

Konstruksi Kurikulum Pendidikan Pemberdayaan Perempuan Lanjut Usia (Studi pada Posyandu Lansia Samara)

Aas Siti Sholichah

Universitas PTIQ Jakarta

Email: sitisholichah@ptiq.ac.id

Abstrak:

Tulisan ini bertujuan untuk mengetahui kurikulum dan program kegiatan yang dilaksanakan oleh Posyandu Lanjut Usia (Lansia) Samara (Sakinah, Mawadah dan Rahmah) dalam meningkatkan produktifitas kehidupan sehari-hari. Metode Penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Untuk pengumpulan datanya menggunakan tehnik observasi, wawancara dan dokumentasi. Posyandu Lansia Samara (Sakinah, Mawadah dan Rahmah) adalah salah satu posyandu yang berada di DKI Jakarta yang fokus pada pendampingan lanjut usia. Untuk memberikan nilai produktifitas dan mengisi kegiatan hari tua, posyandu ini mengembangkan kurikulum dengan pendekatan kurikulum lokal yang disesuaikan dengan kebutuhan para lansia yang berorientasi pada aspek kesehatan, pendidikan dan ekonomi. Adapun program dari kurikulum yang dikembangkan tersebut adalah program Lansia sehat, yaitu memberikan penyuluhan tentang kesehatan dan memberikan layanan kesehatan kepada para lansia. Program kesehatan selanjutnya adalah senam lansia. Kegiatan senam lansia ini adalah sarana untuk menyehatkan tubuh lansia, dimana usia lansia sangat sensitif fisiknya. Program yang berkaitan dengan pendidikan adalah pembelajaran Al-Quran dan pembelajaran fikih praktis. Pembelajaran Al-Quran dimuai dari dasar dan pembelajaran fikih berkaitan dengan kegiatan ibadah sholat. Kegiatan ini sangat membantu spiritual lansia dalam menjalankan hidup di hari tua. Program lainnya berkaitan dengan ekonomi yaitu bank sampah. Sebuah kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan barang-barang bekas dari kertas, plastik, botol dan kaleng untuk selanjutnya di daur ulang. Bank

sampah dikelola oleh dan untuk lansia. Bagi yang dapat mengumpulkan barang-barang tersebut ditukar dengan uang yang kemudian ditabung. Kegiatan lainnya adalah fieldtrip atau rekreasi. Kegiatan ini adalah kegiatan hiburan para lansia dengan mengunjungi tempat-tempat yang menyenangkan. Kegiatan ini dilaksanakan satu tahun dua kali.

Kata Kunci: Kurikulum, Program Kegiatan, Lansia, Samara

Abstract:

This paper aims to determine the curriculum and program of activities carried out by the Samara Elderly Posyandu in increasing the productivity of daily life. The research method used is a qualitative research method with a case study approach. For data collection using observation techniques, interviews and documentation. The Samara Elderly Posyandu (Sakinah, Mawadah and Rahmah) is one of the posyandu located in DKI Jakarta that focuses on assisting the elderly. To provide productivity values and fill old age activities, this posyandu develops a curriculum with a local curriculum approach that is tailored to the needs of the elderly, which is oriented to health, education and economic aspects. The program from the developed curriculum is the Healthy Elderly Program, which provides counseling about health and provides health services to the elderly. The next health program is elderly gymnastics. This elderly gymnastics activity is a means to nourish the body of the elderly, where the elderly are very physically sensitive. Programs related to education are learning the Koran and learning practical fiqh. Al-Quran learning starts from the basics and fiqh learning is related to prayer activities. This activity really helps the elderly spiritually in carrying out life in old age. Another program related to the economy is the waste bank. An activity related to the collection of used goods from paper, plastic, bottles and cans for further recycling. The waste bank is managed by and for the elderly. Those who can collect these items are exchanged for money which is then saved. Other activities are field trips or recreation. This activity is an entertainment activity for the elderly by visiting fun places. This activity is held twice a year.

Keywords: Curriculum, Program of Activities, Elderly, Samara

Pendahuluan

Perkembangan populasi lanjut usia (lansia) di dunia naik tajam. Kenaikan tersebut diprediksi menyamai jumlah balita di tahun 2020. Jumlah populasi penduduk dunia tercatat 6,9

milyar, sebelas persennya adalah lansia. Indonesia berada diperingkat keempat dunia setelah Cina, India dan Amerika mengenai populasi lanjut usia¹. Realitas tersebut tentunya menjadi perhatian serius bagi pemerintah, mengingat lansia merupakan usia sensitif bagi perkembangan kesehatan². Lanjut usia atau lansia merupakan Lanjut usia (lansia) tahap akhir dari perkembangan hidup manusia. Terjadinya penurunan daya kemampuan hidup dan kepekaan secara individual³. Untuk itu perlu perhatian khusus baik yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan negara. Terdapat tiga kebutuhan pokok yang dapat memberikan kesejahteraan terhadap lansia, yaitu faktor ekonomi, kesehatan fisik dan hubungan sosial⁴.

Selain mendapatkan pemenuhan kebutuhan dalam bentuk ekonomi, fisik dan lingkungan sosial, Bentuk perhatian lain yang dapat diberikan kepada lansia adalah aspek Adaptation (adaptasi), Partnership (kemitraan), Growth (pertumbuhan), Affection (kasih sayang) dan Resolve (kebersamaan) dan ini dapat dimulai dari lingkungan keluarga⁵. Pada aspek adaptasi berkaitan dengan kemampuan keluarga dalam memanfaatkan sumber daya. Aspek kemitraan lebih menekankan pada kerjasama dan komunikasi untuk memecahkan masalah dan membuat keputusan. Aspek pertumbuhan menitik beratkan pada perkemangan fisik dan mental. Pada aspek kasih sayang yang dinilai adalah kemampuan keluarga dalam mengembangkan keintiman. Sedangkan aspek kebersamaan dapat dikembangkan melalui sikap hangat antar individu terutama di lingkungan keluarga.⁶

Peran masyarakat dan negara dalam menguatkan produktifitas lansia adalah dengan memfasilitasi lansia dalam perkumpulan yang seusia, seperti majlis taklim, pengajian atau pertemuan rutin yang dilakukan oleh masyarakat sekitar. Komunitas pertemuan lansia tentunya menjadi hal yang bermanfaat jika dibentuk program atau kurikulum yang dapat mengembangkan kreatifitas dan produktifitas lansia.

¹ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar, and Henny Permatasari, "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan," *Jurnal Keperawatan Indonesia* 21, no. 2 (2018): 109–16, <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>.

² Kiik, Sahar, and Permatasari.

³ Indrayani and Sudarto Ronoatmojo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017," *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 9, no. 1 (2018): 69–78, <https://doi.org/10.22435/kespro.v9i1.892.69-78>.

⁴ Dwi Ratna Prima et al., "Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Grogol Jakarta Barat," *Jurnal Kebidanan* 8, no. 1 (2019): 1–7, <https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.115>.

⁵ Indrayani and Ronoatmojo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017."

⁶ Susi Oktowaty, Elsa Pudji Setiawati, and Nita Arisanti, "Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Kronis Degeneratif Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama," *Jurnal Sistem Kesehatan* 4, no. 1 (2018): 1–6, <https://doi.org/10.24198/jsk.v4i1.19180>.

Kurikulum yang terencana dan sistematis untuk lansia tersebut tentunya dibuat secara khusus para lansia yang berada di sekitarnya, agar dapat menikmati masa senjanya. kurikulum mencakup berbagai rencana kegiatan peserta didik yang terperinci berupa bentuk-bentuk bahan pendidikan, saran-saran strategi belajar mengajar, pengaturan-pengaturan program agar dapat diterapkan, dan hal-hal yang mencakup pada kegiatan yang bertujuan mencapai target/ tujuan yang diinginkan ⁷. Selain itu dengan program dan kurikulum yang terencana dalam sebuah komunitas dapat menambah pengetahuan dan mengembangkan kreatifitas lansia.

Saat ini di DKI Jakarta terbentuk posyandu lansia di lingkungan Rukun Warga. Tujuan umum pembentukan Posyandu Lansia adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kehidupan usia lanjut untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berdaya guna dalam lingkungan keluarga, masyarakat dan negara ⁸. Salah satu posyandu lansia yang berada di wilayah DKI Jakarta yaitu Posyandu Lansia Samara. Keberadaan Posyandu Lansia Samara telah memberikan perhatian, pendidikan dan penyuluhan kepada masyarakat lanjut usia. Memiliki kurikulum dan program yang dikelola oleh masyarakat dan dijalankan oleh para lansia terutama lansia perempuan yang ada di sekitar.

Studi mengenai kurikulum pendidikan khusus untuk lansia ini sebelumnya telah digagas melalui lingkungan keluarga dengan menumbuhkan sikap responsif ⁹, pengembangan dusun ramah perempuan melalui sekolah lansia ¹⁰, implementasi pendidikan agama Islam ¹¹, perhatian mahasiswa fakultas kesehatan dan fakultas psikologi dalam pengembangan sikap lansia ¹².

Tulisan ini didasarkan pada argumen bahwa penguatan lansia baik yang berkaitan dengan ekonomi, fisik dan lingkungan sosial harus dilakukan dengan pemenuhan kurikulum yang terarah. Kemampuan lansia untuk melakukan aktifitas yang dapat memberikan nilai manfaat

⁷ Yudi Candra Hermawan, Wikanti Iffah Juliani, and Hendro Widodo, "Konsep Kurikulum Dan Kurikulum Pendidikan Islam," *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 10, no. 1 (2020): 34, <https://doi.org/10.22373/jm.v10i1.4720>.

⁸ Prima et al., "Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Grogol Jakarta Barat."

⁹ Nurus Sa'adah, "Menata Kehidupan Lansia: Suatu Langkah Responsif Untuk Kesejahteraan Keluarga (Studi Pada Lansia Desa Mojolegi Imogiri Bantul Yogyakarta)," *Jurnal Sosiologi Agama* 9, no. 2 (2017): 49, <https://doi.org/10.14421/jsa.2015.092-03>.

¹⁰ R Erwanto, D E Kurniasih, and ..., "Pengembangan Dusun Ramah Lansia Melalui Pelaksanaan Sekolah Lansia Di Karet Kabupaten Bantul," *JMM (Jurnal Masyarakat ...* 4, no. 6 (2020): 8–10, <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/3170>.

¹¹ Archi Novita Dahyani, Zulkarnain S, and Nelly Marhayati, "Impelementasi Pendidikan Agama Islam Untuk Lansia Di Panti Sosial Tresna Wherda Provinsi Bengkulu," *Manhab: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* 4 (2019): 119–34.

¹² Yogi Nugraha and Yudi Firmansyah, "Karakter Toleransi Beragama Dalam Sudut Pandang Generasi Milenial," *Jurnal Moral Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2019): 69–76, <https://doi.org/10.21067/jmk.v4i2.3856>.

dan produktif baik bagi individu maupun masyarakat dapat menjadi solusi bagi keberadaan lansia. Perhatian dan kasih sayang juga kebersamaan dalam keluarga menjadi kekuatan yang dapat mengarahkan lansia untuk dapat produktif dan sejahtera di masa senjanya.

Secara khusus tulisan ini bertujuan menganalisis program dan kurikulum yang dilaksanakan pada Posyandu Lansia Samara. Selain itu tulisan ini juga menghadirkan inovasi kurikulum dan program pemberdayaan lansia melalui kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan bidang pendidikan, kesehatan dan kemasyarakatan. Program ini menjadi aktifitas yang dapat menguatkan sikap dan mental lansia dalam menikmati masa tua. Tulisan ini menguji bahwa menjadi lansia dengan memiliki program yang terencana dan mendapatkan perhatian keluarga, masyarakat dan negara dapat menjadi acuan bagi lansia lainnya yang saat ini belum tersentuh oleh kegiatan posyandu lansia atau kelompok lansia lainnya.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada Posyandu Lanjut Usia (Lansia) Samara di Wilayah Jakarta Selatan. Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, sebuah pendekatan penelitian yang memotret kondisi obyek alamiah. Teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan) dan analisis data bersifat induktif, serta hasil penelitian kualitatif ini lebih menekankan pada makna dari pada generalisasi¹³. Pendekatan kualitatif bertujuan agar dapat diperoleh pemahaman dan penafsiran yang mendalam tentang makna dari situasi dan kondisi yang ada di lapangan.

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian evaluasi dengan menggunakan studi kasus (*case studies*). Tujuan Studi kasus yaitu *pertama*, menghasilkan deskripsi secara detail dari suatu fenomena; *kedua*, mengembangkan penjelasan yang dapat diberikan dari studi kasus itu; dan *ketiga* mengevaluasi fenomena-fenomena¹⁴. Studi kasus adalah pendekatan yang digunakan untuk menyelidiki unit sosial yang kecil seperti keluarga, klub sekolah dan kelompok remaja. Studi kasus merupakan bagian dari penelitian kualitatif¹⁵.

¹³ sugyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan RnD," *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan RnD*, 2009.

¹⁴ Aas Siti Sholichah et al., "Penguatan Profesionalisme Guru Dalam Mengembangkan Literasi Digital Kegamaan (Studi Di SMP Islamic School Al-Bayan Jakarta)," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 433–54, <https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/2267/1001>.

¹⁵ Walter R Joyce P, Gall, Meredith D, Gall, & Borg, *Educational Research, An Introduction*, 2003.

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik ini dilakukan karena melibatkan partisipasi langsung. Observasi menjadi teknik pengumpulan data untuk mengetahui dan menggali sumber data yang terdiri dari peristiwa, lokasi dan subyek penelitian. Teknik observasi ini juga digunakan untuk mengetahui kendala-kendala dalam menghadapi permasalahan. Selain itu observasi juga dapat dilakukan dalam mengamati kegiatan yang sedang berlangsung seperti kegiatan pembelajaran, kegiatan bekerja dan lainnya.

Dalam penelitian ini observasi dilaksanakan di Posyandu Lansia Samara wilayah Pondok Pinang Kebayoran Lama, Jakarta Selatan. Penelitian diawali dengan mengamati secara langsung lingkungan dan mengamati kegiatan lansia. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara kepada pimpinan posyandu, staf posyandu dan warga lansia yang aktif pada kegiatan posyandu,

Hasil dan Pembahasan

Kebutuhan lansia akan belajar hal baru ini ternyata disambut positif oleh pemerintah dan juga masyarakat yang memiliki kepedulian lebih terhadap kelompok lansia. Hal ini diwujudkan dengan mulai marak berdirinya sekolah-sekolah lansia di berbagai daerah. Sekolah lansia adalah wadah pendidikan nonformal yang ditujukan untuk memberi informasi dan pelatihan baik pada bidang kesehatan, keagamaan, sosial-budaya, dan keahlian, agar lansia dapat hidup bahagia serta sejahtera. Dikutip dari laman Indonesia Ramah Lansia, metode yang digunakan dalam sekolah lansia antara lain ceramah, role play, diskusi interaktif maupun kelompok, serta kegiatan praktek. Sasaran dari program sekolah lansia adalah masyarakat yang berusia di atas 60. Namun pada prakteknya beberapa sekolah lansia juga menerima siswa pralansia, atau yang di bawah umur 60 tahun. Harapan program pendidikan nonformal ini adalah terwujudnya konsep lansia yang SMART (sehat, mandiri, aktif, produktif, dan bermartabat).

Dengan mengikuti sekolah lansia, para lansia dapat memperoleh keterampilan dan pengetahuan baru dalam berbagai aspek kehidupan seperti kesehatan, keuangan, teknologi, hobi, dan keterampilan sosial. Dengan demikian, mereka dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Sekolah lansia juga dapat membantu meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan, serta memberikan informasi tentang cara menjaga kesehatan tubuh dan pikiran. Di sekolah lansia, mereka memiliki wadah untuk bertemu dengan orang-orang sebaya,

bertukar informasi, berbagi pengalaman, dan meningkatkan jaringan sosial. Hal itu dapat membantu para lansia untuk tetap aktif dan terlibat dalam kegiatan sosial, sehingga dapat menghindari rasa kesepian atau isolasi sosial.

Peningkatan pelayanan kesehatan terhadap lanjut usia diperlukan untuk mewujudkan lansia yang sehat, berkualitas, dan produktif di masa tuanya. Pelayanan kesehatan pada lansia harus diberikan sejak dini yaitu pada usia pra lansia (45-59 tahun). Pembinaan kesehatan yang dilakukan pada lansia yaitu dengan memperhatikan faktor-faktor risiko yang harus dihindari untuk mencegah berbagai penyakit yang mungkin terjadi. Kemudian perlu juga memperhatikan faktor-faktor protektif yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan lansia.

Upaya yang telah dilakukan di Indonesia untuk meningkatkan pelayanan kesehatan pada lansia antara lain pelayanan geriatri di rumah sakit, pelayanan kesehatan di puskesmas, pendirian home care bagi lansia yang berkebutuhan khusus, dan adanya Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lanjut Usia atau Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). Pelayanan kesehatan ini tidak hanya memberikan pelayanan pada upaya kuratif, melainkan juga menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif. Berbagai pelayanan kesehatan tersebut, diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Penelitian dilaksanakan di Posyandu Lansia Samara yang beralamatkan di Jl. Saikin Pondok Pinang, Kebayoran Lama, Jakarta Selatan. Posyandu ini berdiri sejak tahun 2004. Biasanya posyandu identik dengan balita. Akan tetapi posyandu lansia Samara ini dikhususkan bagi warga lanjut usia. Bagi warga yang sudah memasuki usia 60 tahun maka dikategorikan lanjut usia¹⁶. Pada usia ini secara fisik fungsi tubuh sudah mulai lemah. Berbagai kendala kesehatan mulai menerpa. Kebutuhan di saat ini adalah perhatian dan kasih sayang. Hadirnya posyandu lansia adalah sebuah inovasi pemerintah dalam memberikan produktifitas dan perhatian terhadap lansia.

Posyandu Samara didirikan oleh Ina Mulyana. Seorang bidan yang memiliki keinginan kuat untuk memberikan layanan baik bidang pendidikan, kesehatan dan ekonomi. Kurikulum yang dikembangkan dalam posyandu ini mengacu pada kebutuhan lansia di wilayah Pondok Pinang, Kebayoran Baru. Kebutuhan akan kesehatan menjadikannya membuka program sehat lansia dan senam lansia. Untuk kurikulum pendidikan mengembangkan pengajian dan majlis taklim sebagai sarana belajar Al-Qur'an dan ilmu agama. Adapun dalam menunjang ekonomi,

¹⁶ Rizqi Amaliyyah, "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia" 2, no. 4 (2021): 6.

posyandu Samara mengembangkan Bank Sampah yang dikelola para lansia untuk kepentingan masyarakat sekitar. Berikut akan dijelaskan berbagai program Posyandu Lansia Samara.

1. Sehat Lansia

Kegiatan sehat lansia adalah upaya memberikan perhatian posyandu kepada lansia dengan mengupayakan kesehatan sehari-hari. Sehat lansia ini dilaksanakan setiap bulan dengan melakukan cek kesehatan rutin para lansia. Cek gula darah, cek darah, cek kolesterol rutin setiap bulan dilaksanakan. Bagi lansia yang membutuhkan obat posyandu menyediakan untuk penyakit yang ringan.

Kegiatan sehat lansia juga memberikan penyuluhan dan informasi mengenai kesehatan lansia. Penyuluhan dilaksanakan oleh petugas puskesmas dengan materi penyuluhan disesuaikan dengan keutuhan lansia. Seperti penyuluhan pentingnya menjaga kebersihan dan kesadaran membuang sampah, mencuci tangan dengan baik, penyuluhan mengenai penyakit menular, Bahaya nyamuk demam berdarah dan cara penanganan untuk demam berdarah. Hal yang tak terlupakan adalah menjaga kebersihan dan meningkatkan imun kesehatan di masa covid saat ini, karena lansia merupakan elemen yang paling rentan terhadap penularan virus covid 19. Difasilitasinya lansia untuk vaksin merupakan program yang dilaksanakan oleh posyandu lansia.



Foto: Program Kegiatan Sehat Lansia di Posyandu Lansia Samara

2. Senam Lansia

Kegiatan senam lansia dilaksanakan dua kali dalam satu minggu. Kegiatan senam dilaksanakan setiap hari Selasa dan Jumat pukul 07.00-08.00. Tujuan kegiatan senam ini adalah

sarana berkumpul dan berolahraga secara bersama. Senam yang dilaksanakan adalah senam jantung dan senam lansia. Untuk kegiatan senam dihadirkan instruktur senam. Manfaat yang didapatkan dari kegiatan senam ini adalah para lansia memiliki badan yang bugar dan sehat. Selain itu dengan berkumpul sesama lansia dapat bercerita dan berbagi kebahagiaan.

Untuk memberikan semangat, kegiatan senam dilaksanakan tidak saja di lapangan dekat posyandu akan tetapi juga dilaksanakan di luar sambil rekreasi seperti di lapangan Banteng dan di Kota Tua. Tentunya kegiatan senam ini menjadi kegiatan yang sangat diminati para lansia.



Foto: Kegiatan Senam Lansia di Posyandu Lansia Samara

3. Pengajian Al-Qur'an Lansia

Semangat lansia perempuan untuk belajar dan mengkaji Al-Qur'an di Posyandu Samara terealisasi dengan adanya pengajian al-Quran. Posyandu Lansia Samara bekerjasama dengan Yayasan Bilqis Center Indonesia mengadakan pengajian Al-Quran. Kegiatan ini dilaksanakan setiap hari Rabu pukul 16.00. Materi yang dipelajari mulai dari huruf hijaiyah sampai pada tahap membaca Al-Quran. Selain materi bacaan Al-Quran, kegiatan pengajian juga diisi dengan materi fiqih sehari-hari, seperti belajar wudhu dengan benar, belajar bacaan sholat, dan belajar gerakan sholat. Kemampuan lansia dalam membaca Al-Quran bervariasi. Ada yang masih dasar baru mengenal huruf hijaiyah, ada yang sudah bisa membaca Al-Quran akan tetapi bacaannya belum *tartil* (benar). Kegiatan ini selain menambah pengetahuan untuk lansia, juga sebagai sarana silaturahmi dan berkumpul.

Untuk mendapatkan hasil yang baik dalam bacaan Al-Quran, setiap individu yang hadir diberikan modul membaca Al-Qur'an. Modul ini dipelajari berulang-ulang yang sebelumnya dicontohkan oleh ustadzah (guru) yang bertugas membimbing bacaan Al-Quran. Modul Al-Quran dibuat khusus untuk yang belajar dari dasar sampai mahir. Dalam pembelajaran Al-

Quran, selain cara membaca juga diberikan materi untuk mengiramakan Al-Quran. Materi ini membuat pembelajaran bertambah semangat dan menarik. Pembimbing Al-Quran mencontohkan irama Al-Quran dimuali dari surat al-Fatihah. Selanjutnya setiap individu mempraktekan bacaan surat al-Fatihah diikuti dengan irama dan tajwid yang benar.

Kegiatan lainnya adalah penjelasan mengenai ibadah sehari-hari. Materi tentang cara wudhu yang benar, bacaan dan gerakan sholat yang benar sesuai tuntunan Rasulullah. Dipandu oleh guru, para lansia mendengarkan kemudian mengikuti bacaan doa-doa dalam sholat. Kegiatan ini dapat memberikan kekuatan spiritual untuk lansia.



Foto: Kegiatan Pengajian al-Quran Lansia Pada Posyandu Lansia Samara

4. Bank Sampah Lansia

Bank sampah adalah kegiatan inovatif yang dilaksanakan di posyandu lansia Samara. Kegiatan ini dilaksanakan dua kali dalam satu bulan. Bank sampah ini tidak hanya terbatas pada lansia akan tetapi diperuntukan juga untuk masyarakat sekitar. Barang-barang bekas seperti plastik, botol, alumunium dan lainnya ditukarkan di bank sampah tersebut kemudian hasilnya dalam bentuk uang ditabung selama tiga bulan. Kegiatan ini bermanfaat untuk warga karena sampah yang dikumpulkan akan didaur ulang dan dijadikan kerajinan rumahan. Selain bernilai ekonomis, kegiatan ini juga mengembangkan kreatifitas para lansia untuk produktif. Untuk itu tim posyandu memberikan bimbingan dan penyuluhan untuk penggunaan bahan daur ulang yang dapat bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, seperti membuat tas dari plastik, membuat tempat pensil dan piringan juga kreatifitas lain yang berniali seni.

5. Fieldtrip dan Rekreasi

Kegiatan Fieltrip dilaksanakan dua kali dalam satu tahun. Kegiatan ini sebagai sarana menjalin kebersamaan dan kekompakkan antar lansia. Tempat yang tuju untuk kegiatan ini

variatif tergantung pada keinginan para lansia. Adapun biaya pelaksanaan dari tabungan yang dilakukan oleh para lansia. Selama kegiatan fieldtip dan rekreasi para lansia juga melaksanakan senam di tempat rekreasi. Tentunya kegiatan ini dapat bernilai untuk kesehatan fisik dan psikis. Fieldtip ini dapat menjadi bonus setiap semester di tengah kegiatan-kegiatan lain yang dilakukan di Posyandu lansia Samara.

Kesimpulan

Studi ini menunjukkan bahwa perhatian dan pola kurikulum pendidikan untuk lansia sangat dibutuhkan. Hal ini terlihat dari program yang dilakukan oleh Posyandu Samara mendapatkan respon positif terhadap fisik dan psikis para lansia. Kegiatan yang dilaksanakan Posyandu Lansia Samara merupakan program untuk lansia perempuan yang berkaitan dengan kesehatan, pendidikan dan ekonomi. Program yang berkaitan dengan kesehatan adalah dengan melaksanakan Sehat Lansia yaitu penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan oleh Tim dari Puskesmas. Selain itu program kesehatan juga dilaksanakannya senam lansia. Untuk senam yang dilakukan adalah senam jantung dan senam khusus lansia yang dibimbing oleh instruktur senam. Adapun Kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan dan Agama adalah adanya pengajian Al-Quran Lansia. Pengajian Al-Quran ini dilaksanakan setiap Rabu sore dengan mengajarkan pembacaan Al-Quran secara dasar dan juga diberikan bimbingan untuk materi sholat dalam kehidupan sehari-hari. Selain kegiatan di bidang kesehatan dan pendidikan, kegiatan yang dilaksanakan adalah berkaitan dengan ekonomi. Program Bank Sampah merupakan kegiatan yang dilaksanakan di Posyandu Samara. Kegiatan ini adalah mengumpulkan barang bekas plastic, botol dan kaleng yang dikelola di Posyandu selanjutnya barang-barang tersebut ditukar dengan uang ditabung di posyandu lansia samara. Kegiatan yang inovatif lainnya adalah fieldtrip dan rekreasi lansia ke tempat-tempat yang nyaman dan menyenangkan. Kegiatan ini dilaksanakan satu tahun dua kali, dan antusias lansia untuk kegiatan ini tinggi. Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh Posyandu Lansia Samara merupakan suatu usaha dalam mengembangkan produktifitas para lansia.

Saran

Mengingat pentingnya memperhatikan kebutuhan lansia baik dari segi Kesehatan pendidikan serta banyak lainnya yang menyangkut kebahagiaan dan perilaku positif lansia di masa lanjutnya maka pemerintah seharusnya membuat banyak wadah yang dapat

memberdayakan kehidupan lansia. Lansia harus mendapat ruang khusus agar sisa kehidupannya menjadi bermakna dan juga penuh dengan kebahagiaan.

Daftar Pustaka

- Amaliyyah, Rizqi. "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia" 2, no. 4 (2021): 6.
- Dahyani, Archi Novita, Zulkarnain S, and Nelly Marhayati. "Impelementasi Pendidikan Agama Islam Untuk Lansia Di Panti Sosial Tresna Wherda Provinsi Bengkulu." *Manhab: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* 4 (2019): 119–34.
- Erwanto, R, D E Kurniasih, and ... "Pengembangan Dusun Ramah Lansia Melalui Pelaksanaan Sekolah Lansia Di Karet Kabupaten Bantul." *JMM (Jurnal Masyarakat ...* 4, no. 6 (2020): 8–10. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/3170>.
- Hermawan, Yudi Candra, Wikanti Iffah Juliani, and Hendro Widodo. "Konsep Kurikulum Dan Kurikulum Pendidikan Islam." *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 10, no. 1 (2020): 34. <https://doi.org/10.22373/jm.v10i1.4720>.
- Indrayani, and Sudarto Ronoatmojo. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017." *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 9, no. 1 (2018): 69–78. <https://doi.org/10.22435/kespro.v9i1.892.69-78>.
- Joyce P, Gall, Meredith D, Gall, & Borg, Walter R. *Educational Research, An Introduction*, 2003.
- Kiik, Stefanus Mendes, Junaiti Sahar, and Henny Permatasari. "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan." *Jurnal Keperawatan Indonesia* 21, no. 2 (2018): 109–16. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>.
- Nugraha, Yogi, and Yudi Firmansyah. "Karakter Toleransi Beragama Dalam Sudut Pandang Generasi Milenial." *Jurnal Moral Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2019): 69–76. <https://doi.org/10.21067/jmk.v4i2.3856>.
- Oktowaty, Susi, Elsa Pudji Setiawati, and Nita Arisanti. "Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Kronis Degeneratif Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama." *Jurnal Sistem Kesehatan* 4, no. 1 (2018): 1–6. <https://doi.org/10.24198/jsk.v4i1.19180>.
- Prima, Dwi Ratna, Azahra Afni Safirha, Siti Nuraini, and Nurul Maghfiroh. "Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Grogol Jakarta Barat." *Jurnal Kebidanan* 8, no. 1 (2019): 1–7. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.115>.
- Sa'adah, Nurus. "Menata Kehidupan Lansia: Suatu Langkah Responsif Untuk Kesejahteraan

Konstruksi Kurikulum Pendidikan Pemberdayaan Perempuan Lanjut Usia
(Studi pada Posyandu Lansia Samara)

Keluarga (Studi Pada Lansia Desa Mojolegi Imogiri Bantul Yogyakarta).” *Jurnal Sosiologi Agama* 9, no. 2 (2017): 49. <https://doi.org/10.14421/jsa.2015.092-03>.

Sholichah, Aas Siti, Baeti Rahman, Wildan Alwi, and Ade Muqit. “Penguatan Profesionalisme Guru Dalam Mengembangkan Literasi Digital Kegamaan (Studi Di SMP Islamic School Al-Bayan Jakarta).” *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 433–54. <https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/2267/1001>.

Sugiyono. “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan RnD.” *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan RnD*, 2009.

