi yang inklusif serta melibatkan narasumber dari Kemenag. Materi yang disampaikan bersifat universal, menitikberatkan pada hubungan personal individu dengan Tuhan sesuai dengan keyakinan masing-masing sehingga relevan dengan latar belakang lansia yang heterogen. Selain itu, upaya juga dilakukan melalui praktik terapi syukur, praktik ini dilakukan untuk mengubah kecenderungan mengeluh menjadi sikap penerimaan diri yang positif. Berbagai upaya yang dilakukan tersebut sejalan dengan konsep dimensi spiritual menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menekankan pada upaya menumbuhkan rasa syukur melalui pendalaman materi maupun praktik keagamaan. Integrasi antara bimbingan materi spiritual yang inklusif dan praktik terapi syukur membuktikan bahwa Program Selantang berperan sebagai strategi adaptasi yang efektif bagi lansia dalam menjaga ketenangan batin dan kedekatan diri kepada Tuhan di masa tua.

B. Dimensi Fisik

Pada dimensi fisik, upaya dilakukan melalui

Bina Keluarga Lansia Sehat yang berlokasi di Perumahan Griya Mangli Indah, Kelurahan Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember.

pemberian edukasi kesehatan terstruktur yang mencakup pencegahan penyakit yang umum dihadapi lansia dan pemahaman gizi seimbang. Upaya ini dibarengi dengan aktivitas fisik berupa senam yang gerakannya disesuaikan dengan kemampuan fisik lansia sehingga dapat dipraktikkan secara mandiri di rumah. Selain itu, dimensi fisik juga didukung oleh pelayanan kesehatan berkala yang terintegrasi dengan posyandu lansia, serta pemantauan kondisi kesehatan lansia secara rutin oleh pengurus di setiap pertemuan. Berbagai upaya tersebut sejalan dengan konsep dimensi fisik menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menitikberatkan pada pemeliharaan kesehatan fisik melalui penerapan kebiasaan hidup sehat dan pola aktivitas fisik yang dilakukan secara menyeluruh. Keterlibatan tenaga medis dalam memberikan edukasi kesehatan merupakan upaya untuk membangun kebiasaan hidup sehat sehingga lansia memiliki kesadaran preventif terhadap penurunan fungsi tubuh. Pemanfaatan aktivitas fisik seperti senam yang disesuaikan dengan kemampuan lansia menunjukkan bahwa program ini berhasil mendorong terbentuknya pola aktivitas fisik. Olahraga tidak lagi dipandang sebagai sekadar aktivitas rutin saat kegiatan Selantang berlangsung, melainkan telah menjadi kebutuhan harian lansia dalam upaya menjaga kebugaran tubuh secara mandiri. Selain itu, integrasi pelayanan kesehatan yang dilaksanakan secara berkala berfungsi sebagai sarana pemantauan kondisi fisik yang berkelanjutan untuk deteksi dini risiko penyakit.

C. Dimensi Intelektual

Pada dimensi intelektual, upaya dilakukan melalui kegiatan evaluasi rutin di setiap pertemuan serta evaluasi akhir periode pembelajaran yang dikemas dalam bentuk wisata edukasi. Rangkaian kegiatan evaluasi ini bertujuan untuk mengulas kembali materi yang telah diterima guna menstimulasi memori dan menjaga fungsi kognitif lansia. Berbagai upaya tersebut selaras dengan konsep dimensi intelektual menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021). Dimensi ini menekankan pentingnya menjaga ketajaman daya pikir guna meminimalisir penurunan fungsi kognitif. Praktik pengulangan materi melalui teknik tanya jawab sederhana berfungsi sebagai bentuk stimulasi memori agar otak tetap aktif. Selain itu, inisiatif lansia dalam memanfaatkan catatan maupun ponsel untuk mencari jawaban menunjukkan adanya aktivitas pemecahan masalah. Melalui pendekatan rekreatif pada evaluasi akhir, lansia didorong untuk terus terlibat dalam proses belajar sepanjang hayat dalam suasana yang

menyenangkan, sehingga kesehatan mental dan fungsi intelektual tetap terjaga secara optimal.

D. Dimensi Emosional

Pada dimensi emosional, upaya dilakukan melalui edukasi psikologi mengenai kesehatan mental lansia yang melibatkan ahli psikologi untuk membekali lansia dengan pemahaman tentang cara mencegah stres, mengatasi kesepian, serta keterampilan mengelola emosi. Langkah ini diperkuat dengan praktik relaksasi sebagai metode pengendalian diri dalam mengurangi kecemasan dan mewujudkan ketenangan batin. Selain itu, upaya juga dilakukan melalui pemberian dukungan emosional oleh pengurus melalui interaksi interpersonal, seperti menjadi pendengar aktif, pemberian motivasi, serta menunjukkan perhatian dan kepedulian terhadap kondisi lansia. Berbagai upaya tersebut sejalan dengan konsep dimensi emosional menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menitikberatkan pada perwujudan kebahagiaan melalui pengelolaan perasaan dan penciptaan kondisi batin yang positif. Keterlibatan tenaga ahli psikologi dalam memberikan edukasi mengenai pencegahan stres dan kesepian menunjukkan adanya upaya sistematis untuk membimbing lansia dalam mengelola emosi negatif menjadi perasaan yang lebih positif. Praktik relaksasi yang diajarkan berfungsi sebagai cara pengendalian diri yang efektif dalam membantu lansia mengatasi kecemasan dan mencapai ketenangan batin. Selain itu, dukungan emosional dari pengurus turut memperkuat rasa aman dan bahagia bagi lansia sehingga tidak merasa terasing dan tetap memiliki semangat hidup yang tinggi. Hal ini secara nyata mendukung penciptaan kondisi batin yang positif dalam kehidupan sehari-hari.

E. Dimensi Sosial

Pada dimensi sosial, upaya dilakukan melalui pertemuan rutin guna membangun relasi internal yang solid. Langkah ini diperluas dengan melibatkan lansia dalam berbagai kegiatan sosial lintas kelompok di tingkat kabupaten agar tetap terintegrasi dengan masyarakat luas sekaligus meminimalisir risiko isolasi sosial. Selain itu, upaya menumbuhkan kepekaan dan kepedulian sosial diwujudkan melalui kegiatan bakti sosial rutin yang mengubah peran lansia dari sekedar penerima bantuan menjadi subjek aktif yang memberikan manfaat nyata bagi lingkungannya. Berbagai temuan mengenai upaya tersebut selaras dengan konsep dimensi sosial menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menitikberatkan pada upaya membangun relasi sosial serta menumbuhkan kepekaan dan kepedulian di lingkungan masyarakat. Pertemuan berkala dalam kegiatan Selantang merupakan bentuk nyata dari upaya pembangunan relasi sosial yang solid, yang memicu munculnya rasa saling menerima dan mendukung di antara lansia. Selain itu, kegiatan lintas kelompok se-Kabupaten

Jember membuktikan bahwa program ini berhasil mendorong lansia untuk tetap terintegrasi dengan lingkungan masyarakat yang lebih luas, sehingga secara efektif meminimalisir risiko isolasi sosial di masa tua. Selanjutnya, kegiatan bakti sosial menjadi wujud nyata dari upaya menumbuhkan kepekaan dan kepedulian sosial. Melalui aksi ini, lansia tidak hanya diposisikan sebagai objek yang dibantu, melainkan bertransformasi menjadi subjek aktif yang memberikan manfaat nyata bagi lingkungannya.

F. Dimensi Vokasional

Pada dimensi vokasional, upaya dilakukan melalui penguatan kemandirian ekonomi berbasis pengembangan hobi, seperti kegiatan bercocok tanam atau berkebun. Hal tersebut diperkuat dengan pelatihan keterampilan kewirausahaan melalui pelatihan pembuatan produk bernilai jual, seperti minuman herbal instan. Selain itu, dilakukan juga upaya berbagi keterampilan antar sesama lansia, salah satunya melalui praktik pembuatan kerajinan tangan dari bahan daur ulang seperti tutup gelas plastik. Rangkaian temuan tersebut selaras dengan konsep dimensi vokasional menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menitikberatkan pada upaya mempertahankan produktivitas agar individu tetap mampu berkarya dan memberikan kontribusi nyata bagi diri sendiri maupun orang lain, baik secara ekonomi maupun sosial. Melalui kegiatan pengembangan hobi seperti bercocok tanam atau berkebun, para lansia tidak sekedar mengisi waktu luang tetapi juga didorong untuk tetap produktif. Praktik menanam yang dilakukan hingga ke lingkungan rumah menunjukkan bahwa lansia masih memiliki kapasitas untuk mengelola sumber daya di sekitarnya, yang secara tidak langsung memperkuat ketahanan ekonomi rumah tangga melalui pemenuhan kebutuhan pangan secara mandiri. Selain itu, pelatihan keterampilan pembuatan minuman herbal instan dan kerajinan tangan mempertegas upaya pembangunan kemandirian ekonomi lansia. Melalui kolaborasi dengan akademisi, lansia diberikan ruang untuk menghasilkan produk yang memiliki nilai ekonomi dan kegiatan berbagi keterampilan antar sesama menjadi sarana kontribusi sosial yang nyata serta menunjukkan bahwa lansia tetap mampu berdaya dan berperan aktif di dalam kelompok.

G. Dimensi Lingkungan

Pada dimensi lingkungan, upaya dilakukan melalui edukasi lingkungan ramah lansia yang berfokus pada kesadaran individu untuk menjaga kebersihan sebagai kebutuhan kesehatan mandiri, serta keamanan fisik di dalam rumah sebagai langkah preventif untuk meminimalisir risiko jatuh dan kondisi kegawatdaruratan pada lansia. Selain itu, upaya ini diperkuat melalui rencana pembentukan Karang Werda di wilayah Perumahan Griya Mangli yang memberdayakan lulusan Program

Selantang sebagai duta lansia untuk menjadi pendidik sebaya. Berbagai temuan tersebut sejalan dengan konsep dimensi lingkungan menurut ICAA (2013, dalam BKKBN, 2021) yang menitikberatkan pada upaya menciptakan suasana kondusif dengan menjamin keamanan dan kenyamanan pada aspek sosial, fisik, maupun non-fisik di lingkungan sekitar. Upaya pemberian edukasi mengenai lingkungan ramah lansia dapat mengubah pola pikir dan meningkatkan kesadaran lansia untuk menjaga kebersihan dan menata kondisi rumah. Hal ini tidak hanya meningkatkan kenyamanan, tetapi juga menjadi langkah preventif untuk meminimalisir risiko jatuh dan kegawatdaruratan pada lansia. Selain itu, rencana pembentukan Karang Werda di wilayah Perumahan Griya Mangli yang memberdayakan lulusan Program Selantang sebagai duta lansia menunjukkan bahwa upaya penciptaan suasana kondusif tidak hanya berfokus pada lingkungan yang aman secara fisik dan non-fisik, tetapi juga mencakup aspek sosial.

PENUTUP

Kesimpulan

Upaya peningkatan kesejahteraan sosial lansia melalui Program Selantang di BKL Sehat dilakukan melalui rangkaian kegiatan terstruktur yang berfokus pada penerapan konsep 7 dimensi lansia tangguh. Secara keseluruhan, sinergi ketujuh dimensi tersebut mampu memenuhi kebutuhan lansia dalam mewujudkan kondisi yang sejahtera.

Saran Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti merumuskan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan masukan bagi pihak-pihak terkait, sebagai berikut:

1. Bagi lansia peserta Program Selantang di BKL Sehat, disarankan untuk berkomitmen menerapkan seluruh materi tujuh dimensi lansia tangguh yang telah diperoleh ke dalam perilaku sehari-hari secara mandiri.
2. Bagi pengurus Program Selantang di BKL Sehat, disarankan untuk menjaga konsistensi variasi kegiatan di seluruh dimensi lansia tangguh guna memberikan manfaat yang lebih holistik. Khusus pada dimensi vokasional, perlu mengoptimalkan pendampingan untuk mengaktifkan kembali produksi minuman herbal instan yang belum berlanjut pasca pelatihan. Selain itu, perlu memfasilitasi jejaring pemasaran atau pameran lokal agar produk karya lansia memiliki nilai ekonomi berkelanjutan, sehingga motivasi produktivitas lansia tetap terjaga.
3. Bagi masyarakat, disarankan untuk memberikan dukungan terhadap partisipasi sosial lansia dalam Program Selantang guna mencegah isolasi sosial. Selain itu, masyarakat diharapkan berperan aktif dalam

mewujudkan lingkungan ramah lansia melalui penyediaan sarana fisik yang aman untuk meminimalkan risiko jatuh.

4. Bagi pemerintah dan instansi terkait, disarankan untuk memberikan dukungan regulasi dan alokasi sumber daya untuk pembentukan Karang Werda di wilayah Perumahan Griya Mangli sebagai model replikasi lingkungan ramah lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, B., Husin, A., & Waty, E. R. K. (2018). Upaya pemenuhan kebutuhan lansia di panti warga tua kabupaten ogan ilir. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(1).
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). *Panduan Sekolah Lansia Di Kelompok BKL*. Jakarta: BKKBN.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Kegiatan Kelompok BKL. <https://newsiga-siga.bkkbn.go.id/#/kegiatan/kelompokbkl>. [Diakses pada 25 November 2025].
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember. (2025). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kabupaten Jember, 202
4. <https://jemberkab.bps.go.id/id/statistics-table/3/WVc0MGEyMXBkVFUxY25KeE9HdDZkbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-kabupaten-jember--2023.html?year=2024>. [Diakses pada 11 Januari 2025].
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Faoziyah, S. (2023). Inklusi sosial dalam perspektif keislaman: meningkatkan kesejahteraan sosial untuk semua. *AKSELERASI: Jurnal Ilmiah Nasional*, 5(1).
- Feby et al., (2025). Strategi untuk meningkatkan kesejahteraan lansia. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8).
- Fitriana, F., & Khairani. (2018). Perbandingan tingkat depresi lanjut usia yang tinggal di

- perkotaan dan pedesaan. *JIMFKep*, 3(3).
- Hasbi., & Usman, M. (2020). Makna kesejahteraan penduduk lanjut usia (tinjauan sosiologi kependudukan dan kesejahteraan). *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, 1-16.
- Heryanah. (2015). Ageing population dan bonus demografi kedua di Indonesia. *Populasi*, 23(2), 1-16.
- Karni, A. (2018). Subjective well-being pada lansia. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, 18(2), 84-102.
- Pradika, D. M., & Trustisari, H. (2024). Aspek-aspek keberfungsian sosial dalam Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulandari et al., (2020). Pahami aku (lansia): menumbuhkan kesadaran keluarga akan pentingnya dukungan keluarga pada lansia. *JURNAL PESUT: Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, 2(1).
- meningkatkan kualitas hidup lansia: literature review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 29-37.
- Putri, A. R., & Hardew, A. K., (2024). Spiritualitas well-being abdi dalem lansia pura mangkunegaran surakarta. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 7(1), 13-27.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia asik, lansia aktif, lansia produktif. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126-130.
- Subekti, I. (2017). Perubahan psikososial lanjut usia tinggal sendiri di rumah. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 3(1), 23-35.
- Tariustanti, D., Puspita, Z., & Munawir, A. (2023). Dampak program centre of excellence (coe) bina keluarga lansia (bkl) dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. *Jurnal Surya Muda*, 5(1), 110-127.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia