

PEMBERDAYAAN LANSIA DALAM MENINGKATKAN KETAHANAN PANGAN DI PANTI SOSIAL LANJUT USIA HARAPAN KITA

¹Budi Santoso, ²Sumarni Bayu Anita, ³Indah Pusnita

^{1,2}Program Studi Ilmu Komunikasi, STISIPOL Candradimuka

³Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, STISIPOL Candradimuka

*Email: Indah.pusnita@stisipolcandradimuka.ac.id

ABSTRAK

Undang Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia mendefinisikan penduduk lanjut usia (lansia) sebagai mereka yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Kegiatan pemberdayaan lansia menggunakan metode pelaksana partisipatif yakni dengan cara mengajak seluruh lansia usia produktif mengikuti kegiatan yang dilakukan di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang, mulai dari proses perencanaan dan pengumpulan data sampai dengan penyusunan kerangka kegiatan praktik kerja lapangan, dan kegiatan telah dilaksanakan selama 1 (satu) bulan. Kegiatan pemberdayaan lansia terdiri dari beberapa tahapan kegiatan mulai tahap perencanaan, tahap pelaksanaan terdapat dua kegiatan utama yakni budidaya tanaman sayur dan budidaya ikan lele serta pembuatan coklat karakter, dan tahap evaluasi kegiatan. Adapun kegiatan ini memberikan dampak positif tidak hanya bagi lansia namun juga bagi lembaga pelayanan yang terlibat dalam pemberdayaan lansia, diantaranya meningkatkan kesejahteraan fisik, mendorong lansia untuk tetap aktif secara sosial, berpartisipasi dalam kegiatan komunitas, dan memelihara hubungan sosial yang sehat dan meningkatkan kemandirian lansia dan mengurangi ketergantungan pada pihak lain.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Partisipasi, Kemandirian lanjut usia

ABSTRACT

Law Number 13 of 1998 concerning the Welfare of the Elderly defines the elderly population as those who have reached the age of 60 (sixty) years and over. The elderly empowerment activity uses a participatory implementation method, namely by inviting all elderly people of productive age to take part in activities carried out at the Harapan Kita Social Home, Palembang City, starting from the planning and data collection process to preparing the framework for practical field work activities, and the activities have been carried out for 1 (one) month. Elderly empowerment activities consist of several activity stages starting from the planning stage, the implementation stage, there are two main activities, namely vegetable cultivation and catfish cultivation as well as making chocolate characters, and the activity evaluation stage. This activity has a positive impact not only for the elderly but also for service institutions involved in empowering the elderly, including improving physical well-being, encouraging the elderly to remain socially active, participate in community activities, and maintain healthy social relationships and increase the independence of the elderly and reduce dependence on other parties.

Keywords: Empowerment, Participation, Independence of the elderly

Pendahuluan

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan membawa dampak terhadap berbagai kehidupan, salah satu dampak tersebut ialah peningkatakan ketergantungan lansia yang disebabkan oleh kemunduran fisik, psikis, dan sosial lansia yang dapat digambarkan melalui tiga tahap yakni kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan dan keterhambatan yang akan dialami bersamaan dengan proses kemunduran akibat proses menua. Secara global, ada 727 juta orang yang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020 (UN, 2020). Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050 (Badan Pusat Statistik, 2021). Menurut Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil), ada 30,16 juta jiwa penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia pada 202, dan kelompok ini porsinya mencapai 11,01% dari total penduduk Indonesia yang berjumlah 273,88 juta jiwa.

Tabel 1. Jumlah penduduk lansia menurut kelompok umur (2021)

No.	Nama Data	Nilai / Jiwa
1	75 tahun ke atas	5.976.200
2	70-74 tahun	5.109.775
3	65-69 tahun	7.773.299
4	60-64 tahun	11.304.224

Sumber: Databoks, 2022

Lebih lanjut, pertambahan usia mengakibatkan terjadinya penurunan kondisi fisik, baik dari berkurangnya kekuatan fisik yang menyebabkan individu menjadi cepat lelah maupun menurunnya kecepatan reaksi yang menyebabkan gerak-geriknya menjadi lamban. Selain itu, timbul penyakit yang beragam sehingga menyebabkan lansia memerlukan bantuan dan perawatan khusus untuk proses penyembuhan. Kondisi di atas memerlukan perhatian khusus dari berbagai pihak salah satunya yakni keluarga. Akan tetapi, faktanya masih terdapat keluarga yang tidak peduli terhadap kondisi lansia sehingga menyebabkan terjadinya penelantaran terhadap lansia.

Lanjut usia atau disingkat dengan lansia merupakan suatu tahap lanjut dari proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi dan sistem tubuh secara alamiah atau fisiologis (Pudjiastuti, 2003). Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia dipaparkan bahwa seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun atau lebih karena faktor-faktor tertentu tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya baik jasmani, rohani maupun sosialnya dan lanjut usia merupakan proses menua yang paling akhir. Memasuki usia lanjut sebagian besar para lansia menjadi tidak produktif dan menyebabkan beban bagi keluarga dan masyarakat, sehingga untuk mengantisipasi hal tersebut maka perlu adanya upaya peningkatakan kesehatan (*promotion*), pencegahan terhadap penyakit (*prevention*), pengobatan penyakit (*curative*) dan pemulihan kesehatan (*rehabilitation*) (Darmojo, (2003)).

Lanjut usia yang masuk dalam kategori usia produktif dapat diberikan kesempatan yang baik untuk memunculkan kegiatan pada sektor ekonomi. Salah satunya dengan adanya kegiatan pemberdayaan lansia, hal ini diperlukan mengingat lansia menjadi salah satu kelompok yang rentan terhadap berbagai ancaman. Kegiatan

pemberdayaan lansia menjadi upaya untuk meningkatkan kemampuan fisik, mental spiritual, sosial, pengetahuan, dan keterampilan agar lansia dapat mengikuti kegiatan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Kegiatan pemberdayaan lansia dapat dilaksanakan di lingkungan masyarakat maupun di panti sosial lanjut usia. Menurut Eddy Papilaya dalam Zubaedi (2007) pemberdayaan adalah upaya membangun kemampuan masyarakat dengan mendorong, memotivasi, membangkitkan kesadaran akan potensi yang dimiliki, serta berupaya untuk mengembangkan potensi itu menjadi tindakan nyata (Febriyati, 2017). Selanjutnya Suharto, (2005) memaparkan bahwa pemberdayaan yakni suatu kegiatan yang merujuk pada kemampuan orang khususnya pada kelompok rentan, dan kelompok lemah sehingga memiliki kemampuan dan kekuatan dalam hal 1). Memenuhi kebutuhan dasarnya sehingga mereka memiliki kebebasan (*freedom*), dalam arti bukan saja bebas mengemukakan pendapat, melainkan bebas dari kelaparan, bebas dari kebodohan, bebas dari kesakitan; 2). Menjangkau sumber-sumber produktif yang memungkinkan mereka dapat meningkatkan pendapatannya dan memperoleh barang-barang dan jasa-jasa yang mereka perlukan; 3) Berpartisipasi dalam proses pembangunan dan keputusan-keputusan yang mempengaruhi mereka.

Lebih lanjut, kegiatan ini dilaksanakan di salah satu panti sosial lanjut usia harapan kita yang berada di Kota Palembang. Topik kegiatan berkaitan dengan peningkatan ketahanan pangan bagi lansia dengan tujuan untuk mengembangkan potensi dan kemampuan lansia terhadap ketahanan pangan berkelanjutan di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang.

Metode Pelaksana

Kegiatan pemberdayaan lansia menggunakan metode partisipatif yakni dengan cara seluruh lansia usia produktif mengikuti kegiatan yang dilakukan di Panti Sosial Harapan Kita, mulai dari proses perencanaan dan pengumpulan data sampai dengan penyusunan kerangka kegiatan praktik kerja lapangan. Sebelumnya kegiatan dilaksanakan, mahasiswa melakukan observasi terlebih dahulu untuk melihat kondisi di lapangan, kemudian wawancara dengan petugas panti. Setelah data diperoleh maka tahapan selanjutnya mulai melakukan implementasi terhadap rencana program yang telah disetujui oleh berbagai pihak. Tentunya tahapan terakhir yakni evaluasi terhadap program yang telah dilaksanakan. Berikut ini adalah jadwal kegiatan pemberdayaan dalam meningkatkan ketahanan pangan di panti sosial lanjut usia harapan kita.

Tabel 2. Jadwal kegiatan

No	Kegiatan	Minggu ke			
		1	2	3	4
1	Observasi lapangan dan perizinan				
2	Pertemuan dengan para lansia produktif				
3	Perencanaan kegiatan				
4	Implementasi kegiatan				
5	Evaluasi				

Sumber: diolah oleh penulis, 2022

Hasil dan Pembahasan

Panti sosial lanjut usia dikenal sebagai panti jompo merupakan tempat pelayanan sosial bagi orang lanjut usia dengan pelayanan yang tidak permanen sehingga anggota keluarga masih dapat menghubungi atau bahkan mendatangi mereka. Panti sosial lanjut usia akan siap menerima orang lanjut usia baik yang datang secara sukarela maupun yang diserahkan oleh anggota keluarganya untuk diurus. Panti sosial lanjut usia juga akan menerima orang lanjut usia yang datang secara sukarela, tetapi mereka tetap memerlukan perawatan. Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang sebagai unit pelaksana teknis dari Dinas Sosial Provinsi Sumatera Selatan, bertugas memberikan bantuan dan penyantunan terhadap para lanjut usia/jompo yang kondisi fisik dan ekonominya lemah. Pemberian bantuan ini berupa pelayanan dan pemeliharaan, pembinaan kerohanian, dan pelayanan yang bersifat rekreatif. Adapun lansia yang berada di panti berjumlah 58 (lima puluh delapan) orang, terdiri dari 26 (dua puluh enam) orang laki-laki dan 32 (tiga puluh dua) orang perempuan.

Lanjut usia yang masih produktif harus dapat diberdayakan agar tetap sehat dan mandiri selama mungkin. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mendukung lansia produktif yakni dengan memberdayakan lansia. Usaha ini dapat dilakukan tidak hanya di lingkungan masyarakat, melainkan juga di lingkungan panti sosial lanjut usia. Dengan adanya kegiatan tersebut tentu mendorong lansia menjadi lebih aktif dan mandiri. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama beberapa waktu, maka pemberdayaan dibagi menjadi beberapa kegiatan diantaranya:

A. Tahap perencanaan kegiatan

Pada tahapan ini mahasiswa kelompok praktikum melakukan observasi sebelum menentukan program yang sesuai dengan kondisi lansia di panti sosial. selanjutnya, kelompok praktikum mengadakan rapat penyusunan program PPKS (Praktikum Pelayanan Kesejahteraan Sosial) termasuk didalamnya membahas anggaran dana yang dibutuhkan selama kegiatan berlangsung seperti pembelian bibit ikan lele, bibit sayuran, dan bahan mentah untuk pembuatan produksi coklat. Di bawah ini dokumentasi mahasiswa pertama kali datang ke lokasi kegiatan pengabdian dan rapat penyusunan agenda praktik kerja lapangan.



Gambar 1. Rapat penyusunan agenda praktik kerja lapangan
Sumber: diolah oleh penulis, 2022

B. Tahap pelaksanaan kegiatan

Pada tahap ini terdapat beberapa kegiatan seperti budidaya tanaman sayur dan budidaya ikan lele serta pembuatan coklat. Ketiga kegiatan tersebut masih termasuk kategori yang mudah dikerjakan oleh para lansia dan tidak memerlukan tenaga yang berlebihan. Berikut ini merupakan penjabaran dari kedua kegiatan pemberdayaan.

1. Budidaya tanaman sayur dan ikan lele

Pertama yang dilakukan adalah pembersihan lahan untuk bercocok tanam dan pembersihan kolam untuk budidaya ikan lele termasuk melakukan penaburan garam untuk menetralkan kadar air di dalam kemudian didiamkan selama satu minggu. Selanjutnya, pembuatan lobang untuk menanam bibit kangkung dan tomat pada lahan perkebunan yang sudah dipersiapkan pada pertemuan sebelumnya. Kemudian pengisian bibit ke dalam kolam untuk budidaya ikan lele yang sudah disiapkan sebelumnya dan melakukan pembersihan lahan guna penyulaman kembali bibit sayuran yang tidak tumbuh. Selama proses kegiatan tentu melibatkan para lansia laki-laki untuk ikut berpartisipasi dengan diajarkan langsung oleh mahasiswa bagaimana cara merawat tanaman dan bibit lele yang sudah diisi ke dalam kolam, sehingga ketika program praktikum sudah selesai maka program ini tetap berjalan sampai waktu jangka panjang. Di bawah ini merupakan anggaran pembiayaan kegiatan budidaya tanaman sayur dan ikan lele.

Tabel 3. Anggaran pembiayaan kegiatan

BUDIDAYA TANAMAN SAYUR		BUDIDAYA IKAN LELE	
Nama barang	Jumlah	Nama barang	Jumlah
Bibit kangkung	1 Kg	Bibit lele	100
Bibit tomat	1 Kg	Pakan/pelet	1 Karung
Pupuk mutiara	1 Kg	Waring	1

Sumber: diolah oleh penulis, 2022

Berikut adalah dokumentasi kegiatan budidaya tanaman sayur dan budidaya ikan lele yang dilakukan oleh mahasiswa STISIPOL Candradimuka bersama dengan perwakilan lansia usia produktif dan petugas Panti Sosial Harapan Kita.



Gambar 2. Pembersihan lahan dan kolam ikan lele

Sumber: diolah oleh penulis, 2022

2. Pembuatan coklat

Proses pembuatan coklat dimulai dari menyiapkan bahan mentah sampai dengan berbentuk coklat karakter yang siap untuk dikonsumsi dan dipasarkan. Pembuatan coklat melibatkan proses kreatif dalam menciptakan berbagai jenis coklat, mulai dari coklat batangan, coklat praline, hingga coklat hiasan. Ini dapat membantu para lanjut usia untuk mengembangkan keterampilan baru dan merangsang kreativitas. Dengan terlibat dalam proses pembuatan coklat, lansia dapat merasa lebih mandiri dan bermanfaat. Kelompok ini dapat belajar untuk mengelola proses produksi dari awal hingga akhir, yang bisa meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Berikut merupakan tahapan pembuatan coklat karakter.

Tabel 4. Tahapan pembuatan coklat karakter

Alat dan bahan	<ol style="list-style-type: none">1. Coklat batangan (warna warni)2. Air3. Cetakan coklat karakter4. Kompor5. Panci6. Gunting7. Sendok8. Plastik segitiga9. Toples atau wadah kemasan
Cara membuat	<ol style="list-style-type: none">1. Potong coklat kecil, pink dan coklat secara bertahap, sementara masak air sampai mendidih dengan panci besar yang bisa menampung menguk coklat yang akan dicairkan. Setelah 15 (lima belas) menit masukan potongan coklat secara bertahap dan bergantian antara coklat putih, pink dan coklat di wadah yang sudah disiapkan. Kemudian letakan di dalam panci yang berisi air yang sudah dipanaskan sebelumnya. Pastikan jangan sampai air masuk ke dalam wadah yang berisi coklat, sembari terus diaduk agar coklat tidak gosong dan cair secara merata.2. Selanjutnya setelah proses pencairan coklat selesai, maka proses yang akan dilakukan adalah pembentukan coklat karakter dengan cara masukan coklat yang sudah dilelehkan ke dalam plastik segitiga, sebelumnya pisahkan terlebih dahulu menjadi beberapa bagian untuk membuat coklat dengan bentuk dan warna yang berbeda-beda sesuai yang diinginkan.3. Setelah coklat dimasukan kedalam plastik segitiga, coklatpun siap dicetak dengan cara masukan sedikit demi sedikit coklat ke dalam cetakan hingga penuh. Setelah semuanya masuk ke dalam cetakan lanjut ke proses selanjutnya dengan cara coklat dimasukan ke dalam <i>freezer</i> dan tunggu sampai coklat mengeras.4. Setelah coklat mengeras, keluarkan coklat dari cetakan. Susun coklat ke dalam toples yang sudah disiapkan, dan hiasi toples semenarik mungkin.5. Agar coklat tahan lama dan tidak meleleh maka simpan coklat dalam <i>freezer</i> atau ruangan dengan suhu rendah.

Sumber: diolah oleh penulis, 2022.

Pembuatan coklat dilakukan pada akhir kegiatan, hal ini agar tidak mengganggu proses bercocok tanam dan pembudidayaan ikan lele. Selain itu juga, proses pembuatan coklat tidak begitu sulit dibandingkan dengan kedua kegiatan sebelumnya.

Selanjutnya, mahasiswa bersama dengan petugas panti membuat strategi pemasaran untuk memasarkan produk yang telah dihasilkan guna dapat bernilai ekonomi. Promosi yang dilakukan secara *offline* maupun *online*. Adapun strategi yang dilakukan diantaranya:

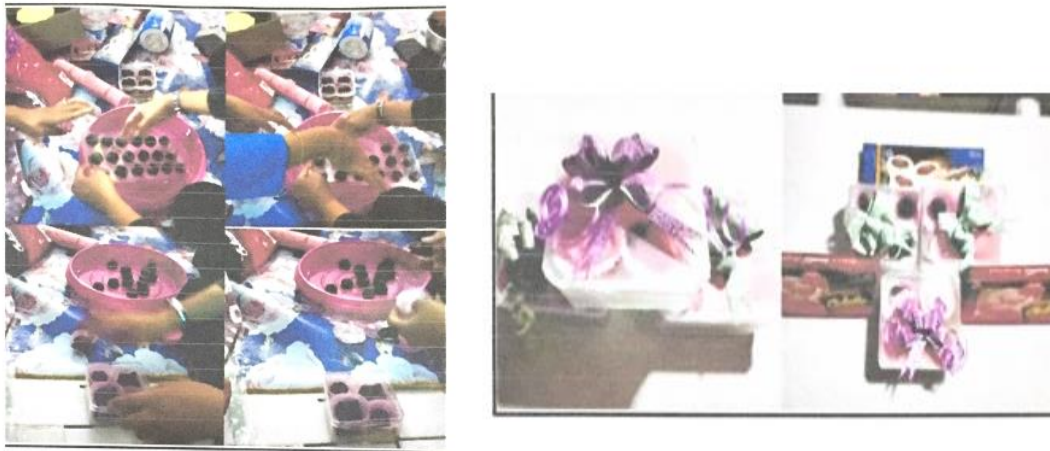
1. Promosi dari mulut ke mulut

Kegiatan ini menjadi promosi yang paling sederhana, serta tidak memerlukan banyak biaya. Cukup dengan bercerita dengan teman-teman atau keluarga untuk mempromosikan usaha sehingga secara tidak langsung semua orang akan mengenal produk coklat ini.

2. Media sosial

Internet terutama media sosial menjadi tempat yang paling strategis untuk memasarkan suatu produk. Promosi dilakukan melalui facebook, whatsapp, instagram dengan demikian maka seluruh kalangan dapat mengetahui produk coklat yang diproduksi oleh lansia di Panti Sosial Harapan Kita.

Adapun di bawah ini merupakan hasil dokumentasi kegiatan pembuatan coklat karakter yang dilakukan oleh lansia bersama dengan mahasiswa STISIPOL Candradimuka.



Gambar 3. Pembuatan coklat karakter dan hasil pengemasan coklat

Sumber: diolah oleh penulis, 2022

C. Tahap evaluasi

Evaluasi dilakukan guna mengetahui seberapa besar keberhasilan program pemberdayaan yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa dalam PPKS (Praktikum Pelayanan Kesejahteraan Sosial). Sejauh kegiatan yang telah dilaksanakan, dihasilkan bahwa pemberdayaan lansia di Panti Sosial Harapan Kita memberikan pengaruh positif terhadap para lansia produktif untuk dapat beraktivitas. Selain itu, hasil yang diperoleh dapat membantu menghasilkan pendapatan ekonomi bagi lansia, sehingga beberapa lansia dapat mencukupi kebutuhan sehari-hari di panti dengan penghasilan yang diperolehnya. Kegiatan pemberdayaan berjalan dengan baik, tentu mendapat dukungan utuh dari petugas panti dan semua lansia produktif ikut serta dalam kegiatan yang dilakukan selama kurang lebih 1 (satu) bulan.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pemberdayaan bagi lansia memberikan banyak manfaat positif yang dirasakan oleh berbagai pihak, diantaranya lansia produktif dan petugas panti sosial lanjut usia harapan kita Kota Palembang. Pemberdayaan bagi lansia di panti sosial menjadi upaya penting untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Dengan memberikan kesempatan untuk tetap aktif, terlibat, dan bermanfaat bagi masyarakat, dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lansia dan memperlakukan kelompok lansia dengan baik. Adapun saran yang diberikan yakni untuk pihak panti mampu memfasilitasi lansia untuk

mengikuti berbagai kegiatan yang mendorong produktivitas, sehingga lansia dapat memperoleh berbagai kegiatan untuk menjalani hari-hari agar tidak merasa jenuh.

Daftar Pustaka

- Girsang, A. P. L., Ramadani, K. D., Nugroho, S. W., Sulistyowati, N. P., Putrianti, R., & Wilson, H. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*
- Darmojo, Boedhi. (2003). Konsep "Menua Sehat" Dalam Geriartri. *Medika*. No. 12, XXIX, Desember 2003
- Febriyati. (2017). Pemberdayaan Lansia Melalui Usaha Ekonomi Produktif oleh Bina Keluarga Lansia (BKL) Mugi Waras di Kabupaten Sleman. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat: Media Pemikiran dan Dakwah Pembangunan*. Vol. 1, no. 1 (2017), hal. 177-192, doi: 10.14421/jpm.2017.011-10
- Kusnandar, V.B. (2022). *Ada 30 Juta Penduduk Lansia di Indonesia pada 2021*. Diakses pada 10 Juni 2022, dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/>
- Pudjiastuti, S.S. (2003). *Fisioterapi pada lansia*. Jakarta: EGC
- Suharto, E. (2005). *Membangun Masyarakat, dan Memberdayakan Rakyat*. Jakarta: Refika Aditama.
- Undang Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia