

## Pemberdayaan Masyarakat Pra Lansia dan Lansia di Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo

Muhammad Fadeli<sup>1</sup>, Musahadah<sup>2</sup>, Tri Prasetijowati<sup>3</sup>, Fierda Nurany<sup>4</sup>, Tira Fitriawardhani<sup>5</sup>, Bagus Ananda K<sup>6</sup>, M. Hilmi Aziz<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Bhayangkara Surabaya

*cakdeli@ubhara.ac.id, musahadah@ubhara.ac.id, triprasetijowati@ubhara.ac.id, fierdanurany@ubhara.c.id, tira@ubhara.ac.id, hilmy@ubhara.ac.id*

*Email Korespondensi: cakdeli@ubhara.ac.id*

### ABSTRAK

Karena penurunan kapasitas intrinsik dan fungsional dan resiko mengalami keterbatasan, masalah kesehatan yang lebih sering muncul dengan bertambahnya usia. Oleh karena itu diperlukan pemberdayaan potensi lansia untuk beraktivitas dan lebih produktif. Kondisi pra lansia dan lansia di desa Kepuh Kemiri Tulangan belum memiliki potensi yang dapat menunjang produktif. Melalui pelatihan budidaya dan pengolahan kelor serta literasi digital diharapkan mampu secara mandiri mengolah kelor untuk kebutuhan pemenuhan nutrisi serta mampu menjual produk-produk kelor melalui internet Keberlanjutan program ini adalah terbentuknya taman lansia tempat bertemunya para lansia untuk usaha produktif. Melalui pemberdayaan masyarakat oleh tim pemberdaya Fisip Ubhara Surabaya mampu memberikan peluang kemandirian masyarakat lanjut usia di Desa Kepuh Kemiri Tulangan – Sidoarjo.

**Kata kunci :** Berdaya, Lansia, Kelor

### ABSTRACT

*Due to decreased intrinsic and functional capacity and the risk of experiencing limitations, health problems are more common with increasing age. Therefore, it is important to allow parents to be more active and productive. The condition of the pre-elderly and elderly in Kepuh Kemiri Tulangan village does not yet have the potential to support productivity. Through training in cultivating and processing moringa as well as digital literacy It is hoped that they will be able to process moringa for nutritional purposes on their own and sell moringa products online. The continuation of this program is the formation of an elderly park where the elderly can meet for productive businesses. Through community empowerment by the Fisip Ubhara Surabaya empowerment team, it was able to provide opportunities for independence for the elderly community in Kepuh Kemiri Tulangan Village – Sidoarjo.*

**Keywords:** Helpless, Elderly, Moringa

### A. PENDAHULUAN

Penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan adalah tanda tua. Kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan antara stres fisik dan emosional dikenal sebagai lansia (Efendi & Makhfudli, 2010). Orang yang berusia

lebih dari enam puluh tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari disebut lansia (Ratnawati, 2017). Dari kedua definisi tersebut, lansia adalah seseorang yang lebih dari enam puluh tahun dan menghadapi kondisi yang melibatkan penurunan kemampuan beradaptasi dan keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Menurut Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, seseorang yang disebut sebagai lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, baik pria maupun wanita. (Nugroho, 2014). World Health Organization (WHO) menetapkan pra lansia sebagai usia pertengahan, yaitu dari 45 hingga 59 tahun, dan dianggap sebagai kelompok yang rentan terhadap penyakit fisik dan mental. Kementerian Kesehatan RI tahun 2013 mengklasifikasikan lansia menjadi (KEMENKES..RI, 2013). Pra lansia berusia dari 45 s.d. 59 tahun dan lansia berusia  $\geq 60$  tahun.

Berdasarkan data BPS tahun 2020, jumlah penduduk lansia di Indonesia sebesar 6,82 juta orang, atau sekitar 9,92% dari populasi, menunjukkan bahwa Indonesia sedang memasuki era penduduk menua atau era penduduk menua. Ini berarti bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia hampir menembus angka 10% dari populasi, yang berarti bahwa semakin meningkatnya usia akan menyebabkan peningkatan masalah kesehatan karena penurunan kapasitas intrinsik dan fungsional, serta peningkatan resiko terkena penyakit. Padahal jika diberdayakan potensi lansia bisa didorong beraktivitas & menghasilkan barang juga jasa. Sebab selama ini pra lansia dan lansia di desa Kepuh Kemiri Tulangan belum memiliki potensi yang dapat menunjang kemandirian artinya lansia banyak bergantung pada orang lain atau tidak berdaya. Sebagai upaya menambah wawasan dan pengetahuan komunitas pra lansia dan lansia di Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo diperlukan akifitas pemberdayaan berbasis potensi lokal. Selain masalah kesehatan dan ketergantungan pada orang lain para lansia juga mengalami ketergantungan pada media sosial. Karena sebagian para lansia mendapatkan hiburan melalui media sosial khususnya Youtube. Oleh karena itu diperlukan literasi digital, agar para lansia mampu memanfaatkan dunia digital sesuai porsinya karena kecenderungan para lansia kepada media sosial cukup tinggi, jika tidak diimbangi dengan pengetahuan terhadap dunia digital maka dikhawatirkan terpapar berita *hoax* maupun penipuan.

Sebagai upaya pencegahan fenomena tersebut Desa Kepuh Kemiri membentuk Di masa mendatang, BKL Kabupaten Sidoarjo akan menyelenggarakan pendidikan non-

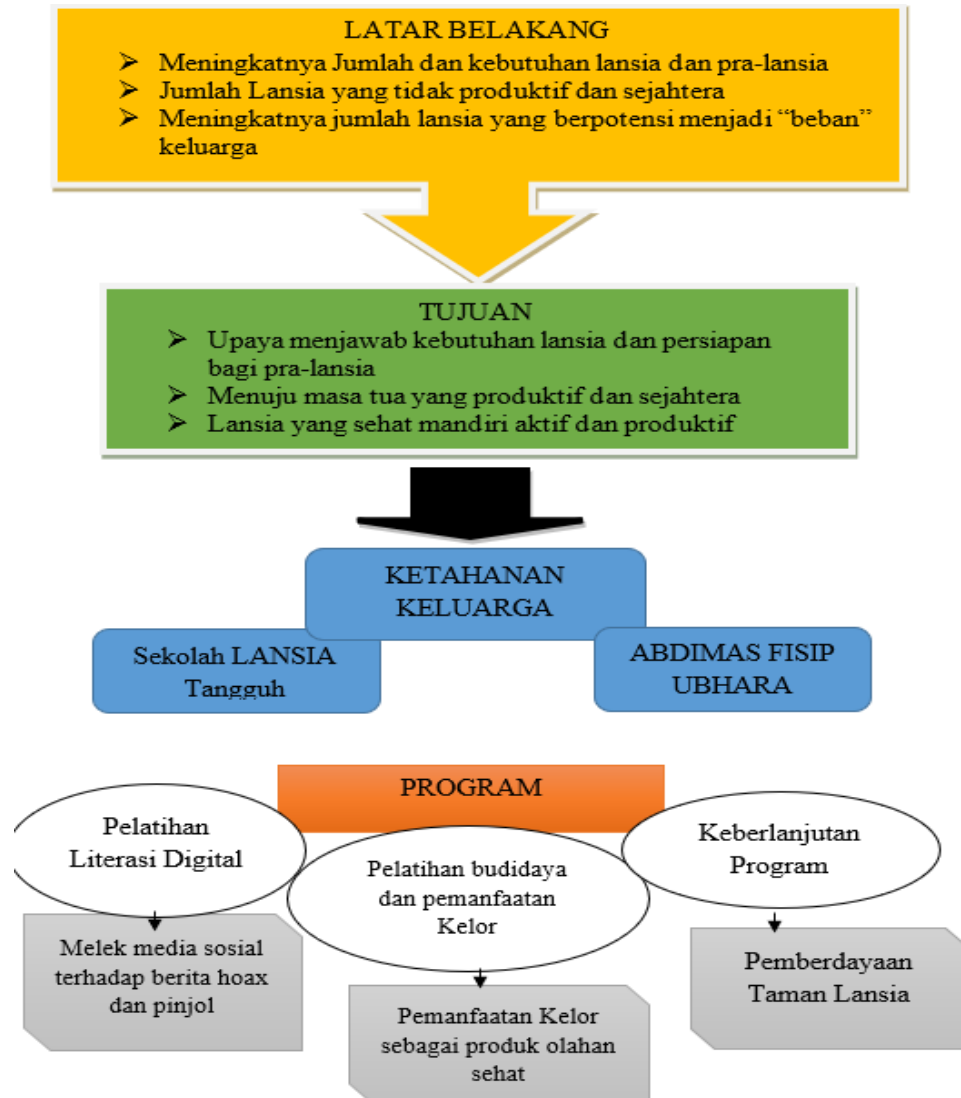
formal bernama Sekolah Lansia Tangguh SAYANG atau Selantang SAYANG. Nama ini merujuk pada sekolah lansia tangguh untuk Sidoarjo yang gemilang karena orang tua yang cerdas, sehat, mandiri, dan aktif. Dinas P3AKB dan BKKBN meresmikan Sekolah Sayang Orang tua Hebat, Jumlah siswa adalah 70 orang tua yang menghadiri pertemuan setiap bulan dua kali selama enam bulan bertempat di Balai Desa Kepuh Kemiri Tulangan Sidoarjo (01/08/2022).

Sesuai motto Universitas Bhayangkara Surabaya sebagai kampus kamtibmas maka Fisip Ubhara Surabaya yang memiliki kepedulian dalam pemberdayaan pra lansia dan lansia untuk menunjang tertib bermasyarakat. Tim pemberdaya Fisip Ubhara Surabaya mengambil bagian sesuai kompetensinya yaitu pelatihan literasi digital, pelatihan budidaya dan pemanfaatan kelor. Sebagai bagian dari tri dharma Perguruan Tinggi, dharma ketiga adalah pengabdian masyarakat. Untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat, para dosen diberi tugas dekan untuk melakukan aktivitas yang mendukung pra- dan lansia. Aktivitas diawali dengan penandatanganan perjanjian kerjasama antara Fisip Ubhara Surabaya dan Pemerintah Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo. Kegiatan pemberdayaan masyarakat pra lansia dan lansia bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup orang lanjut usia, yang dikenal sebagai lansia, dengan menjadikan mereka lebih produktif dan sejahtera.

Meningkatnya jumlah penduduk pra lansia dan lansia di Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo Jika tidak diimbangi pola pemberdayaan lansia maka akan menimbulkan dampak harmonisasi karena lansia menjadi beban bagi keluarga dan lingkungan. Oleh karena itu diperlukan upaya pemberdayaan yang berkelanjutan berupa pemanfaatan potensi lokal. Desa Kepuh Kemiri Tulangan memiliki potensi lahan kosong, berupa tanah kas desa yang belum dimanfaatkan secara maksimal. Kondisi geografis memungkinkan tanaman kelor dapat tumbuh subur dipekarangan maupun dipematang sawah. Sementara kelor hanya dimanfaatkan sebagai makanan ternak maupun sayuran, padahal kelor memiliki kandungan antioksidan nutrisi alami, vitamin B6, B2, C dan A serta zat besi, magnesium. Jika dibudidayakan dan dimanfaatkan secara benar dapat memenuhi kebutuhan nutrisi yang mudah dan murah bagi para pra lansia dan lansia.

## B. METODE PELAKSANAAN

### Pemberdayaan Pra Lansia dan Lansia di Desa Kepuh Kemiri – Tulangan Sidoarjo



#### a) Pelatihan Literasi Digital

Masyarakat lanjut usia atau Lansia Desa Kepuh Kemiri menggunakan media sosial seperti Whatsapp channel Youtube, Facebook bahkan Tiktok untuk media komunikasi dan informasi. Penggunaan media sosial oleh para lansia sebagian besar hanya untuk akses informasi dan hiburan. Misalnya terkait tutorial memasak, informasi kehidupan selebritis maupun belanja *online*. Kurangnya pengetahuan informasi yang sifatnya *hoax* atau fakta menimbulkan masalah bagi lansia, diantaranya terjadinya penipuan. Adanya *broadcast*

dari pihak-pihak yang tidak bertanggungjawab secara pribadi maupun melalui grup Whatsapp menimbulkan keresahan masyarakat, karena lansia penerima *broadcast* tersebut turut menyebarkan kepada akun pribadi maupun grup lain. Fenomena tersebut telah terjadi kepada masyarakat Desa Kepuh Kemiri khususnya para lansia. Bentuk-bentuk penyuluhan literasi digital kepada lansia telah membuka pemahaman terkait media sosial. Pemberian penyuluhan literasi digital tentang bentuk-bentuk media sosial, jenis dan bentuk konten serta bagaimana penggunaannya. Model penyuluhan secara dialogis meningkatkan partisipasi masyarakat dalam mengikuti dan merespon materi yang diberikan. Dari proses penyuluhan literasi digital oleh tim pengabdian Fisip Ubhara Surabaya mampu meningkatkan kemampuan dalam hal melakukan penelusuran informasi menggunakan *browser*, mendengarkan musik dari *streaming* resmi, mengakses tutorial memasak, merawat tanaman dan lain-lain dari internet, bahkan bagaimana menggunakan internet untuk promosi hasil produk yang dihasilkan.

**Gambar 1. Pelatihan Literasi Digital**



*Sumber: Dokumentasi Pengabdian (2023)*

#### **b) Pelatihan budidaya dan pemanfaatan Kelor**

Secara geografis Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo adalah agraris memiliki potensi lokal pertanian yang masih luas, memiliki banyak lahan kosong milik pemerintah Desa yang belum dimanfaatkan secara maksimal. Tanaman kelor tumbuh subur bahkan liar di lahan-lahan kosong, pematang sawah juga menjadi pagar pekarangan. Selama ini kelor atau *moringa oleifera* hanya dimanfaatkan oleh sebagian masyarakat untuk sayur bening juga sebagai makanan ternak. Bahkan sebagian masyarakat masih mistis terhadap kelor yaitu untuk memandikan mayat, mengeluarkan susuk dan mengobati orang kerasukan jin. Meskipun telah dibahas dalam berbagai jurnal ilmiah, kelor dianggap sebagai tanaman ajaib karena mengandung banyak manfaat unik,

seperti 15 kali lebih banyak potasium daripada pisang, 10 kali lebih banyak vitamin A daripada wortel, 17 kali lebih banyak kalsium daripada susu, 25 kali lebih banyak zat besi daripada bayam, 50 persen vitamin C daripada jeruk, dan 9 kali lebih banyak protein daripada yogurt. Selain itu, kelor mengandung lebih dari empat puluh antioksidan dan sembilan puluh jenis nutrisi, termasuk asam amino, vitamin esensial, mineral, anti-penuaan, dan anti-inflamasi. Kelor dikatakan mengandung 539 senyawa yang dikenal dalam pengobatan tradisional Afrika dan India (Ayurvedic), dan telah digunakan untuk mencegah lebih dari 300 penyakit dalam pengobatan tradisional (<https://kelorina.com/>).

Pelatihan budidaya dan pemanfaatan kelor dalam bentuk pembibitan, penanaman dan perawatan kelor secara sederhana, bagaimana cara memanen, mengeringkan serta memanfaatkan sebagai produk olahan sehat. Sebagian besar masyarakat masih keliru dalam memanfaatkan daun kelor, misalnya ketika memasak sayur bening daun kelor direbus dengan air mendidih sehingga nutrisinya menguap banyak berkurang. Disamping itu masyarakat juga menjemur daun kelor dibawah sinar matahari ketika akan membuat teh kelor, hal ini juga nutrisi akan berkurang banyak. Pemberian pemahaman penyadaran masyarakat lanjut usia atau lansia dalam memanfaatkan kelor akan mengubah mindset lansia terhadap kelor dan memanfaatkan kelor secara mudah dan murah untuk memenuhi nutrisi. Sehingga jika aktifitas rutin tersebut menjadi budaya maka pola hidup sehat akan menjadi budaya baru masyarakat.

**Gambar 2. Pelatihan pengolahan daun kelor**



*Sumber: Dokumentasi Pengabdian (2023)*

### **c) Keberlanjutan Program**

Pemberian penyuluhan literasi digital dan pelatihan pemanfaatan kelor bagi masyarakat lanjut usia di Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan belum cukup jika ingin meningkatkan keberdayaan dan produktifitas. Kedepan lansia membutuhkan

pendampingan-pendampingan secara berkelanjutan oleh karena itu pemberdaya melakukan inisiasi taman lansia bekerjasama dengan Pemerintah Desa dan penyuluh KB. Taman lansia selama ini belum terwujud di Desa Kepuh Kemiri, dengan inisiatif tersebut membutuhkan dukungan stakeholder lainnya. Taman lansia merupakan areal terbuka hijau dimana para lansia dapat menanam tanaman yang bermanfaat dan melakukan aktifitas lain untuk kesehatan dan rekreasi. Inisiasi ini telah mendapat sambutan positif bagi pemerintah Desa. Untuk merealisasikannya tim pengabdian Fisip Ubhara Surabaya berkolaborasi dengan penyuluh KB, kader PPKBD dan sub PPKBD Desa dan stakeholder lainnya. Semoga para pengabdian Fisip Ubhara Surabaya dapat mewujudkan program secara berkelanjutan pemberdayaan lansia khususnya pembangunan taman lansia.

#### d) Analisa program

Kondisi Obyektif	Solusi yang ditawarkan	Indikator Keberhasilan
Meningkatnya kelompok lansia dan pra lansia yang belum produktif	Inovasi kelembagaan Kelompok pra lansia dan lansia produktif	Terbentuknya kelompok pra Lansia dan Lansia Produktif
Lahan tidak produktif perlu dikelola untuk kesejahteraan masyarakat khususnya lansia	Pengembangan Taman Ramah Lansia	Inisiasi pembentukan taman lansia
Kebutuhan budaya sehat lansia dan pra lansia	Pemanfaatan tanaman herbal seperti kelor dll peningkatan kesehatan dan perekonomian	Perubahan mindset pemanfaatan kelor
Meningkatkan perekonomian keluarga lansia dan pra lansia	Pemanfaatan internet untuk promosi produk lokal	melek media sebagai media promosi

### C. KESIMPULAN

#### Kesimpulan

Pemberdayaan masyarakat pra lansia dan lansia merupakan sebuah kebutuhan karena menuju usia senja dengan tetap produktif adalah tantangan. Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo merupakan masyarakat agraris yang lansianya cukup banyak dan belum produktif. Melalui pemberdayaan masyarakat oleh perguruan tinggi diharapkan mampu memberikan peluang produktif. Tahap awal pemberdayaan adalah



pelatihan literasi digital dan pemanfaatan kelor sebagai produk olahan sehat. Mengingat potensi lokal Desa Kepuh Kemiri banyak tumbuh secara liar tanaman kelor tapi belum dimanfaatkan secara maksimal. Keberlanjutan program ini adalah terbentuknya taman lansia, sebagai tempat bertemunya para lansia untuk usaha produktif serta membentuk kemandirian.

### **Saran**

Agar masyarakat khususnya Lansia dan pra lansia memiliki peluang untuk produktif dengan diwadahi oleh pemerintah Desa Kolaborasi dengan perguruan Tinggi serta stakeholder lainnya untuk meningkatkan kemandirian dan produktifitas pra lansia dan lansia

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih ditujukan kepada :

1. Kepala Desa Kepuh Kemiri Kecamatan Tulangan Sidoarjo
2. Penyuluh KB Kecamatan Tulangan
3. Masyarakat Desa Kepuh Kemiri

### **DAFTAR REFERENSI**

- Catur Wasonowati<sup>1</sup>, Muhammad Fadeli , Dudi Krisnandi, Pelatihan Budidaya Dan Pengolahan Daun Kelor Menjadi Beberapa Produk Di Pusat Pembelajaran Puri Kelorina PT MOI BLORA, Prosiding Abdimas Rafflesia II LPPM Universitas Bengkulu, Desember 2023 ISSN: 2963-4881 [file:///C:/Users/User/Downloads/Prosiding%20Abdimas%20II%20UNIB%202023%20\(1\)-439-444.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/Prosiding%20Abdimas%20II%20UNIB%202023%20(1)-439-444.pdf)
- Catur Wasonowati, Endang Sulistyarningsih, Didik Indradewa, Budiastuti Kurniasih Physiological characteristics of two accessions of moringa (*Moringa oleifera* Lam.) at different planing sites in Madura <http://journal.ugm.ac.id/jip>
- Diyah S PN, Sasongko PS, Sugiharto A. 2013. Sistem Pendukung Keputusan Pemilihan Perumahan Menggunakan Metode TOPSIS Berbasis Web. *J. Informatics Technol.* 2: 1–8.
- Fatmawati D, Sultoni, Sadikin. 2016. Sistem Pengambilan Keputusan Kelayakan Bagi Calon Penerima Dana Bantuan Masyarakat Miskin Menggunakan Metode Topsis Berbasis Web. *J. Inform. Merdeka Pasuruan* 1: 18–28.



- Fadeli, M., & Sawitri, N. (2020). Pemasyarakatan Kelor Sebagai Solusi Ditengah Pandemi Di Desa Kwangsan Sedati Sidoarjo. *Jurnal Abdi Bhayangkara*, 2(02), 641-653
- Kusumadewi S, Hartati S, Harjoko A, Wardoyo R. 2006. Fuzzy Multi-Attribute Decision Making (Fuzzy MADM). Yogyakarta: Graha Ilmu. 78-79
- Muhammad Fadeli, Bambang Satria, Kridawati Sadhana, Community Empowerment through Processed Moringa cultivation, Production and Marketing(Study of the Keloris Community in Ngawenomboh Village, Kunduran District, Blora Regency, Central Java, Indonesia) *International Journal of Research in Social Science and Humanities(IJRSS)* E-ISSN : 2582-6220 Vol. 5 (2) February -2024 <https://www.ijrss.org/index.php/ijrss/article/view/329/208>
- Pamungkas PDA. 2018. ISO 9126 untuk Pengujian Kualitas Aplikasi Perpustakaan Senayan Library Management System (SLiMS). *J. RESTI (Rekayasa Sist. dan Teknol. Informasi)* 2: 465–471.
- Krisnadi A Dudi. (2023). Pasar Produk Kelor yang diakses dari <https://kelorina.com/pasar-produk-kelor/>