

IMPLEMENTASI PROGRAM *LIFE SKILLS* DAN *OPTIMUM AGING* BAGI LANSIA DI ASRI SENIOR DAY CARE AND LIVING WIYUNG KOTA SURABAYA

Alvian Pramadani Hestyan¹⁾, Heryanto Susilo²⁾

^{1,2}Pendidikan Luar Sekolah, Universitas Negeri Surabaya

*Corresponding author, e-mail: alvian.20019@mhs.unesa.ac.id

Received 2024;
Revised 2024;
Accepted 2024;
Published Online 2024

Abstrak: Asri *Senior Day Care and Living* merupakan lembaga berupa yayasan yang memberikan sejumlah layanan perawatan lansia agar dapat mencapai *optimum aging* (proses penuaan yang optimal). Asri SDC *and Living* dimaksudkan untuk memfasilitasi lansia agar terhindar dari kesepian, dapat mandiri, sejahtera, dan bermakna. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi, mendeskripsikan dan menganalisis pelaksanaan program *life skills* dan *optimum aging* bagi lansia di Asri *Senior Day Care and Living*. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Sumber data dalam penelitian ini adalah pengurus yayasan, pendamping/perawat, lansia peserta program dan keluarga lansia. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program *life skills* di Asri *Senior Day Care and Living* dilaksanakan berupa layanan cek kesehatan, kebugaran fisik, konseling, pembelajaran dan permainan otak, pelatihan keterampilan dan penyegaran rohani. Program *life skills* di Asri *Senior Day Care and Living* dilaksanakan oleh pengurus yayasan, pendamping/perawat, pekerja, dan relawan. Masing-masing program *life skills* dilaksanakan secara terjadwal dalam tiga hari seminggu serta secara insidental di hari-hari lainnya. Bagi lansia yang mengalami tantangan akan mendapatkan bantuan berupa pendampingan secara lebih dari pihak Asri *Senior Day Care and Living*. Kondisi lansia dalam aspek fisik, psikis, kognitif, hubungan sosial, dan spiritual dalam kondisi optimal melalui aktivitas yang telah disediakan.

Kata kunci : Lansia, *life skills*, *optimum aging*

Abstract: Asri Senior Day Care and Living is an institution in the form of a foundation that provides a number of elderly care services in order to achieve optimum aging. Asri SDC and Living is intended to facilitate the elderly to avoid loneliness, be independent, prosperous, and meaningful. The purpose of this study was to identify, describe and analyze the implementation of life skills and optimum aging programs for the elderly at Asri Senior Day Care and Living. This research uses qualitative research. The data sources in this study are foundation administrators, assistants / nurses, elderly program participants and elderly families. Data collection techniques used observation, interviews and documentation. The results showed that the life skills program at Asri Senior Day Care and Living was implemented in the form of health check services, physical fitness, counseling, learning and brain games, skills training and spiritual refreshment. The life skills program at Asri Senior Day Care and Living is implemented by foundation administrators, assistants / nurses, workers, and volunteers. Each life skills program is carried out on a scheduled basis three days a week and incidentally on other days. For elderly people who experience challenges, they will get assistance in the form of more assistance from Asri Senior Day Care and Living. The condition of the elderly in physical, psychological, cognitive, social relations, and spiritual aspects is in optimal condition through the activities that have been provided.

Keywords : Elderly, *life skills*, *optimum aging*

Alamat Penyunting dan Tata Usaha:
Laboratorium Pendidikan Luar Sekolah
Fakultas Ilmu Pendidikan
Gedung O-1 Lantai 2 Jalan Lidah Wetan
Sby Kode Pos 60213
Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112
E-mail: jpus@unesa.ac.id

Pendahuluan

Asri SDC *and Living* (Asri *Senior Day Care and Living*) merupakan lembaga berupa yayasan swasta berlokasi di Wiyung kota Surabaya yang memberikan sejumlah layanan perawatan lansia agar dapat

mencapai *optimum aging* (proses penuaan yang optimal). Penerima manfaat Asri SDC *and Living* yaitu, kelompok lansia berusia 68 tahun yakni lansia dengan usia paling muda hingga 90 tahun yakni lansia dengan usia paling tua. Berdasarkan pernyataan dari pembina yayasan, “Asri SDC *and Living* dimaksudkan untuk memfasilitasi lansia agar terhindar dari kesepian, dapat mandiri, sejahtera, dan bermakna”. Beriringan dengan perkembangan kebutuhan lansia, layanan Asri SDC *and Living* berkembang dengan menambah layanan menginap. Dengan demikian, Asri SDC *and Living* dapat menjadi destinasi terkemuka bagi kelompok lansia atau keluarganya dalam mencari tempat berkualitas untuk menghabiskan hari tua. Layanan-layanan di Asri SDC *and Living* di implementasikan melalui sejumlah kegiatan atau program berbasis *life skills*.

Layanan-layanan tersebut yaitu, cek kesehatan, kebugaran fisik, konseling, pembelajaran dan permainan asah otak, sosialisasi, serta penyegaran rohani. Layanan-layanan ini dilaksanakan dengan maksud untuk pemenuhan kebutuhan masing-masing lansia. Mengingat, banyaknya lansia di Asri SDC *and Living* yang mengalami perubahan fungsional yang menurun, sehingga diperlukan pemenuhan kebutuhan ini melalui proses perawatan dan pembinaan. Sehingga melalui layanan-layanan ini penulis berpendapat, sebagian besar lansia di Asri SDC *and Living* memiliki kesejahteraan yang optimal. Sebagian besar, lansia di Asri SDC *and Living* memiliki kondisi fisik yang bugar, kondisi untuk mengingat, mengolah informasi, kesehatan mental dan spiritual yang cukup stabil dan hubungan sosial lansia yang cukup baik antar sesama dan seluruh elemen di Asri SDC *and Living*.

UNICEF mendefinisikan *life skills* sebagai, “sebuah pendekatan atau upaya perubahan perilaku dan peningkatan kapasitas individu yang ditujukan untuk keseimbangan tiga domain yaitu pengetahuan, sikap, dan keterampilan” (Saravanakumar, 2020). Program *life skills* di Asri SDC *and Living* diimplementasikan melalui fokus pada pengembangan keterampilan yang mendukung kemandirian dan kualitas hidup lansia. Pelaksanaan program *life skills* di Asri SDC *and Living* ditujukan untuk memberikan pengalaman berharga, pembelajaran sepanjang hayat, dan dukungan bagi lansia untuk giat mengembangkan kesejahteraannya. Pelaksanaan program *life skills* dianggap penting di Asri SDC *and Living* karena berperan untuk mempertahankan kemandirian, meningkatkan keterlibatan sosial atau hubungan interpersonal, kemampuan mengelola stress dan emosional, mencegah penyakit akibat penuaan, dan dapat meningkatkan resiliensi bagi lansia. Program *Life skills* di Asri SDC *and Living* di implementasikan melalui sejumlah program, antara lain :

1. Perawatan harian berupa pendampingan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari seperti mandi, pemberian makan, mengingatkan waktu tidur,
2. Aktivitas sosial berupa pembelajaran kolaboratif, forum-forum diskusi,
3. Penguatan rohani yang dimaksudkan agar lansia tidak terlalu khawatir terhadap kematian,
4. Pengembangan keterampilan berupa kelas memasak, pembelajaran pemanfaatan teknologi, pembelajaran kerajinan seperti menggambar, menyulam, dan
5. Pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan rutin, perawatan medis dasar, terapi fisik, pelayanan kesehatan mental, konseling dan lain sebagainya.

Brummel Smith (dalam Guccione et al., 2012) mendefinisikan *optimum aging* sebagai “kemampuan untuk berfungsi secara optimal atau maksimal terhadap enam domain, yakni fisik, fungsional, kognitif, emosional, sosial, dan spiritual, dengan tanpa memandang status kesehatannya”. Menurut Syamsudin dalam Ratna Supiyah, 2020) *Optimum aging* adalah konsep tentang kondisi lansia dapat mencapai penuaan yang optimal, sehingga dapat menjalani penuaan dengan kebahagiaan, penuh makna, berguna dan berkualitas. Asri SDC *and Living* dalam implementasinya, membagi setidaknya terdapat lima indikator *optimum aging*, antara lain : (1) Kebugaran fisik dan jasmani, (2) Kesejahteraan mental dan emosional, (3) Penguatan rohani, (4) Hubungan sosial yang terpelihara, dan (5) Kemandirian. Asri SDC *and Living* meyakini, lansia dapat mencapai *optimum aging* apabila diketahui adanya lima indikator di atas dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Lansia adalah kelompok manusia yang sedang mengalami proses penuaan. Sederhanya, penuaan dapat didefinisikan sebagai proses menjadi tua. Dalam pandangan pedagogik, proses penuaan dimulai dari

sejak saat pemuahan. Berdasarkan kebiasaan dan praktik di lingkungan sehari-hari, secara umum penuaan diartikan sebagai segmen akhir dari rentang kehidupan. Berdasarkan keadaan, lansia dibagi menjadi dua kategori yaitu, lansia potensial dan non-potensial. UU Nomor 13 tahun 1998 menjelaskan, lansia potensial merupakan lansia yang mampu atau dapat produktif dalam menghasilkan baik berupa barang maupun jasa. Lansia non-potensial sendiri dimaknai terbalik dengan artian dari lansia potensial (Madanih, 2022). Karena ketiadaan definisi mengenai penuaan secara objektif, sehingga para ahli gerontologi memberikan ambang batas mulai dari usia 60 tahun sebagai angka kompromi yang masuk akal untuk mendefinisikan tentang lansia atau penuaan (Stuart-Hamilton, 2011). *World Health Organization* (WHO) dalam Akbar et al., (2021), definisi tentang lansia dikategorikan sebagai berikut :

1. *Middle Age* (separuh baya), yaitu usia 45 – 60 tahun,
2. *Elderly* (usia lanjut), yaitu usia 60 – 75 tahun,
3. *Old* (tua), yaitu usia 75 – 90 tahun, dan
4. *Very old* (tua sekali), usia 90 tahun keatas.

Lansia cenderung akan mengalami beberapa penurunan fungsional terutama pada fungsi fisik dan psikososialnya. Fungsi fisik dan psikososial pada lansia memiliki keterkaitan fungsi yang lekat dan saling berpengaruh diantaranya. Penurunan fisik yang dimaksudkan pada umumnya yakni semacam menurunnya fungsi pendengaran, penglihatan, kemampuan berjalan dan mobilitas fisik yang cenderung rentan terkena beberapa penyakit (Budiono & Rivai, 2021). Sedangkan penurunan fungsi psikososial pada umumnya yakni seperti gangguan stress, kecemasan, emosi yang tidak stabil, merasa sendiri, dan tidak berguna sehingga cenderung lansia menghindari dari lingkungan sosial (Yaslina et al., 2021). Kondisi yang mengkhawatirkan seperti terserangnya penyakit kronis terhadap lansia akan berdampak buruk serta dapat mempercepat proses penurunan fungsional lansia. Akibatnya lansia akan mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia yang mengalami kondisi penurunan fungsional tersebut ditambah lagi tidak dapat melakukan berbagai aktivitas sehari-hari secara mandiri (non-potensial) cenderung akan menjadi beban bagi kelompok usia produktif sehingga dapat menjadi tantangan besar dalam aspek pembangunan nasional (Rosa Aria, Ikhsan, 2022).

Indikator ketercapaian pembangunan manusia baik dalam aspek ekonomi, sosial maupun kesehatan berdampak signifikan terhadap meningkatnya rasio angka harapan hidup dan menurunnya angka kematian. Hal ini akan berdampak pada meningkatnya jumlah proporsi lanjut usia (lansia) dari waktu ke waktu dalam suatu wilayah. Akibatnya jumlah populasi lansia yang meningkat pada suatu wilayah akan berpotensi menjadi wilayah yang mengalami penuaan penduduk atau wilayah dengan struktur penduduk tua (*aging population*). Struktur penduduk tua dapat dimaknai sebagai kondisi meningkatnya populasi lansia atau usia harapan hidup sebesar 10% atau lebih dalam suatu wilayah. Peningkatan proporsi lansia dalam suatu wilayah akan berhubungan dengan munculnya tantangan dalam aspek pembangunan kualitas manusia. Bahkan fenomena peningkatan jumlah proporsi lansia cenderung akan menjadi beban bagi kelompok usia produktif dalam aspek pembangunan manusia (Heri et al., 2022). WHO membagi setidaknya ada lima masalah atau tantangan terhadap fenomena *aging population* (Suryadi, 2019), sebagai berikut :

1. Negara-negara berkembang relatif mengalami proses penuaan penduduk yang lebih cepat,
2. Tiap individu lansia berpotensi mengalami kecacatan karena dampak dari beberapa penyakit yang dialami,
3. Adanya perubahan pandangan yang dianggap sudah ketinggalan zaman,
4. Meningkatnya jumlah populasi lansia perempuan, dan
5. Kesenjangan etika/prinsip moral.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022 tentang jumlah penduduk dan proporsi lansia Jawa Timur, diketahui proporsi lansia di Jawa Timur (usia lebih dari 60 tahun) mencapai 13,97% dari keseluruhan jumlah penduduk. Data-data tentang jumlah dan proporsi lansia lebih rinci akan dijelaskan di tabel 1.1, sebagai berikut (Salam, S.ST., M.E., 2023) :

Tabel 1.1.
Jumlah Penduduk dan Proporsi Lansia Menurut
Kelompok Usia dan Jenis Kelamin, 2022

Kelompok Usia	Laki – Laki (L)		Perempuan (P)		L + P	
	Jumlah	(%)	Jumlah	(%)	Jumlah	(%)
Lansia	2.693.884	13,10	3.065.157	14,83	5.759.041	13,97
60 – 69 tahun	1.754.734	8,53	1.862.770	9,02	3.617.504	8,77
70 – 74 tahun	494.247	2,40	556.865	2,70	1.051.112	2,55
75 tahun ke-atas	444.903	2,16	645.522	3,12	1.090.425	2,64

Sumber : *Profil Penduduk Lansia Provinsi Jawa Timur 2022 Volume 13, Badan Pusat Statistik 2023)*

Berdasarkan data dari Disdukcapil kota Surabaya, 2022) di atas, jumlah penduduk dan proporsi lansia di kota Surabaya (lebih dari 60 tahun) sebesar 366.538 atau 12,26% dari 2.987.863 (seluruh penduduk). Kemudian, jumlah penduduk dan proporsi lansia di kecamatan Wiyung sebesar 8.778 atau 11,82% dari jumlah keseluruhan (74.224 jiwa). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa provinsi Jawa Timur terutama kota Surabaya hingga pada kecamatan Wiyung sedang mengalami fenomena *aging population*.

Aging population menuntut segala aspek untuk berupaya dalam mempersiapkan pengelolaan pembangunan kualitas lansia. Apabila kualitas lansia yang dimaksudkan terjamin baik, akan berdampak pada modal pembangunan yang lebih baik. Sebaliknya apabila kualitas lansia tidak terjamin baik, maka cenderung hanya akan menjadi beban pada kelompok usia produktif. Sebagai upaya untuk mengurangi tanggungan atau beban kelompok usia produktif, diperlukan sejumlah upaya berupa program pemenuhan kebutuhan dasar serta pengelolaan potensi dan/atau aktualisasi lansia. Karena pada dasarnya ditengah banyaknya masalah terhadap lansia, ada berbagai potensi lansia yang dapat dijaga, dirawat, bahkan dapat untuk diaktualisasikan sehingga lansia dapat mencapai kesejahteraan hidup yang optimal (*optimum aging*) (Adam, 2022).

Ketersediaan layanan lansia di Indonesia terutama di kota Surabaya sekarang ini sebagian besar hanya berupa panti jompo atau dinas sosial yang cenderung bersifat sektoral, eksklusif, serta menanggapi masalah hanya secara reaktif (Manik et al., 2021). Kondisi panti jompo atau dinas sosial di Surabaya saat ini cenderung memberikan kesan buruk bagi para lansia. Banyak dari para lansia di panti jompo atau dinas sosial terkait, beranggapan bahwa mereka ditelantarkan atau ditinggalkan oleh pihak keluarga, sehingga berakibat pada kepuasan hidup lansia yang menurun. Selain itu, banyak dari kebutuhan lansia yang kurang terfasilitasi dengan baik oleh panti jompo maupun lembaga dinas sosial. Terutama bagi para lansia yang tidak ingin meninggalkan lingkungan rumah maupun keluarganya. Sehingga diperlukan kolaborasi peran dari berbagai stakeholder (pemerintah, lembaga khusus, keluarga, dan masyarakat) dalam pemberian layanan yang berhubungan dengan upaya pemahaman kebutuhan secara spesifik untuk meningkatkan fungsional lansia hingga dapat mencapai *optimum aging* (Amran et al., 2023).

Berdasarkan uraian di atas, sejumlah tantangan lansia terutama di kota-kota besar seperti Surabaya menjadi semakin kompleks seiring dengan perubahan sosial, ekonomi, dan demografi yang semakin cepat. Asri SDC *and Living* mengimplementasikan program *life skills* dan kondisi *optimum aging* sebagai upaya untuk menjawab tantangan-tantangan terhadap lansia terutama di kota Surabaya. Meskipun program *life skills* dan *optimum aging* telah diimplementasikan di Asri SDC *and Living*, sampai sekarang jarang diketahui ketersediaan penelitian mendalam mengenai implementasi program *life skills* dan konsep *optimum aging* secara bersamaan. Sehingga, penelitian ini menjadi penting untuk memberikan sejumlah pemahaman mendalam mengenai implementasi program *life skills* dan *optimum aging* terhadap kualitas lansia di lingkungan *day care*. Penelitian yang dilakukan dengan judul **“IMPLEMENTASI PROGRAM LIFE SKILLS DAN OPTIMUM AGING BAGI LANSIA DI ASRI SENIOR DAY CARE AND LIVING WIYUNG KOTA SURABAYA”**.

Berdasarkan latarbelakang di atas, maka diperoleh fokus penelitian, yaitu : 1) Bagaimana pelaksanaan program *life skills* di Asri SDC *and Living Wiyung* kota Surabaya? 2) Bagaimana kondisi *optimum aging* bagi kelompok lansia di Asri SDC *and Living Wiyung* kota Surabaya? Dari fokus penelitian tersebut, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, yaitu 1) Mengidentifikasi dan mendeskripsikan pelaksanaan program *life skills* di Asri SDC *and Living Wiyung* Kota Surabaya. 2) Mendeskripsikan dan menganalisis kondisi *optimum aging* bagi kelompok lansia penerima manfaat di Asri SDC *and Living Wiyung* kota Surabaya. Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menambah pemahaman tentang *optimum ageing* dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan lansia melalui fokus pada implementasi program *life skills* di layanan *day care*. Serta dapat menyumbang beberapa wawasan baru dalam teori gerontologi dengan mempertimbangkan efektivitas program *life skills* dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Pemangku Kebijakan, penelitian ini dapat menyumbang pemahaman yang lebih baik terhadap kebutuhan dan harapan lansia, sehingga dapat menjadi kontribusi pada pengembangan kebijakan kesejahteraan lansia baik di tingkat lokal maupun nasional.
- b. Bagi Yayasan, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada peningkatan kualitas layanan perawatan lansia di Asri Senior Day Care *and Living Wiyung*, kota Surabaya serta lembaga serupa dalam memberikan wawasan efektivitas program yang di implementasikan
- c. Bagi Lembaga serupa, penelitian ini menyumbangkan panduan praktis dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui program *life skills* yang lebih terfokus dan efektif di dalam layanan *day care*.
- d. Bagi kelompok Lansia, penelitian ini mendorong kelompok lansia untuk ikut aktif berpartisipasi dalam program dan mengambil pengaruh lebih besar terhadap kualitas hidup, meningkatkan kemandirian, dan kepercayaan diri lansia.

Kajian Pustaka

Life skills (kecakapan hidup) merupakan kompetensi individu untuk menghadapi tantangan sehari-hari di lingkungannya. *Life skills* dapat didefinisikan sebagai sejumlah atau kumpulan keterampilan yang melibatkan psikososial serta keterampilan personal yang memungkinkan untuk membantu individu terutama lansia menghadapi segala tantangan kehidupan sehari-hari. UNICEF mendefinisikan *life skills* sebagai, sebuah pendekatan atau upaya perubahan perilaku dan peningkatan kapasitas individu yang ditujukan untuk keseimbangan tiga domain yaitu pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Saravanakumar, 2020). Menurut Susilo, (2020), *life skills* merupakan kecakapan dan/atau kemampuan personal untuk berperilaku positif dan beradaptasi di tiap lingkungan, sehingga mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan sehari-hari secara efektif. Kartika et al., (2021) dalam jurnalnya, mengaktegorikan *life skills*, antara lain :

- 1) Kecakapan mengenal diri sendiri (*self-awareness*) atau kemampuan personal (*personal skills*)
- 2) Kecakapan berpikir rasional (*thinking skills*)
- 3) Kecakapan sosial (*social skills*)
- 4) Kecakapan vokasional (*vocational skills*)

Saravanakumar, (2020) berpendapat, *life skills* berperan sebagai jalan raya menuju pengembangan serta pertumbuhan individu. *Life skills* dalam prosesnya, memungkinkan individu untuk hidup se-efektif dan se-efisien mungkin. Menurut Shek et al., (2021), pembelajaran *life skills* adalah upaya-upaya yang memungkinkan untuk mendorong individu dapat menjalani tantangan hidup sehari-hari. Kartika et al., (2021) berpendapat, pembelajaran *life skills* merupakan orientasi pendidikan yang diintegrasikan dengan keperluan individu dalam menjalani aktivitas dan/atau menghadapi tantangan sehari-hari. Dengan demikian, program *life skills* dapat didefinisikan sebagai pembelajaran untuk mendorong kesejahteraan individu untuk dapat hidup secara optimal. Dalam konteks lansia, pembelajaran *life skills* berperan untuk

membantu lansia dalam menghadapi tantangan sehari-hari serta sebagai sarana untuk membantu lansia mencapai penuaan yang maksimal atau optimal (*optimum aging*).

Lansia merupakan sasaran utama dari pelaksanaan program *life skills* dan *optimum aging* di Asri SDC *and Living*. Berdasarkan penjelasan dari WHO dalam Yılmaz et al., (2019), lansia dapat didefinisikan sebagai individu dengan kelompok usia 65 tahun ke atas yang mengalami kemunduran fungsi vital akibat dari penurunan produktivitas terhadap kemampuan adaptasi perubahan lingkungan secara terus-menerus. Selain itu, lansia dalam pengertiannya dapat dikategorikan sebagai berikut : lansia dengan usia 65 sampai 74 tahun merupakan kategori lansia “usia muda”, 75 sampai 84 tahun merupakan kategori “lanjut usia”, dan lebih dari 85 tahun merupakan lansia dengan kategori “cukup tua”. Menurut Quadagno dalam Madanih, (2022), lansia merupakan proses kehidupan manusia tahap akhir yang cenderung ditandai oleh menurunnya tingkat kesehatan baik yang diakibatkan oleh penyakit tertentu atau penurunan fungsional yang berdampak terhadap aspek ekonomi dan sosial. Berdasarkan UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, lansia adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menurut BPS, ada tiga kategori lansia berdasarkan usianya, yakni : lansia muda (60 – 69 tahun), lansia madya (70 -79 tahun), dan lansia tua (lebih dari 80 tahun).

Kelompok lansia umumnya mengalami sejumlah perubahan, sehingga menjadi beberapa masalah atau tantangan, antara lain (Kholifah, 2016) :

- a. Perubahan fisik yang semakin melemah, sendi yang tidak sekuat ketika menjalani aktivitas berat, dan keberfungsian sebagian indra yang cenderung tidak maksimal.
- b. Perubahan emosional, termasuk rasa keinginan untuk diperhatikan terutama dari keluarganya yang semakin bertambah, tensi yang semakin tinggi (mudah marah apabila ada ketidaksesuaian dengan kehendaknya), dan mudah mengalami stress.
- c. Perubahan kognitif, melemahnya daya ingat (pikun), mengalami penurunan akan pengetahuan, serta sulit menjalani hubungan interpersonal.
- d. Perubahan spiritual, kesulitan untuk membaca dan/atau menghafal kitab suci dan merasa gelisah ketika menghadapi permasalahan yang cukup serius.

Dari berbagai perubahan yang dihadapi oleh lansia, untuk mengatasinya dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhan lansia agar lansia dapat mencapai kesejahteraan yang optimal. Menurut Wang et al., (2021), teori “hierarki kebutuhan manusia” dari Abraham Maslow dapat menjadi titik awal yang masuk akal untuk mempertimbangkan aspek pemenuhan kebutuhan manusia. Maslow berpendapat bahwa semua manusia memiliki lima tingkat kebutuhan manusia. Tingkatan kebutuhan kemudian diurutkan dalam sebuah hierarki dari tingkatan paling dasar hingga tinggi. Tingkat paling dasar adalah kebutuhan fisiologis, yaitu pemenuhan kebutuhan fisik lansia, antara lain kebutuhan untuk makan, minum, tidur, mandi, berpakaian, dan lain sebagainya. Tingkat kedua, kebutuhan keamanan, yakni kebutuhan agar lansia dapat terhindar dari marabahaya. Tingkat ketiga, kebutuhan kepemilikan sosial, yaitu kebutuhan memiliki yang dikaitkan dengan fungsi untuk meningkatkan hubungan antar sosial, seperti hubungan lansia dengan teman, keluarga, dan kerabatnya. Tingkat ke-empat, kebutuhan harga diri, yakni kebutuhan lansia akan pengakuan, kepentingan, dan rasa hormat untuk dirinya. Tingkat kelima, kebutuhan aktualisasi diri, yaitu kebutuhan untuk menumbuhkan atau meningkatkan potensi penuh pada diri lansia.

Konsep *optimum aging* dapat didefinisikan sebagai ketercapaian kondisi fungsional lansia sejahtera secara maksimal atau optimal, secara menyeluruh. Konsep *optimum aging* berperan untuk mengidentifikasi kualitas hidup lansia dengan memperhatikan kemandirian, rasa hormat, martabat, kebermaknaan, kebahagiaan, dan berguna. Lansia dapat terkategori mencapai *optimum aging* apabila adanya kesejahteraan pada kondisi fisik, psikologis, kognitif, sosial dan spiritual terlepas dengan kondisi medisnya. Brummel smith dalam Guccione et al., (2012) mendefinisikan konsep *optimum aging* sebagai kapasitas yang berfungsi di berbagai aspek, yakni fisik, psikis, kognitif, emosional, sosial dan spiritual untuk lansia dapat mencapai kepuasan, terlepas dari kondisi medisnya. Konsep *optimum aging* mengakui pentingnya pengoptimalan kapasitas fungsional dengan tanpa memandang ada atau tidaknya kondisi kesehatan kronis. Zarrina et al., (2022) berpendapat, konsep *optimum aging* berperan untuk mengelola lansia untuk memastikan kemandirian,

martabat, dan rasa hormatnya dengan mengoptimalkan potensi lansia melalui penuaan yang sehat, positif, aktif, produktif dan suportif.

Berdasarkan Permensos RI Nomor 19 tahun 2012 tentang “Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia”, pelayanan lansia dikategorikan menjadi dua, yaitu dalam dan luar panti. Pelayanan lansia dalam panti merupakan pelayanan yang dilakukan oleh lembaga dengan menggunakan sistem pengasramaan. Pelayanan lansia diluar panti merupakan pelayanan yang dilaksanakan berbasiskan keluarga dan masyarakat, pelayanan panti biasanya dilaksanakan berupa *day care*. Pelayanan lansia dimaksudkan berupa bantuan pendampingan, perawatan sosial, termasuk pemenuhan kebutuhan dasar agar kebutuhan lanjut usia dapat terpenuhi secara layak. Menurut Manik et al., (2020), *day care* merupakan model pelayanan bagi lansia yang diselenggarakan oleh organisasi publik atau swasta. *Day care* dapat dilaksanakan baik di dalam maupun luar ruangan maksimal selama 12 jam (tanpa menginap) pada waktu-waktu tertentu.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kualitatif, jenis penelitian kualitatif adalah metode atau pendekatan yang menghasilkan data deskriptif serta kata-kata tertulis dan/atau lisan dan perilaku yang dapat diamati dari sejumlah orang baik dalam lingkup individu maupun kelompok (Taylor et al., 2004). Penelitian jenis kualitatif digunakan untuk meneliti kondisi objek yang bersifat alamiah, sehingga peneliti merupakan instrumen kunci dalam proses penelitian (Sugiyono, 2013). Penulis bermaksud menggunakan jenis penelitian kualitatif untuk mendeskripsikan, mengidentifikasi dan menganalisis tentang pelaksanaan program *life skills* dan kondisi *optimum aging* bagi lansia di Asri SDC *and Living*. Dalam penelitian ini, penulis tidak hanya menguji sebuah teori, namun penulis juga memaparkan data melalui fenomena berdasarkan kondisi lapangan saat proses penelitian berlangsung dengan tetap memperhatikan fokus penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan di Senior *Day Care and Living*, perumahan Taman Pondok Indah, Wiyung Indah Xv/DX-5, kecamatan Wiyung, kota Surabaya. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dua sumber data dalam proses penyusunan proposal, yaitu sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui metode observasi, wawancara, dan dokumentasi dari sejumlah pihak Asri SDC *and Living*, Wiyung kota Surabaya. Pihak-pihak Asri SDC *and Living* yang dimaksudkan, yaitu : (1) Pengurus yayasan, (2) Perawat/pendamping, (3) Lansia, dan (4) Keluarga lansia. Sumber sekunder dalam penelitian ini adalah hasil literatur atau penelitian yang relevan dengan konteks penelitian ini serta dokumentasi-dokumentasi lembaga dan dokumentasi saat proses pengumpulan data primer dilangsungkan.

Proses pengumpulan data tersebut menggunakan sejumlah teknik. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui proses tanya-jawab antar personal secara tatap muka (Kothari, 2004). Dalam penelitian ini, penulis melakukan wawancara dengan empat jenis informan, yaitu pengurus yayasan, pekerja, perawat, lansia dan keluarga atau pengasuh lansia sebagai penerima manfaat di Asri SDC *and Living*. Penulis melakukan wawancara dengan informan menggunakan sejumlah tahapan, yakni : (1) memperkenalkan diri, (2) menjelaskan maksud dan tujuan melakukan wawancara, (3) menjelaskan materi wawancara, (4) mengajukan pertanyaan. Penulis menggunakan pendekatan secara informal kepada informan agar proses wawancara tidak berlangsung terlalu kaku. Wawancara dilaksanakan selama maksimal 1 jam agar tidak terlalu mengganggu pelaksanaan program yang sedang berjalan di hari itu.

2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilaksanakan melalui pengamatan langsung kepada obyek penelitian. Proses observasi ditujukan untuk dirumuskan, direncanakan, dan di catat secara sistematis untuk diperiksa serta dikontrol dan reabilitasnya (Kothari, 2004). Dalam penelitian ini, penulis

melakukan pengamatan secara langsung dalam beberapa dimensi yang mendukung terhadap pelaksanaan program life skills dan kondisi optimum aging bagi lansia di Asri SDC *and Living*. Observasi dalam penelitian ini mengamati dua aspek, yaitu aspek fisik dan non fisik. Aspek fisik berupa pengamatan terhadap properti pendukung implementasi program *life skills* di Asri Senior Day Care *and Living*. Sedangkan aspek non-fisik berupa pengamatan terhadap pelaksanaan program *life skills* dan *optimum aging* di Asri Senior Day Care *and Living*

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data melalui identifikasi data berupa materi verbal (Kothari, 2004). Teknik pengumpulan dokumentasi dilaksanakan melalui proses pencatatan data berupa dokumen atau arsip yang telah ada (Hardani et al., 2020). Dalam penelitian ini, penulis melakukan studi dokumentasi kepada dokumen-dokumen atau arsip surat terkait kerangka kebijakan, panduan, jadwal pelaksanaan program, foto atau video pelaksanaan program dan dokumentasi pendukung lainnya yang sesuai fokus dan tujuan penelitian. Penulis telah mengumpulkan sejumlah berkas atau arsip berupa kebijakan, struktur organisasi, profil yayasan serta foto-foto yang telah di potret secara langsung oleh penulis ditengah-tengah penulis melakukan pengamatan terhadap aktivitas yang sedang berlangsung di Asri SDC *and Living*. Sebelum untuk meminta dokumen serta memotret pada sejumlah aktivitas di Asri SDC *and Living*, penulis memohon ijin terlebih dahulu kepada pihak-pihak yang sedang bertugas saat itu.

Penulis melakukan analisis data berdasarkan model Miles dan Huberman dalam Sugiyono, (2013). Analisis data model Miles dan Huberman dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu (1) reduksi data, (2) penyajian data, (3) kesimpulan dan verifikasi. Uji keabsahan data yang dilakukan pada penelitian kualitatif berperan untuk menguji validitas (sejauh mana yang sesuatu mengukur yang diukur) dan reabilitas (konsistensi kesamaan hasil data yang dapat direplika dari waktu ke waktu dan/atau oleh pengamat yang berbeda) (Gay et al., 2000). uji keabsahan data dalam penelitian ini melibatkan uji *credibility* (perpanjangan pengamatan, meningkatkan ketekunan, triangulasi teknik, triangulasi sumber, triangulasi waktu, dan *confirmability*), uji *transferability*, uji *dependability*, dan uji obyektivitas (Sugiyono, 2013).

Hasil dan Pembahasan

1. Pelaksanaan program *life skills* di Asri Senior Day Care *and Living*

Pelaksanaan program *life skills* untuk lansia berperan untuk memberikan fasilitas kepada lansia untuk tetap mempertahankan serta terus mengembangkan kualitas hidup bagi lansia melalui sejumlah aktivitas kecakapan hidup. Program *life skills* bagi lansia juga berperan penting untuk memberikan lansia kesempatan untuk melakukan proses pembelajaran sepanjang hayat. Mengingat banyaknya tantangan yang dihadapi oleh lansia akibat penuaan, program *life skills* menjadi penting untuk lansia dapat beradaptasi pada lingkungan yang terus mengalami perubahan. Selain itu, program *life skills* juga penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia untuk tetap aktif berkembang agar terhindar dari risiko-risiko akibat penuaan seperti depresi, stress, merasa sendirian dan tidak berguna yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan lansia.

Berdasarkan Permensos RI Nomor 19 tahun 2012 tentang “Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia”, bahwa pelayanan lansia berupa bantuan pendampingan, perawatan sosial, termasuk pemenuhan kebutuhan dasar agar kebutuhan lanjut usia dapat terpenuhi secara layak. Program *life skills* di Asri SDC *and Living* direncanakan dengan memperhatikan kebutuhan, minat dan keterampilan yang relevan untuk kehidupan sehari-hari bagi lansia. Kebutuhan lansia di Asri SDC *and Living* umumnya mencakup kesejahteraan fisik dan mental, kemampuan berpikir, kecakapan domestik, pengembangan keterampilan dan hubungan sosial yang mendukung.

Kartika et al., (2021) dalam jurnalnya menyampaikan bahwa, *life skills* dikategorikan sebagai kecakapan mengenal diri sendiri (*self-awareness*) atau kemampuan personal (*personal skills*), kecakapan berpikir rasional (*thinking skills*), kecakapan sosial (*social skills*), kecakapan vokasional (*vocational skills*). Program-program *life skills* yang telah dilaksanakan di Asri SDC *and Living* juga sudah disesuaikan dengan aspek-aspek kebutuhan lansia, antara lain :

1. Self awarness

Self awarness atau *personal skills* dilaksanakan melalui program-program pemeriksaan kesehatan : tekanan darah (setiap hari), gula darah, kolesterol, asam urat (satu minggu sekali bergantian), dan layanan kebugaran (olahraga, aneka senam, dll), layanan konseling, dan penyegaran rohani yang memberikan lansia untuk lebih memahami diri terutama kesehatannya baik secara fisik, mental maupun spiritual.

2. Thinking skills

Thinking skills dilaksanakan melalui sejumlah prrogram pembelajaran mecocokkan angka dengan warna, angka dengan huruf, menggambar sesuai petunjuk, dan permainan otak catur, lempar lingkaran dalam botol, dan sebagainya memberikan kesempatan bagi lansia untuk memelihara dan mengembangkan kemampuannya untuk berpikir secara logis atau rasional.

3. Vocational skills

Program pelatihan menyulam, nyongket, menggambar, kaligrafi, merangkai bunga, memasak, penggunaan teknologi dasar. Melalui program ini, lansia berkesempatan untuk praktik langsung di bidang-bidang tertentu.

4. Social skills

Program *senior gathering* dan sejumlah aktivitas yang melibatkan unsur kolaboratif, serta lingkungan belajar yang berbasis komunitas. Program ini memberikan lansia kesempatan untuk terhubung ke dalam aktivitas sosial.

Serangkaian program *life skills* di Asri SDC *and Living* tersebut melibatkan sejumlah pihak dalam proses pelaksanaannya. Pihak-pihak yang terlibat memiliki sejumlah tugas pokok dan fungsi masing-masing untuk melaksanakan serangkaian program *life skills* di Asri SDC *and Living*. Pihak-pihak yang terlibat, yaitu : (1) Pengurus Yayasan, berperan sebagai pengelola, perencana, pengawas, dan penanggungjawab secara keseluruhan dalam setiap pelayanan di Asri SDC *and Living*, (2) Pendamping atau perawat, berperan untuk mendampingi, mengajar, dan memfasilitasi lansia dalam proses pelaksanaan program, (3) Pekerja (karyawan/wati), berperan untuk membantu perawat atau pendamping dalam memberikan pelayanan kepada lansia, (4) Relawan, yakni siapa saja yang berkeinginan untuk memberikan sumbangsih baik berupa tenaga, barang, maupun ide. Selain itu ada juga media-media pendukung yang digunakan dalam pelaksanaan program *life skills* di Asri SDC *and Living*, antara lain : sejumlah lembaran soal, alat permainan (papan catur, puzzle, kartu, dan alat-alat pendukung lainnya), alat-alat praktik (alat jahit, alat berkebun, dan alat lainnya yang menyesuaikan sesi pelatihan), televisi dan wi-fi. Setiap program *life skills* Asri SDC *and Living* diatur dengan jadwal yang telah di susun oleh pihak yayasan. Penulis memperoleh hasil penelitian yang menyatakan, bahwa pelaksanaan program *life skills* Asri SDC *and Living* diatur secara rutin sebanyak tiga kali dalam satu minggu, yakni di hari Senin, Rabu, dan Jum'at, mulai dari pukul 08.30 – 16.30 WIB. Dalam beberapa kesempatan tertentu juga, Asri SDC *and Living* membuka kelas untuk umum di luar dari jadwal yang telah di susun.

Dalam pelaksanaannya, agar lansia dapat berpartisipasi aktif serta mendapatkan hambatan yang lebih minim untuk mengikuti serangkaian program *life skills* di Asri SDC *and Living*, maka langkah yang pertama yakni memahami kebutuhan dan kondisi di masing-masing lansia. Selanjutnya, adanya pendampingan secara lebih berupa bantuan berjalan, mendorong kursi roda, mendampingi mengerjakan penugasan, dan memberikan hiburan kepada lansia yang mengalaih stress secara mendadak. Selain itu, aktivitas yang dilaksanakan disesuaikan dengan memperhatikan minat, kebutuhan dan kondisi berupa praktik masak, bazar, menanam bunga, dan bakti sosial. Berikutnya, pihak Asri SDC *and Living* juga memberikan dorongan atau motivasi agar lansia tetap dalam kondisi yang semangat dan merasa diperhatikan saat mengikuti sejumlah program *life skills*. Pendampingan yang diberikan memberikan dampak positif terhadap tingkat keaktifan lansia mengikuti program *life skills* di Asri SDC *and Living*. Lansia peserta program di Asri SDC *and Living* dari waktu ke waktu memiliki tingkatan partisipasi yang tinggi untuk mengikuti serangkaian program *life skills* yang disediakan.

2. Kondisi *optimum aging* bagi lansia di Asri *Senior Day Care and Living*

Kondisi *Optimum aging* merupakan sebuah konsep untuk menggambarkan ketercapaian kondisi fungsional lansia sejahtera secara maksimal atau optimal, secara menyeluruh. Brummel smith dalam buku Guccione et al., 2012) bahwa konsep *optimum aging* sebagai kapasitas yang berfungsi di berbagai aspek, yakni fisik, psikis, kognitif, emosional, sosial dan spiritual untuk lansia dapat mencapai kepuasan, terlepas dari kondisi medisnya. Adapun kondisi-kondisi *optimum aging* lansia di Asri SDC and Living sebagai berikut:

1. Kondisi fisik.

Secara umum lansia di Asri SDC and Living memiliki kondisi fisik yang lebih aktif dan energik sejak berpartisipasi aktif di sejumlah aktivitas fisik yang disediakan oleh Asri SDC and Living, terlepas dari tantangannya karena faktor usianya.

2. Kondisi psikis dan emosional

Secara umum lansia di Asri SDC and Living merasa lebih senang, bermakna, dan ceria. Selain itu, lansia jarang merasa cemas atau tertekan karena mereka merasa lebih dihargai dan didukung untuk mengekspresikan diri di Asri SDC and Living.

3. Kondisi kognitif

Kondisi kognitif berupa kemampuan lansia di Asri SDC and Living untuk mengingat, memahami, dan memproses informasi umumnya berada pada kondisi yang cukup baik. Namun, terkadang beberapa diantaranya mengalami kesulitan untuk mengingat serta berkonsentrasi karena faktor usia.

4. Kondisi hubungan sosial

Tingkat hubungan sosial antar sesama dan hubungan lansia dengan pengasuh atau keluarganya dalam kondisi yang baik. Sebagian besar lansia aktif terlibat di sejumlah aktivitas sosial serta memiliki tingkatan interaksi sosial yang baik.

5. Kondisi spiritual

Sebagian besar lansia di Asri SDC and Living merasa lebih dekat dan terhubung dengan Tuhan melalui aktivitas spiritual yang diadakan. Melalui aktivitas spritiual lansia mendapat ketenangan jiwa, pencerahan, dan kedamaian batin untuk menghadapi penuaan.

Simpulan

Berdasarkan dari pembahasan yang telah dilakukan, penulis dapat menarik simpulan, sebagai berikut :

1. Program-program *life skills* yang dilaksanakan di Asri SDC and Living yaitu cek kesehatan, layanan kebugaran, konseling, sejumlah pembelajaran dan permainan untuk asah otak, pelatihan pengembangan keterampilan, *senior gathering*, sejumlah aktivitas yang melibatkan unsur kolaboratif, doa dan penyegaran rohani. Pihak-pihak yang terlibat dalam pelaksanaan program-program *life skills* tersebut, yaitu pengurus yayasan, pendamping atau perawat, pekerja (karyawan/wati), dan relawan. Selain itu ada juga media pendukung, antara lain : sejumlah lembaran soal, alat permainan, alat jahit, alat berkebun, dan alat lainnya yang menyesuaikan sesi pelatihan, televisi dan wi-fi. Pelaksanaan program *life skills* Asri SDC and Living diatur secara rutin sebanyak tiga kali dalam satu minggu, yakni di hari Senin, Rabu, dan Jum'at, mulai dari pukul 08.30 – 16.30 WIB. Dalam beberapa kesempatan tertentu juga, Asri SDC and Living membuka kelas untuk umum di luar dari jadwal yang telah di susun. Agar lansia dapat berpartisipasi aktif serta mendapatkan hambatan yang lebih minim untuk mengikuti serangkaian program *life skills* di Asri SDC and Living, maka langkah yang pertama yakni memahami kebutuhan dan kondisi di masing-masing lansia. Selanjutnya, adanya pendampingan secara lebih berupa bantuan berjalan, mendorong kursi roda, mendampingi mengerjakan penugasan, dan memberikan hiburan kepada lansia yang mengalami stress secara mendadak. Terakhir, pihak Asri SDC and Living juga memberikan dorongan atau motivasi agar lansia tetap dalam kondisi yang semangat.
2. Lansia di Asri SDC and Living memiliki kondisi *optimum aging*, sebagai berikut : Lansia di Asri SDC and Living secara umum memiliki kondisi fisik yang lebih aktif dan energik melalui cek kesehatan dan kebugaran fisik yang disediakan. Kondisi psikis lansia di Asri SDC and Living cenderung merasa lebih

senang, bermakna, ceria, dan jarang merasa cemas melalui perlakuan untuk mendengar, mendukung, menerima dan memperlakukan lansia dengan baik di Asri SDC *and Living*. Kondisi kognitif lansia di Asri SDC *and Living* umumnya cukup baik untuk mengingat, memahami, dan memproses informasi melalui aktivitas atau kegiatan keterampilan. Namun sewaktu-waktu lansia mengalami kesulitan untuk mengingat serta berkonsentrasi karena faktor usianya yang tidak dapat dihindarkan. Lansia di Asri SDC *and Living* juga memiliki kondisi hubungan sosial yang terlibat aktif di sejumlah aktivitas sosial serta memiliki tingkatan interaksi sosial yang baik antar sesama. Terakhir, lansia di Asri SDC *and Living* memiliki kondisi spiritual yang umumnya mereka merasa lebih dekat dan terhubung dengan Tuhan melalui doa dan penyegaran rohani yang diadakan oleh Asri SDC *and Living*.

Daftar Rujukan

- Adam, A. A. (2022). Kebijakan Pemenuhan Kebutuhan Dasar Lansia Dan Optimum Aging: Kajian Literatur. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 23(1). <https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v23i1.306>
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Amran, H. F., Hendri, K., Yulita, N., Studi, P., Kebidanan, S., Stikes, B., & Negeri, P. (2023). *Application of Story Telling Method in Improvement Meaning of Life in The Elderly at Daycare Aisyiyah Pekanbaru Penerapan Metode Story Telling dalam Peningkatan Meaning Of Life pada Lansia di Day Care Aisyiyah Pekanbaru*. 1(2), 138–144.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371–379. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.621>
- Disdukcapil kota Surabaya. (2022). *Profil Perkembangan Kependudukan Kota Surabaya 2022*. 36.
- Gay, L. R., Mills, G. E., & Airasian, P. (2000). EDUCATIONAL RESEARCH Competencies for Analysis and Applications. In *by Pearson Education, Inc* (10th ed., Vol. 5, Issue 1).
- Guccione, A., Wong, R., & Dale, A. (2012). Geriatric Physical Therapy 3rd Edition. In *Geriatric Physical Therapy*.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue March). CV. Pustaka Ilmu.
- Heri, L., Cich, M., Darojad, D., & Agung, N. (2022). Lansia di era bonus demografi Older person in the era of demographic dividend. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(1), 2022. <https://doi.org/10.14203/jki.v17i1.636>
- Kartika, M., Khoiri, N., Afifah Sibuea, N., & Fahrur rozi, M. (2021). Learning By Doing, Training and Life Skills. *Jurnal Mudabbir (Journal Research and Education Studies)*, 1(2), 93.
- Kholifah, S. N. (2016). *KEPERAWATAN GERONTIK*.
- Kothari, C. R. (2004). RESEACH METHODOLOGY : Methods & Techniques. In *New Age International Publisher: Vol. 2nd revise* (Issue 1).
- Madanih, R. (2022). Urgensi Pelayanan Harian (Day Care) Lanjut Usia Di Indonesia. *Sosio Informa*, 7(3). <https://doi.org/10.33007/inf.v7i3.2921>
- Manik, S. A., Ramadanti, A., & Zulbainarni, N. (2021). Designing an Elderly Day Care Business Model in Bandar Lampung. *Proceedings of the Business Innovation and Engineering Conference 2020 (BIEC 2020)*, 184(Biec 2020), 115–121. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.210727.021>
- Ratna Supiyah, Y. J. H. (2020). MODEL PEMBERDAYAAN MELALUI PROGRAM DAY CARE DALAM MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN SOSIAL LANSIA (StudiKasus Di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari). *Welvaart : Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 1(1), 16–23. <https://doi.org/10.52423/welvaart.v1i1.10729>
- Rosa Aria, Ikhsan, N. (2022). KEMANDIRIAN LANJUT USIA DALAM AKTIFITAS SEHARI-HARI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NUSA INDAH BENGKULU. *KEMANDIRIAN LANJUT USIA DALAM AKTIFITAS SEHARI-HARI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NUSA INDAH BENGKULU*, 10(1), 1–52. <https://doi.org/10.21608/pshj.2022.250026>
- Saravanakumar, A. R. (2020). *Life Skill Education Through Lifelong Learning* (Issue January). <http://www.lbp.world>

- Shek, D. T. L., Lin, L., Ma, C. M. S., Yu, L., Leung, J. T. Y., Wu, F. K. Y., Leung, H., & Dou, D. (2021). Perceptions of Adolescents, Teachers and Parents of Life Skills Education and Life Skills in High School Students in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, *16*(5), 1847–1860.
<https://doi.org/10.1007/s11482-020-09848-9>
- Stuart-Hamilton, I. (2011). *An Introduction to Gerontology*.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (2nd ed). In *Data Kualitatif*.
- Suryadi, S. (2019). Kondisi Psikososial Lansia (Studi Kasus Pada Panti Wreda (Pw) Siti Khadijah Di Kota Cirebon). *Empower: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, *4*(1), 17.
<https://doi.org/10.24235/empower.v4i1.4424>
- Susilo, H. (2020). *The Role of Non-Formal Education in Building Community Literacy*. *491(Ijcah)*, 508–510.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.201201.089>
- Taylor, S. J., Bogdan, R., & DeVault, M. L. (2004). Introduction to Qualitative Research Methods. In *Revista Brasileira de Linguística Aplicada: Vol. 2nd revise* (Issue 1).
- Wang, L., Chen, J., & Ju, D. Y. (2021). Factors contributing to korean older adults' acceptance of assistive social robots. *Electronics (Switzerland)*, *10*(18), 1–10. <https://doi.org/10.3390/electronics10182204>
- Yaslina, Y., Maidaliza, M., & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik dan Psikososial terhadap Status Fungsional pada Lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, *4*(2), 68–73.
<https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/724>
- Yılmaz, S., Calikoglu, E. O., & Kosan, Z. (2019). for an Uncommon Neurosurgical Emergency in a Developing Country. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, *22*, 1070–1077.
<https://doi.org/10.4103/njcp.njcp>
- Zarrina, C., Chik, H., Mohammad, S., Syed, H. B., & Rahman, A. (2022). *Encouraging Optimal Aging through a Lifestyle Based on Islamic Psychospiritual Science*.