

Pelatihan Konseling Lanjut Usia Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Dan Rehabilitasi Penyandang Disabilitas Mulia Dharma

¹⁾Toni Elmansyah, ²⁾Hendrik, ³⁾Hendra Sulistiawan, ⁴⁾Hastiani, ⁵⁾Eli Trisnowati, ⁶⁾Tri Mega Ralasari S,

⁷⁾Kamaruzzaman, ⁸⁾Riki Maulana, ⁹⁾Galuh Hartinah

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9)}Program Studi Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI Pontianak, Indonesia

Email Korespondensi: merah.semangka@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Pelatihan, Konseling, Lanjut Usia, panti sosial, Mulia Dharma	Tujuan dari pengabdian ini adalah:1) Memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja tentang lansia, 2) Menerapkan konseling pada lansia. Metode kegiatan menggunakan langkah-langkah: 1) Pesiapan, yaitu dengan cara survey di lapangan, 2) Kegiatan, dengan cara penayangan slide materi dalam bentuk power point, 3) Praktik konseling, 4) Tanya jawab. Hasil kegiatan: 1) Seluruh peserta memahami materi yang diberikan dalam layanan klasikal, 2) Peserta antusias dalam mengikuti kegiatan, kondisi ini dapat dilihat dari ketepatan waktu kehadiran hingga selesai kegiatan, aktif bertanya dan peserta bisa mempraktikkan konseling yang baik kepada lansia, 3) Masing-masing peserta memberikan saran dan menyimpulkan materi yang didapatkan diakhir kegiatan.
Keywords: Training, Counseling, Elderly, Social Institutions, Mulia Dharma	ABSTRACT The objectives of this service are: 1) Provide knowledge and understanding to adolescents about the elderly, 2) Apply counseling to the elderly. The activity method uses the following steps: 1) Preparation, namely by means of surveys in the field, 2) Activities, by showing material slides in the form of power points, 3) Counseling practices, 4) Questions and answers. Results of the activity: 1) All participants understand the material provided in classical services, 2) Participants are enthusiastic in participating in the activity, this condition can be seen from the punctuality of attendance to the completion of the activity, actively asking questions and participants can practice good counseling to the elderly, 3) Each participant gives advice and concludes the material obtained at the end of the activity.
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Indonesia saat ini terdapat sekitar 21 juta lansia atau sekitar 9,6% dari seluruh penduduk Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa negara Indonesia sudah mulai masuk dalam kelompok negara berstruktur tua (*aging population*). Hasil proyeksi sampai dengan tahun 2050 menunjukkan jumlah penduduk Indonesia akan mencapai sekitar 314 juta jiwa (BPS) dan diperkirakan jumlah total lansia adalah 69,5 juta jiwa. Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia akan menimbulkan berbagai persoalan dan permasalahan bagi keluarga, masyarakat dan lanjut usia sendiri (BKKBN, 2015). Berbagai macam persoalan hidup yang dihadapi oleh lanjut usia baik fisik maupun secara psikososial akan saling berinteraksi satu sama lain (Marlita, Saputra, & Yamin, 2018). Secara umum bahwa kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia akan mengalami penurunan. Penurunan kondisi fisik lanjut usia ini akan berpengaruh pada kondisi psikis.

Kesiapan para lanjut usia dalam menghadapi beragam permasalahan yang multi-dimensi yaitu secara fisik, psikologis, ekonomi, sosial dan spiritual, idealnya lanjut usia mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Perjalanan hidup individu lanjut usia seperti halnya periode lain dalam perkembangan, juga akan ditandai oleh adanya tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani di dalam masa hidupnya sesuai dengan norma masyarakat dan norma budaya (Mönks, Knoers, & Haditono, 2015). Salah satu faktor

yang mempengaruhi keberhasilan lanjut usia ini adalah membangun kemandirian hidup. Membangun kemandirian hidup bagi lanjut usia merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki. Kemandirian hidup yang dimaksud dalam hal ini meliputi tanggung jawab, mandiri, pengalaman praktis dan akal sehat yang relevan, otonom, kemampuan memecahkan masalah, kebutuhan akan kesehatan yang baik dan juga support sosial. Salah satu komponen kebahagiaan bagi lanjut usia dalam membangun kemandirian hidup adalah penerimaan diri.

Penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri; penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi terhadap orang lain (Supratiknya, 2011). Individu yang mampu menerima dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan dirinya sebagaimana kemampuannya untuk menerima kelebihanannya. Tingkat kemampuan dalam penerimaan diri yang dimiliki oleh setiap individu adalah berbeda-beda.

Observasi yang dilakukan di Panti Sosial Mulia Dharma adanya warga panti yang merasa senang berada di panti dikarenakan banyak teman dan tidak kesepian lagi, bisa mengisi waktu luang dengan membuat kerajinan tangan yang dimilikinya. Tetapi ada juga warga panti yang mengalami masalah karena ketidaksiapan lanjut usia dalam menerima semua perubahan yang terjadi dan harus dihadapi, terdapat beberapa lanjut usia yang mengalami beban mental yang ada dalam dirinya, seperti perasaan akan berkurangnya penghormatan orang lain terhadap dirinya, adanya ketakutan terhadap kegiatan yang belum jelas untuk dijalani ketika sudah memasuki masa pensiun serta faktor lain seperti berkurangnya pendapatan, ada juga yang sulit mengontrol emosinya seperti sering marah dan menangis.

Warga panti di Mulia Dharma juga ada yang mengalami disabilitas, sehingga membuatnya perlu mendapatkan bimbingan ekstra baik dari cara berkomunikasi maupun mengurus dirinya sendiri, sehingga bimbingan dan konseling sangat diperlukan untuk membantu para lansia tersebut. Keadaan ini memang sering terjadi, dikarenakan periode lansia merupakan periode maupun masa terakhir dalam perkembangan manusia, sehingga pada periode ini terjadi penurunan dan kemunduran seperti kembali pada periode awal dalam proses perkembangan individu, seperti muncul kembali sifat kekanak-kanan atau *infantil*, selalu ingin diperhatikan, mudah tersinggung, sensitif. Hal ini disebabkan karena terjadinya regresi fungsi tubuh, serta produktifitas pada lansia baik dalam beraktifitas, maupun berkarya banyak mengalami penurunan.

Memberikan layanan konseling yang tepat pada lansia adalah salah satu cara untuk membantu lansia agar dapat menerima keadaannya yang sesungguhnya, dengan demikian lansia dapat memahami dirinya sehingga lansia akan berusaha untuk dapat menyesuaikan diri dengan kondisi fisik, sosial dan psikologisnya dengan tepat, (Helmi, P, 2015). Oleh karena itu konseling pada lansia merupakan salah satu intervensi yang tepat, agar lansia berpikir bahwa dirinya masih berguna, dibutuhkan orang lain dan bisa melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi dalam kehidupannya (Santrock, 2014). Intervensi yang digunakan adalah konseling dengan teknik asosiasi bebas, relaksasi emosi dan konseling religius atau logoterapi. Dimana tahapan yang diberikan untuk membantu subjek memahami masalah, konflik-konflik dan kecemasan yang dialaminya yang mengakibatkan kesulitan tidur yang dirasakannya serta membantu mengungkapkan hal-hal yang direpres oleh subjek, (Nevid, 2013), sehingga subjek dapat melakukan *coping* (penyesuaian) yang baik dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam kehidupannya. Setelah beberapa sesi subyek mulai bisa untuk mengurangi kecemasan dan kebingungan yang dialaminya selama ini. Dengan ditandai subyek mulai bisa memahami permasalahan dan kecemasan yang dialaminya. Sehingga tujuan kegiatan ini adalah 1) Memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja tentang lansia, 2) Menerapkan konseling pada lansia, sehingga tujuan dari pengabdian ini adalah: 1) Memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja tentang lansia, 2) Menerapkan konseling pada lansia.

II. MASALAH

Masalah yang dialami oleh mitra, ialah belum adanya konselor untuk warga panti jompo, banyaknya penghuni tersebut sehingga pelayanan yang diberikan masih perlu ditingkatkan lagi, pembinaan tentang pengembangan diri lansia juga masih minim.



Gambar 1. Lokasi Mitra

III. METODE

Sasaran subjek kegiatan ini adalah anggota pelaksana kegiatan berkolaborasi dengan Pembina panti Mulia Dharma. Pengabdian dilakukan dengan tiga tahapan, dimana tahap pertama merupakan tahap persiapan. Pada tahap ini kelompok pengabdi melakukan *survey* pendahuluan untuk melihat kondisi di lapangan mengenai kegiatan konseling untuk lansia. Dalam tahap ini dicari permasalahan-permasalahan warga panti yang ada. Tahap selanjutnya merupakan tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian, dalam tahap ini tim pengabdian melakukan kegiatan pelatihan konseling untuk lansia kepada para remaja dan mempraktikkannya terhadap warga panti. Tahap yang terakhir adalah tahap evaluasi. Pada tahap ini dilakukan evaluasi atas hasil yang telah dicapai oleh peserta pelatihan. Masukan dan perbaikan lebih lanjut dapat dilakukan pada tahap ini. Evaluasi diberikan dengan mengumpulkan data yang diperoleh dari kegiatan pelatihan konseling lansia. Data diambil dengan menyimpulkan pemahaman peserta terhadap materi konseling lansia dan mempraktikkan terhadap lansia yang ada di asrama panti jompo tersebut. Indikator ketercapaian tujuan pengabdian adalah bahwa 80% peserta sudah memahami konseling lansia dan bisa mempraktikkan secara langsung materi yang telah dibahas.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini dikemas dengan menggunakan pendekatan *workshop*. Kegiatan dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi dan latihan. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut: (1) Peserta pelatihan diberikan materi konseling lansia, (2) Peserta diberikan kesempatan untuk mendiskusikan materi yang telah diberikan. Kesempatan tanya jawab diberikan untuk memperjelas hal-hal yang masih menjadi keraguan, (3) Peserta berlatih untuk mempraktikkan layanan konseling tersebut, (4) Peserta menyimpulkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan.



Gambar 2. Kegiatan Penyampaian Materi

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum kegiatan inti dilaksanakan, peserta PKM mempersiapkan beberapa hal diantaranya sebagai berikut: (1) Merancang jadwal kegiatan, (2) menentukan jenis tempat dan tempat kegiatan, (3) Melakukan koordinasi dengan pihak terkait (fihak internal: anggota PKM dan fihak eksternal: Pegawai Panti Jompo, (4) Menyusun kerangka kerja dan teknis pelaksanaan. (5) Membagi tugas kerja (*job description*) masing-masing anggota, (6) Mengumpulkan sumber atau materi sebagai kajian pustaka, dan (7) Merumuskan anggaran yang akan digunakan. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk layanan klasikal yang dilaksanakan di aula Panti Jompo Mulia Dharma, pada tanggal 14 Juni – 10 Juli 2023. Peserta yang terdiri dari 43 orang, ialah warga yang ada di lingkungan sekitar panti berusia 20-25 tahun dan warga panti sebagai modelnya berjumlah 60 orang. Secara teknis pelaksanaan layanan konseling lansia mencakup: 1) Kegiatan awal, (Salam doa, dan memperkenalkan diri), 2) Kegiatan inti, (Penyampaian materi menggunakan laptop dan infokus, tanya Jawab, praktik/simulasi dengan warga panti jompo), 3) Kegiatan penutup, (Kesimpulan dari materi yang telah dipaparkan, doa salam).

Hasil Kegiatan: secara umum PKM Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP-PGRI Pontianak tahun akademik 2022/2023 dalam bentuk kegiatan pemberian konseling lansia di panti jompo Mulia Dharma berjalan dengan lancar. Tidak ditemukan kendala yang secara signifikan mempengaruhi tujuan dari kegiatan. Dari kegiatan tersebut, hasil yang dicapai sebagai berikut: 1) Seluruh anak mampu memahami materi yang diberikan dalam layanan klasikal, 2) Seluruh anak secara antusias dalam mengikuti kegiatan, kondisi ini dapat dilihat dari ketepatan waktu kehadiran hingga selesai kegiatan, dan banyaknya peserta yang bertanya dan mempraktikkan dengan baik, 3) Masing-masing peserta aktif dalam memberikan saran pada saat memberikan kesimpulan diakhir kegiatan.



Gambar 3. Kegiatan Tanya Jawab



Gambar 4. Kegiatan Praktik Konseling Lansia

V. KESIMPULAN

Secara umum PKM Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP-PGRI Pontianak tahun akademik 2022-2023 dalam bentuk kegiatan pelatihan konseling lansia di Mulia Dharma berjalan dengan lancar, peserta antusias dalam bertanya, menjawab pertanyaan dan mempraktikkan secara langsung kepada lansia yang ada di anti jompo tersebut. Saran yang diberikan, 1) Konseling lansia bisa dilaksanakan secara berkelanjutan, 2) Kegiatan pengabdian selanjutnya tidak hanya di satu panti jompo saja, 3) Adanya Konselor kunjung secara berkala di panti jompo Mulia Dharma.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih Diucapkan Kepada IKIP PGRI Pontianak Dan UPT Rehabilitasi Lanjut Usia Dan Rehabilitasi Penyandang Disabilitas Mulia Dharma yang telah memfasilitasi kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2015). Buku Saku Kegiatan KKN Mahasiswa. Surabaya: Perwakilan BKKBN Provinsi Jawa Timur.
- Budiyono, A., & Abidin, Z. (2020). Dinamika Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Jompo Dan Implikasinya Bagi Layanan Konseling Islam. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 17(1), 101-114.
- Dompas, A. S. (2021). *Pelaksanaan Konseling Individu Pada Lansia Gangguan Psikis Di Panti Jompo Khusnul Khotimah Pekanbaru* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).
- Hermi Pasmawati. Penerapan Logoterpy dalam Konseling. *Jurnal Syi'ar*. Vol. 15 No. 1 Februari 2015. Hal. 59.
- Hidayat, H. (2013). *Model Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Kaum Lansia Di Panti Jompo* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Irman, S. A. (2019). Perilaku Lanjut Usia Yang Mengalami Kesepian Dan Implikasinya Pada Konseling Islam.
- Marlita, L., Saputra, R., & Yamin, M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activity Daily Living (ADL) di UPT PSTW Khusnul Khotimah. *Jurnal Keperawatan Abdurrahman*, 1(2), 64-68.
- Mönks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2015). Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Munandar, A. (2018). *Pola Dampingan Lanjut Usia di Panti Jompo Mappaka Sunggu Kota Parepare (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)* (Doctoral dissertation, IAIN Parepare).
- Nevid, Rathus & Greene. 2013. Psikologi Abnormal, Jilid 2. Jakarta : Erlangga.
- Santrock, John W. 2014. Life -Span Development. (Perkembangan Masa Hidup). Jilid II. Edisi Kelima. Jakarta: Renika cipta. Hal 175