



PANDUAN SEKOLAH LANSIA DI KELOMPOK BKL



PANDUAN SEKOLAH LANSIA DI KELOMPOK BKL

KATA SAMBUTAN

Assalamu'alaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, karena dapat menyelesaikan Panduan Sekolah Lansia di Bina Keluarga Lansia (BKL) Tahun 2021. Buku ini bertujuan sebagai acuan dalam pembentukan Sekolah lansia di BKL. Sekolah Lansia merupakan pembelajaran bagi lansia, terutama lansia yang masih potensial di dalam keluarga dan masyarakat untuk mewujudkan Lansia yang SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif, dan Bermartabat) melalui 7 dimensi lansia tangguh yakni dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi emosional, dimensi intelektual, dimensi sosial kemasyarakatan, dimensi profesional vokasional dan dimensi lingkungan. Penyusunan buku panduan ini juga merupakan salah satu tindak lanjut dari kesepahaman bersama dan perjanjian kerjasama antara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dengan Yayasan Indonesia Ramah Lansia (IRL).

Berdasarkan data BPS 2020, penduduk lansia sebesar 26,82 juta jiwa (9,92 persen) dari populasi penduduk Indonesia menunjukkan bahwa Indonesia mendekati angka yang menuju era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduk lansia hampir menembus angka 10 persen. Hal ini karena gencarnya pembangunan kesehatan dan sosial ekonomi yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia, sehingga usia harapan hidup penduduk Indonesia mengalami peningkatan.

Berbagai kebijakan untuk mewujudkan lansia yang SMART sudah ditetapkan termasuk kebijakan *International Seven Dimension of Wellness* yang dikembangkan oleh *International Council on Active Ageing (ICAA)* yang intinya lansia perlu terus diintervensi (stimulasi) pada aspek spiritual, intelektual, vokasional/hobi, sosial, fisik/kesehatan, emosional, dan lingkungan. Indonesia akan menghadapi tantangan khusus karena proses penuaan yang cepat. Indonesia harus mampu mengantisipasi dan menempatkan proses

penuaan sebagai tantangan khusus karena terjadi pada situasi tingkat pendapatan yang relatif rendah.

Atas dasar tersebut, dikembangkan berbagai kebijakan sebagai salah satu upaya komprehensif dari pemerintah agar lansia tidak menjadi beban, baik dalam keluarga maupun masyarakat tetapi dapat menggali potensinya. Oleh karena itu, dibutuhkan buku panduan dalam pengembangan Sekolah Lansia di kelompok BKL yang diharapkan dapat membantu para pemangku kepentingan dalam merencanakan program Pembangunan Keluarga, dalam upaya meningkatkan pengembangan program kelanjutusiaan melalui pembentukan sekolah lansia di kelompok Bina Keluarga Lansia (BKL) di seluruh Indonesia dalam mewujudkan lansia tangguh yang SMART.

Mari kita tingkatkan koordinasi dan saling bersinergi, sehingga BKKBN dapat melaksanakan seluruh program dan kegiatan prioritasnya secara lebih terarah, efektif, efisien, akuntabel dan langsung dirasakan manfaatnya oleh masyarakat.

Terima Kasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Jakarta, November 2021



Kepala BKKBN RI,

DR. (H.C.) dr. Hasto Wardoyo, Sp.OG(K)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya, buku “Panduan Sekolah Lansia di Bina Keluarga Lansia” telah selesai disusun dengan baik.

Buku ini disusun sebagai acuan bagi pengelola dan pelaksana Program Pembangunan Keluarga, Kependudukan dan Keluarga Berencana (Bangga Kencana) dalam menggarap Program Pembangunan Keluarga di lini lapangan sehingga upaya peningkatan inovasi pelaksana dan pengelola program ketahanan keluarga Lansia, khususnya penyelenggaraan kelompok kegiatan BKL dapat disambut baik dan mendapat dukungan dari Pemerintah, Pemerintah Daerah, Lembaga terkait, LSOM, Swasta, Tokoh masyarakat, Tokoh Agama, dan Tokoh Adat setempat.

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak dari lintas komponen di BKKBN dan mitra kerja serta semua rekan-rekan khususnya Yayasan IRL atas partisipasinya dalam menyumbangkan pikiran dan tenaganya sehingga penyusunan buku panduan ini dapat diselesaikan. Buku panduan ini merupakan tindak lanjut dari kesepahaman bersama dan perjanjian kerjasama antara BKKBN dengan Yayasan Indonesia IRL.

Masukan dan saran senantiasa kami harapkan untuk perbaikan kedepan. Semoga buku ini bermanfaat untuk kemajuan program kelanjutusiaan di Indonesia, khususnya bagi para pengelola Program Bangga Kencana sehingga dapat diterapkan dan diaplikasikan di lapangan guna terciptanya Lansia berkualitas ke depan, yaitu Lansia yang SMART.

Jakarta, November 2021

Deputi Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga,



Nopian Andusti, SE, MT

TIM PENYUSUN

PELINDUNG

- DR. (H.C.) dr. Hasto Wardoyo, Sp.OG(K)
Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional RI

PENGARAH

- Nopian Andusti, SE, MT
Deputi Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga, BKKBN

PEMBAHAS

- Erisman, S.Si., M.Si (Direktur Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan, BKKBN)
- Prof, Dr. drg. Tri Budi W.Rahardjo, MS (Rektor dan guru besar gerontologi URINDO, dan *Council member Of Active Ageing Consortium Asia Pasific*)

PENULIS

- dr. Elsa Pongtuluran, M.Kes (BKKBN)
- Dwi Endah, SKM, MPH (IRL)
- DR. Tri Suratmi, S.Pd (IRL DKI JAKARTA)
- Susiana Nugraha, S.KM., MN (IRL JABAR)

KONTRIBUTOR

- Hartatik Sulistyoningih, S.Kom, M.Eng (BKKBN)
- Sistha Atisomya, S.Psi, M.Si (BKKBN)
- Drs. Muhammad Dawam, MPA (BKKBN)
- Sinta Nalom Saragih, S. Sos, M. Si (BKKBN)
- Hemiliana Dwi Putri, S. Psi, Psi (BKKBN)
- Rany Widashanti, S.Sos, M.Si (BKKBN)
- Erika Herry, S.Si (BKKBN)

- Endang Jeniati (Urindo)
- drg. Ratih Riawati, MARS (Urindo)
- Dinni Agustin, S.Pd., M.Kesos (Urindo)
- Tafrizi (Urindo)

EDITOR

Erika Herry, S.Si (BKKBN)

DESIGN/LAYOUT

wawthesign dan Divia

ILUSTRASI & COVER

wawthesign

DAFTAR TABEL

- Kegiatan Pembelajaran Berdasarkan 7 Dimensi lansia Tangguh
- 8 (delapan) Langkah Pembelajaran Di Sekolah Lansia

DAFTAR SINGKATAN

ASN	: Aparatur Sipil Negara	OPDKB	: Organisasi Perangkat Daerah Keluarga Berencana
ADL	: <i>Activity of Daily Living</i>		
BKB	: Bina Keluarga Balita		
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional	PIK-R	: Pusat Informasi dan Konseling Remaja
BKL	: Bina Keluarga Lansia	PKB	: Penyuluh Keluarga Berencana
BKR	: Bina Keluarga Remaja	PLKB	: Petugas Lapangan Keluarga Berencana
BPS	: Badan Pusat Statistik		
CIPP	: <i>Contex, Input, Process, Product</i>	RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
DIY	: Daerah Istimewa Yogyakarta	RPJM	: Rencana Pembangunan Jangka
DM	: Diabetes Melitus		
Golantang	: Go Lansia Tangguh	SDM	: Sumber Daya Manusia
IADL	: <i>Instrumental Activities of Daily Living</i>	SL	: Sekolah Lansia
ICAA	: <i>International Council on Active Aging</i>	SL-BKL	: Sekolah Lansia-Bina Keluarga Lansia
IRL	: Indonesia Ramah Lansia	SMART	: Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif, Bermartabat
KB	: Keluarga Berencana		
KIE	: Komunikasi, Informasi dan Edukasi	UPPKA	: Usaha Perberdayaan Pembangunan Keluarga Akseptor
KSPK	: Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga		
LSOM	: Lembaga Sosial Organisasi Masyarakat	URINDO	: Universitas Respati Indonesia

DAFTAR ISI

KATA SAMBUTAN	ii
KATA PENGANTAR	iv
TIM PENYUSUN	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR SINGKATAN	viii
DAFTAR ISI	ix

BAB I PENDAHULUAN I

a. Latar Belakang	2
b. Dasar Hukum	6
c. Tujuan	9
d. Sasaran	10
e. Tugas	11
f. Batasan Pengertian	12

BAB II KEBIJAKAN DAN STRATEGI 15

a. Kebijakan	16
b. Strategi	17

BAB III PENGEMBANGAN SEKOLAH LANSIA DI KELOMPOK BKL BERDASARKAN 7 DIMENSI LANSIA TANGGUH 18

a. Latar Belakang	19
b. Batasan, Visi, Misi, Tujuan dan Strategi	25
c. Pengembangan Kurikulum Sekolah Lansia	30

**BAB IV IMPLEMENTASI SEKOLAH LANSIA
DI KELOMPOK BKL 42**

- a. Tahap Pembentukan **43**
- b. Tahap Persiapan **44**
- c. Tahap Pelaksanaan **45**
- d. Pokok-pokok Kegiatan Sekolah Lansia di Kelompok BKL..... **48**

**BAB V PENCATATAN DAN PELAPORAN SERTA
MONITORING DAN EVALUASI 49**

- a. Pencatatan dan Pelaporan **50**
- b. Monitoring dan Evaluasi **51**

BAB VI PENUTUP 53

LAMPIRAN 55

DAFTAR PUSTAKA 84

PENDAHULUAN

01

A. Latar Belakang

Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 mendefinisikan lanjut usia (lansia) adalah *seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas*. Peningkatan penduduk lansia seiring kemajuan di bidang kesehatan yang ditandai dengan meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kematian. Pertumbuhan jumlah penduduk lansia dapat menjadi potensi untuk pembangunan.

Pertumbuhan penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2020 diperkirakan akan mencapai lebih dari 10 persen dan pada tahun 2045 jumlah lansia di Indonesia akan mencapai seperlima dari total penduduk Indonesia. Pertumbuhan penduduk lansia di Indonesia berbanding terbalik dengan pertumbuhan balita yang semakin menurun.





Sebagai tantangan utama yang akan dihadapi adalah terkait finansial penduduk lansia karena tidak banyak lansia memiliki jaminan hari tua, sehingga secara ekonomi banyak lansia yang bergantung kepada keluarga atau anaknya, dan dikenal dengan sebutan *sandwich generation*. Tantangan berikutnya terkait kesehatan terutama pada negara berkembang dan menengah karena masalah kesehatan pada lansia akan berdampak kepada keluarga dan masyarakat. *Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan ketersediaan fasilitas kesehatan yang memadai dan ramah lansia.* Tantangan yang masih dihadapi salah satunya terkait bagaimana lansia menghadapi pandemi Covid-19 karena lansia sebagai salah satu kelompok rentan dengan angka kematian karena Covid-19 terbilang cukup tinggi. Berdasarkan data pada sebaran Covid-19 yang dilansir pada website <https://covid19.go.id/> tanggal 8 November 2021 bahwa presentase kematian akibat Covid-19 pada kelompok lansia sebesar 46,80% dan tertinggi dibanding kelompok umur lainnya, sehingga dukungan semua sektor sangat diperlukan dalam penyediaan makanan bergizi, ketersediaan kebutuhan dasar, obat-obatan serta perawatan sosial.



Keluarga sebagai tempat pertama bagi anggota keluarga termasuk lansia untuk menjalankan fungsi-fungsinya, yaitu



1.

Fungsi perlindungan, keluarga memberikan perlindungan untuk lansia dalam situasi pandemi ini, dengan menjalankan protokol kesehatan, keluarga perlu memantau dan memperhatikan lansia dan memastikan kebutuhan sehari-hari lansia agar tercukupi;



2.

Fungsi cinta kasih, keluarga memberikan rasa aman kepada lansia dengan meningkatkan hubungan yang berkualitas;

3.

Fungsi agama, keluarga mengembangkan nilai-nilai agama yang beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mengajak lansia untuk beribadah bersama;

4.

Fungsi sosial budaya, keluarga menanamkan dasar-dasar nilai kehidupan terhadap berbagai budaya dengan melibatkan peran lansia;

5.

Fungsi sosialisasi pendidikan, keluarga membentuk generasi yang berkarakter dan berakhlak mulia;

6.

Fungsi ekonomi, keluarga sebagai tempat membina, menanamkan nilai-nilai keuangan dan merencanakan keuangan keluarga dalam mewujudkan keluarga sejahtera;

7.

Fungsi reproduksi, keluarga berperan dalam pengaturan reproduksi yang akan melahirkan generasi berkualitas;

8.

Fungsi lingkungan, keluarga berperan dalam menjaga lingkungannya agar tetap bersih, sehat dan nyaman yang ditanamkan sejak kecil.



B. Dasar Hukum



1. UU Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1998 Nomor 190, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3976);
3. Undang-Undang Nomor 33 Tahun 2004 Tentang Perimbangan Keuangan Antara Pemerintah Pusat dan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 126, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4438);
4. Undang-Undang Nomor 52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 161, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5080);
5. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 Tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 244, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5587); sebagaimana telah beberapa kali diubah terakhir dengan Undang-Undang Nomor 9 Tahun 2015 (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5679);
6. Peraturan Pemerintah Nomor 87 Tahun 2014 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga

(Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 319, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5614);

7. Peraturan Pemerintah Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2016 Nomor 114, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5887);
8. Peraturan Presiden Nomor 18 Tahun 2020 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020 – 2024;
9. Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutan;
10. Keputusan Presiden Nomor 103 Tahun 2001 Tentang Kedudukan, Tugas, Fungsi, Kewenangan, Susunan Organisasi, dan Tata Kerja Lembaga Pemerintah Non Departemen, yang telah beberapa kali diubah, terakhir dengan Peraturan Presiden Nomor 145 Tahun 2015 Tentang perubahan kedelapan atas keputusan presiden Tentang Kedudukan, Tugas, Fungsi, Kewenangan, Susunan Organisasi, dan Tata Kerja Lembaga Pemerintah Non Departemen (lembaran negara republik indonesia tahun 2015 nomor 322).
11. Peraturan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 13 Tahun 2019 Tentang Pengelolaan Kelompok Kegiatan Bina Keluarga Lanjut Usia;
12. Peraturan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 11 Tahun 2020 Tentang Organisasi dan Tata Kerja Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional;





13. Peraturan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 12 Tahun 2020 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Balai Pendidikan, dan Pelatihan Kependudukan, dan Keluarga Berencana;
14. Dokumen Kesepahaman Bersama antara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional dan Yayasan Indonesia Ramah Lansia Nomor 34/KSM/G2/2021 dan 191/E/SPK/VI/2021 tentang Sinergitas Program Pembangunan Keluarga Kependudukan dan Keluarga Berencana Melalui Peran yayasan Indonesia Ramah Lansia;
15. Dokumen Perjanjian Kerjasama antara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional dan Yayasan Indonesia Ramah Lansia Nomor 35/PKS/G2/2021 dan 203/E/PKS/IX/2021 tentang Sinergitas Program Kelanjutan.



C. Tujuan

Umum

Buku panduan ini sebagai acuan bagi para pelaksana dan pengelola program dalam memberikan pelayanan bagi Lansia dan keluarga Lansia melalui kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL.

Khusus

1. Adanya persamaan persepsi dalam memahami kegiatan layanan lansia melalui Sekolah Lansia di kelompok BKL.
2. Meningkatkan keefektifan kegiatan layanan lansia melalui Sekolah Lansia di kelompok BKL.
3. Meningkatkan pembinaan ketahanan keluarga lansia dan rentan melalui sinergitas lintas pemangku kepentingan dan mitra.



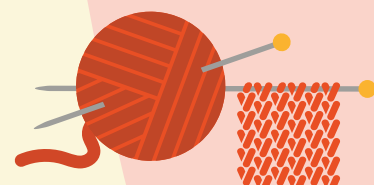
d. Sasaran

1. Sasaran Langsung

- a. Perwakilan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi yang membidangi ketahanan keluarga lansia.
- b. Organisasi Perangkat Daerah Provinsi yang membidangi urusan pengendalian penduduk dan KB.
- c. Organisasi Perangkat Daerah kabupaten dan kota yang membidangi urusan pengendalian penduduk dan KB.
- d. Kepala Unit Pelaksana Teknis KB/Koordinator Penyuluh Keluarga Berencana (KB)/Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) di tingkat kecamatan.
- e. Penyuluh KB/PLKB beserta pengurus dan kader kelompok kegiatan BKL di tingkat desa/kelurahan.

2. Sasaran Tidak Langsung

- a. Pengelola program kelanjutusiaan tingkat pusat.
- b. Pengelola program kelanjutusiaan tingkat provinsi.
- c. Pengelola program kelanjutusiaan tingkat kabupaten/kota.
- d. Pengelola program kelanjutusiaan tingkat kecamatan.
- e. Pengelola dan pelaksana program kelanjutusiaan tingkat desa/kelurahan.
- f. Pemangku kepentingan dan mitra kerja di pusat dan daerah.



e. Tugas

1. BKKBN Pusat

- a. Menyediakan payung hukum atau peraturan sebagai dasar untuk pengelolaan dan pelaksanaan Sekolah Lansia di Kelompok BKL sesuai tingkatan wilayah.
- b. Koordinasi dan kerjasama lintas sektor dan mitra kerja dalam rangka mendukung pelaksanaan Sekolah Lansia yang terintegrasi dengan BKL untuk pembinaan ketahanan keluarga Lansia.
- c. Penyerasian kebijakan layanan lanjut usia sesuai dengan tingkatan wilayah yang dituangkan dalam Rancangan Pembangunan Jangka Menengah (RPJM).

2. BKKBN Provinsi

- a. Penguatan akses dan kualitas penyelenggaraan Sekolah Lansia di kelompok BKL.
- b. Meningkatkan kuantitas dan kualitas SDM pelaksana dan pengelola kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL.
- c. Penguatan implementasi Sekolah Lansia di kelompok BKL melalui *multiple helix* (BKKBN, perguruan tinggi, sektor swasta, partisipasi masyarakat dan lembaga keuangan).
- d. Penyediaan materi dan media KIE yang inovatif, komunikatif dan berbasis IT yang *user friendly* dan sesuai kearifan lokal.
- e. OPD Pengendalian Penduduk dan KB
- f. Peningkatan kapasitas SDM pelaksana dan pengelola kegiatan sekolah lansia di kelompok BKL melalui pendidikan dan pelatihan.
- g. Penyediaan sarana dan prasarana pelaksanaan kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL.

d. Batasan Pengertian

1. Sekolah Lansia adalah salah satu upaya pendidikan secara non formal yang dilakukan sepanjang hayat bagi lanjut usia.
2. Bina Keluarga Lansia yang selanjutnya disingkat BKL adalah wadah kelompok kegiatan masyarakat yang terdiri dari keluarga Lansia yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, dan keterampilan keluarga Lansia dan Pralansia untuk meningkatkan kualitas hidup dan kehidupan Lansia dan Pralansia.
3. Kader adalah orang dewasa, baik pria maupun wanita yang dipandang sebagai orang-orang yang memiliki kelebihan berupa keberhasilan dalam kegiatan, keluwesan dalam hubungan kemanusiaan, status sosial ekonomi dan kelebihan lainnya.
4. Kelompok Kegiatan yang selanjutnya disingkat Poktan adalah kelompok masyarakat yang melaksanakan dan mengelola kegiatan ekonomi produktif keluarga (seperti UPPKA, Takesra/Kukesra) dan kegiatan bina keluarga sejahtera (BKB, BKR, BKL, dan PIK-R) serta kegiatan Posyandu, dll. yang berada di tingkat desa/keseluruhan ke bawah.
5. Lanjut Usia yang selanjutnya disingkat lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun atau lebih.
6. Keluarga Lansia adalah keluarga yang memiliki salah satu anggota keluarganya telah lanjut usia atau keluarga yang terdiri dari suami istri yang telah lanjut usia atau suami istri yang telah lanjut usia beserta keluarganya.

7. Lansia Tangguh adalah lansia yang sehat, aktif, mandiri, dan produktif serta bermartabat melalui penerapan 7 (tujuh) dimensi lansia tangguh, yaitu: dimensi spiritual, intelektual, fisik, emosional, sosial kemasyarakatan, profesional vokasional, dan lingkungan.
8. Program Pembangunan Keluarga, kependudukan dan Keluarga Berencana yang selanjutnya disingkat Bangga Kencana adalah upaya terencana dalam mewujudkan penduduk tumbuh seimbang dan keluarga berkualitas melalui pengaturan kelahiran anak, jarak, dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, serta mewujudkan keluarga yang sejahtera, mandiri dan bahagia.
9. Mitra Kerja adalah perseorangan, lembaga pemerintah, organisasi swasta, lembaga swadaya organisasi masyarakat yang berperan serta dalam pengelolaan Program Bangga Kencana, meliputi kader, tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh adat, kepala desa/kelurahan, dan lainnya.
10. Pemangku kepentingan adalah individu atau kelompok yang mempengaruhi dan/atau terpengaruh oleh aktivitas, produk atau layanan, serta kinerja organisasi serta terkait dengan isu dan permasalahan yang menjadi fokus kajian atau perhatian.
11. Pencatatan dan Pelaporan Program Kependudukan dan Keluarga adalah tata cara pencatatan dan pelaporan program Bangga Kencana.
12. Pengelola Program Kelanjutusiaan adalah tenaga yang melakukan fungsi memimpin dan mengorganisir, dalam rangka menggiatkan dan memasyarakatkan program kelanjutusiaan di semua tingkatan wilayah kerja BKKBN, Perwakilan



Provinsi, Organisasi Perangkat Daerah Pengendalian Penduduk dan KB Provinsi dan Kabupaten/Kota, Pemangku Kepentingan, dan Mitra Kerja serta pihak terkait lainnya.

- 13.** Penyuluh KB adalah Aparatur Sipil Negara (ASN) yang memenuhi kualifikasi dan standar kompetensi serta diberi tugas, tanggung jawab, wewenang dan hak secara penuh oleh pejabat yang berwenang untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan, pelayanan, penggerakan dan pengembangan program Pembangunan Keluarga, Kependudukan dan Keluarga Berencana (Bangga Kencana)
- 14.** Petugas Lapangan KB yang selanjutnya disingkat PLKB adalah Pegawai Negeri Sipil dan Non Pegawai Negeri Sipil yang bertugas melaksanakan, mengelola, dan menggerakkan masyarakat dalam Program Bangga Kencana ditingkat Desa/Kelurahan.
- 15.** Pralansia adalah seseorang yang berusia 45-59 Tahun.
- 16.** Integrasi Sekolah Lansia dan BKL adalah salah satu upaya pendidikan secara non formal yang dilakukan sepanjang hayat bagi lanjut usia untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, dan keterampilan keluarga Lansia dalam meningkatkan kualitas hidup dan kehidupan Lansia.



KEBIJAKAN DAN STRATEGI

02

Kebijakan dan strategi pelaksanaan Sekolah Lansia di kelompok BKL diperlukan sebagai upaya untuk meningkatkan ketahanan dan kesejahteraan keluarga Lansia, antara lain:

A. Kebijakan

1. Menyediakan payung hukum atau peraturan sebagai dasar untuk pengelolaan dan pelaksanaan Sekolah Lansia di Kelompok BKL sesuai tingkatan wilayah .
2. Meningkatkan koordinasi dan kerjasama lintas sektor dan mitra kerja dalam rangka mendukung pelaksanaan pembinaan ketahanan keluarga Lansia.
3. Memperkuat akses dan kualitas penyelenggaraan Sekolah Lansia di kelompok BKL.
4. Meningkatkan kuantitas dan kualitas SDM pelaksana dan pengelola kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL.



B. Strategi

1. Penyerasian kebijakan layanan lanjut usia sesuai dengan tingkatan wilayah yang dituangkan dalam Rancangan Pembangunan Jangka Menengah (RPJM).
2. Penguatan implementasi Sekolah Lansia di kelompok BKL melalui *multiple helix* (BKKBN, perguruan tinggi, sektor swasta, partisipasi masyarakat dan lembaga keuangan).
3. Penyediaan materi dan media KIE yang inovatif, komunikatif, dan berbasis IT yang *user friendly* dan sesuai kearifan lokal.
4. Peningkatan sinergitas, komitmen dan peran serta pemangku kepentingan dan mitra kerja.
5. Pengintegrasian operasional kegiatan.
6. Peningkatan promosi dan KIE program kelanjutusiaan.
7. Peningkatan kapasitas SDM pelaksana dan pengelola kegiatan sekolah lansia di kelompok BKL melalui pendidikan dan pelatihan.
8. Penyediaan sarana dan prasarana pelaksanaan kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL.



PENGEMBANGAN
SEKOLAH LANSIA
DI KELOMPOK BKL
BERDASARKAN 7
DIMENSI LANSIA
TANGGUH

03

A. Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas (pasal I UU No.13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia). Pada masa ini ditandai dengan adanya perubahan yang bersifat fisik dan psikologis yang semakin menurun. **Data jumlah penduduk lansia di Indonesia berdasarkan BPS 2020 sebesar 26,82 juta jiwa (9,92 persen) dari populasi penduduk Indonesia.** Hal ini berarti Indonesia menuju era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduk lansia hampir menembus angka 10 persen. Hal ini karena gencarnya pembangunan kesehatan dan sosial ekonomi yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia, sehingga usia harapan hidup penduduk Indonesia mengalami peningkatan.

Transisi demografi yang mengubah struktur penduduk menjadi *ageing population* juga diiringi dengan transisi epidemiologi dari penyakit menular menjadi penyakit degeneratif. Lansia memiliki banyak permasalahan baik dari aspek, ekonomi dan sosial. Dengan semakin meningkatnya usia maka akan semakin banyak permasalahan kesehatan yang akan dialami, karena **adanya penurunan kapasitas intrinsik dan kemampuan fungsional dan semakin tinggi risiko untuk mengalami keterbatasan**, karena terkena penyakit sehingga membutuhkan bantuan orang lain. Kondisi demikian bisa dicegah dan dihindari dengan upaya pencegahan sejak usia menengah pada waktu kapasitas intrinsik dan kemampuan fungsional pada posisi puncak.



Permasalahan kesehatan ini juga menjadi tantangan bagi lansia. Menurut WHO (2012) beban kesehatan lansia di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah berasal dari penyakit-penyakit seperti jantung, stroke, gangguan penglihatan, dan gangguan pendengaran. Kondisi demikian juga terjadi di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, terdapat beberapa penyakit yang merupakan faktor risiko disabilitas, seperti stroke, jatuh, osteoarthritis, Diabetes Melitus (DM) dan penyakit jantung, yang ditunjukkan sebesar 3,7 persen Lansia mengalami ketergantungan sedang sampai total. Hal ini berarti yang mandiri dan ketergantungan ringan proporsinya jauh lebih tinggi. Upaya agar Lansia tetap mempertahankan kemandirian, sehat, aktif dan produktif sangat esensial. Di sisi lain, kesehatan yang buruk pada lansia tidak hanya berdampak bagi individu tetapi juga bagi keluarga dan masyarakat luas. Oleh karena itu, diperlukan jaminan serta fasilitas kesehatan yang memadai untuk lansia. Lingkungan yang mendukung seperti transportasi ramah lansia juga penting diciptakan agar penduduk lansia dapat beraktivitas dengan baik.





Undang-undang Nomor 52 Tahun 2009

tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga pasal 47 mengamanatkan pemerintah dan pemerintah daerah untuk menetapkan kebijakan pembangunan keluarga melalui pembinaan ketahanan dan kesejahteraan keluarga. BKKBN sebagai institusi yang diberikan mandat untuk menjalankan program Bangga Kencana menterjemahkan kebijakan pembangunan keluarga dengan cara membentuk berbagai Poktan yang langsung menyentuh keluarga khususnya berkenaan dengan peningkatan kualitas hidup Lansia adalah BKL.



Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan telah melakukan evaluasi efektifitas penyelenggaraan kelompok kegiatan BKL dan kepuasan anggota BKL pada bulan April 2021. **Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi keefektifan BKL** dengan menggunakan pendekatan evaluasi model CIPP (context/konteks, input/masukan, process/proses dan product/hasil) dan mengidentifikasi tingkat kepuasan anggota BKL dalam mengikuti kegiatan di BKL. Subyek penelitian ini adalah Penyuluh KB/PLKB, Ketua BKL, Kader BKL dan Anggota BKL (masing-masing 1 orang) di setiap kabupaten/kota dari seluruh provinsi kecuali Provinsi Jambi dan Papua. Data dikumpulkan dengan kuesioner melalui google form dan analisis data dilakukan dengan cara deskriptif, kuantitatif dan kualitatif.



Penelitian ini mempunyai empat hasil penelitian kuantitatif yang dibagi menjadi empat aspek. Pertama, pada aspek *context* dikategorikan sangat baik karena ketercapaian mencapai 75 persen. Kedua, pada aspek *input* dikategorikan sangat baik dengan persentase ketercapaian sebesar 53 persen. Ketiga, pada aspek *process* dikategorikan sangat baik karena persentase ketercapaian sebesar 58 persen. Keempat, pada aspek *product* dikategorikan sangat baik karena persentase ketercapaian sebesar 71 persen. Hasil analisis dari total komponen CIPP terkait evaluasi penyelenggaraan BKL menunjukkan bahwa lebih dari separuh (58 persen) atau 858 responden menyatakan sangat baik, 36 persen atau 537 responden menyatakan baik, 6 persen atau 81 responden menyatakan kurang dan hanya 2 responden saja menyatakan buruk. Terkait kepuasan didapatkan lebih dari separuh (55,6 persen) atau 826 responden menyatakan sangat bermanfaat ikut serta dalam kegiatan di BKL dan hampir separuh (46,8 persen) atau 695 responden menyatakan sangat puas dalam mengikuti kegiatan di kelompok BKL. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, maka perlu inovasi program untuk meningkatkan derajat kesejahteraan masyarakat pada kelompok BKL. Bentuk inovasi yang dapat dikembangkan adalah Sekolah Lansia, yang merupakan perwujudan dari konsep belajar sepanjang hayat (*life long learning*).





Sekolah Lansia merupakan pembelajaran bagi lansia, terutama lansia yang masih potensial di dalam keluarga dan masyarakat. Keluaran dari adanya sekolah lansia di kelompok BKL adalah untuk mewujudkan Lansia yang SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif dan Bermartabat) melalui 7 dimensi lansia tangguh yakni dimensi spiritual, dimensi fisik, dimensi emosional, dimensi intelektual, dimensi sosial kemasyarakatan, dimensi professional vokasional dan dimensi lingkungan. Program tersebut tersebut sesuai dengan Pedoman tentang penerapan 7 dimensi lansia tangguh di BKL, oleh BKKBN tahun 2014, yang mengacu pada *International Council of Active Ageing (ICAA) 2013*. Seluruh pembelajaran dan kurikulum terpadu dalam mewujudkan lansia tangguh sesuai tujuan 7 dimensi tersebut perlu dikaji dan telah dilakukan penelitian untuk mengembangkan Integrasi Sekolah Lansia (ISL) dalam BKL Sebagai Upaya Pencapaian 7 Dimensi Lansia Tangguh.

Penelitian di DIY untuk mengembangkan model integrasi Sekolah Lansia Bina Keluarga Lansia dalam mewujudkan 7 Dimensi lansia Tangguh telah dilakukan dengan mengintegrasikan Sekolah Lansia dan Bina Keluarga Lansia dalam mewujudkan 7 dimensi lansia tangguh Hasilnya menunjukkan, terdapat dua Model Integrasi Sekolah Lansia Bina Keluarga Lansia secara klasikal yaitu: pertama, dengan cara tatap muka langsung dengan peserta didik dengan pengajar dengan waktu tidak lebih dari 1 jam (sesuai Panduan Integrasi Sekolah Lansia dalam Bina Keluarga Lansia, 2020). Kedua, secara Daring melalui pemanfaatan jejaring media sosial *WhatsApp Group (WAG)* dengan materi berupa video dan *power point* dan diberikan Pekerjaan Rumah yang selanjutnya didiskusikan pada sesi/pertemuan berikutnya. Pembuatan kelompok per RT untuk memperdalam materi yang diperoleh dan mempraktekan materi tersebut.

Sebelum mengikuti pembelajaran di Sekolah Lansia, dilakukan identifikasi kondisi lansia. Hasil identifikasi dengan menggunakan instrumen ADL (*Activity of Daily Living*) dan instrumen untuk menilai status kesehatan dan kondisi ekonomi secara singkat. Dari identifikasi diperoleh informasi bahwa sebagian besar lansia memiliki masalah kesehatan persendiaan, penyakit degeneratif, pengembangan usaha yang terbatas, penurunan daya ingat, sebagian merasa kesepian, lingkungan yang belum tertata secara maksimal. Kondisi demikian membutuhkan intervensi 7 dimensi lansia tangguh, (spiritual, emosional, fisik, intelektual, sosial, vokasional – profesional dan lingkungan) agar kualitas hidup dapat dipertahankan atau bahkan ditingkatkan.



B. BATASAN, VISI, MISI, TUJUAN DAN STRATEGI

1. Batasan

Konsep dasar yang dikembangkan dalam Sekolah Lansia adalah pendidikan sepanjang hayat (*Long Life Education*). Bahwa pendidikan tidak berhenti hingga individu menjadi dewasa, tetapi berlanjut sepanjang hidupnya. Dalam pengertian lebih luas, *long life education* tidak menuntut adanya lembaga pendidikan resmi, namun bisa melalui pendidikan non formal seperti keluarga, masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan untuk mengembangkan pribadi yang lebih baik. Sekolah Lansia tidak hanya sekedar mempelajari aspek kesehatan fisik, namun di dalamnya memiliki keterkaitan antar elemen baik fisik, social, psikologis, ekonomi, spiritual dan konsep ini sejalan dengan prinsip *sucessfull ageing*. Oleh karena itu, Sekolah Lansia adalah salah satu upaya Pendidikan secara non formal yang dilakukan sepanjang hayat bagi Lansia.



2. Visi

Visi Sekolah Lansia di kelompok BKL (SL-BKL) adalah menjadi pendidikan non formal di BKL untuk mewujudkan Lansia yang SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, dan Produktif) serta Bermartabat dalam 7 Dimensi Lansia Tangguh secara utuh yang berguna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat dan negara.

3. Misi

Misi Sekolah Lansia di kelompok BKL (SL-BKL) adalah sebagai berikut.

- a.** Melaksanakan kegiatan pembelajaran yang terintegrasi dengan kegiatan kelompok BKL.
- b.** Melaksanakan pembelajaran menggunakan kurikulum yang komprehensif untuk mewujudkan lansia SMART dalam 7 Dimensi Lansia Tangguh.
- c.** Melaksanakan pembelajaran sesuai dengan profil lansia, kebutuhan masyarakat, serta potensi dan kondisi wilayah.
- d.** Membangun kerjasama lintas program dan lintas sektor untuk mendukung proses pembelajaran.

4. Tujuan

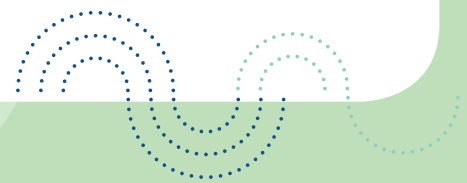
Tujuan Sekolah Lansia di kelompok BKL (SL-BKL) adalah sebagai berikut.

- a.** Meningkatkan kualitas kegiatan kelompok BKL dalam mewujudkan Lansia Tangguh.
- b.** Meningkatkan pemahaman Lansia tentang konsep SMART dalam lingkup 7 Dimensi Lansia Tangguh (spiritual, fisik, emosional, intelektual, sosial, professional vokasional dan lingkungan).
- c.** Meningkatkan pengetahuan lansia tentang proses menua sehat dan sakit.
- d.** Meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku lansia tentang kesehatan fisik dan mental.
- e.** Meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku lansia tentang kehidupan sosial dan ekonomi.
- f.** Meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku lansia tentang lingkungan yang mendukung kehidupan lansia.

5. Strategi

- a. Untuk mencapai tujuan meningkatkan kualitas kegiatan kelompok BKL dalam mewujudkan Lansia Tangguh, maka strateginya adalah:
 - 1) Mengembangkan kegiatan yang dibutuhkan kelompok
 - 2) Meningkatkan kompetensi pengelola program BKL
- b. Untuk mencapai tujuan meningkatkan pemahaman Lansia tentang konsep SMART dalam lingkup 7 Dimensi Lansia Tangguh (spiritual, fisik, emosional, intelektual, sosial, professional vokasional dan lingkungan), maka strateginya adalah:
 - 1) Mengembangkan materi pembelajaran Sekolah Lansia;
 - 2) Mengembangkan metoda pembelajaran Sekolah Lansia;
 - 3) Mengembangkan model evaluasi Sekolah Lansia.
- c. Untuk mencapai tujuan meningkatkan pengetahuan lansia tentang proses menua sehat dan sakit, maka strateginya adalah:
 - 1) Memberikan informasi yang relevan tentang proses menua sehat dan konsep sehat sakit;
 - 2) Menggunakan pengalaman peserta pembelajaran Sekolah Lansia sebagai bahan kajian atau materi pembelajaran;
 - 3) Menggunakan kearifan lokal sebagai bahan pembelajaran;
 - 4) Menghadirkan narasumber terlatih di bidang kesehatan yang memahami proses menua dan konsep sehat sakit.
- d. Untuk mencapai tujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku Lansia tentang kesehatan fisik dan mental, maka strateginya adalah:

- 1) Memberikan informasi yang relevan tentang kesehatan fisik dan mental;
 - 2) Memberikan pelatihan yang relevan dengan upaya peningkatan fisik dan mental;
 - 3) Menggunakan pengalaman peserta pembelajaran Sekolah Lansia sebagai bahan kajian atau materi pembelajaran.
- e. Untuk mencapai tujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku Lansia tentang kehidupan sosial dan ekonomi, maka strateginya adalah:
- 1) Memberikan pelatihan tentang pengembangan ekonomi produktif;
 - 2) Memberikan pelatihan tentang pengelolaan ekonomi digital;
 - 3) Memberikan pemahaman tentang pengelolaan keuangan;
 - 4) Memperkenalkan dasar hukum pengelolaan warisan;
 - 5) Memberikan informasi tentang perlindungan jaminan sosial.
- f. Untuk mencapai tujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku Lansia tentang lingkungan ramah Lansia yang mendukung kehidupan lansia, maka strateginya adalah:
- 1) Memberikan pemahaman tentang peran lingkungan sosial untuk Lansia;
 - 2) Memberikan pemahaman tentang etika penggunaan media sosial;
 - 3) Memberikan pemahaman lingkungan fisik dalam rumah yang aman bagi lansia.



- g. Adapun sasaran peserta dari Sekolah Lansia di kelompok BKL (SL-BKL) yaitu pada usia pralansia (45-59 tahun) dan Lansia (60 tahun ke atas), namun berdasarkan tingkat kemandirian/ketergantungan secara utuh dibagi menjadi 2 (dua) klasifikasi yaitu sebagai berikut.

1) Peserta didik masih mandiri

Yaitu peserta dengan ketergantungan ringan/mandiri (skor ADL 12-20). Pembelajaran yang dilakukan adalah Tujuh Dimensi Lansia Tangguh/ Kesejahteraan (spiritual, intelektual, fisik, emosional, sosial, vokasional dan lingkungan).

2) Peserta didik sudah membutuhkan pendampingan

Yaitu peserta dengan ketergantungan sedang (skor ADL 9-11) dan ketergantungan berat (skor ADL 5-8/total 0-4). Pembelajaran yang dilakukan adalah pendampingan kegiatan sesuai dengan kondisi nya berdasarkan 7 Dimensi Lansia Tangguh/ Kesejahteraan (spiritual, intelektual, fisik, emosional, sosial, vokasional dan lingkungan).



C. PENGEMBANGAN KURIKULUM SEKOLAH LANSIA

Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan ajar serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan. Meskipun pembelajaran di Sekolah Lansia BKL sifatnya non formal, namun sebagai sebuah program edukasi perlu menetapkan standar sebagaimana sekolah formal yang dapat dilaksanakan secara fleksibel. Standar adalah kriteria minimal dari suatu kondisi yang disepakati/dijadikan ukuran.



1. Standar Kompetensi

Kompetensi dapat diartikan sebagai suatu Capaian Pembelajaran (CP), atau tujuan yang akan dicapai melalui aktivitas pembelajaran. CP Sekolah Lansia mengacu pada profil lulusan Sekolah Lansia, yakni Lansia SMART serta bermartabat sepanjang hayat yang memenuhi 7 Dimensi Lansia Tangguh. Berdasarkan 7 Dimensi Lansia Tangguh, kurikulum dapat dikembangkan dengan adanya pemahaman bahwa 7 Dimensi Lansia Tangguh dapat dijadikan dasar ukuran **kesejahteraan** (outcome) dan 7 Dimensi Lansia Tangguh sebagai **aktivitas** (proses). Dengan pemahaman tersebut tujuan mewujudkan lansia yang SMART serta Bermartabat, 7 dimensi lansia tangguh dapat dijadikan alat ukur kegiatan.

2. Standar Isi

Kriteria minimal dari isi pembelajaran di Sekolah Lansia adalah materi pembelajaran yang relevan meliputi:



a. Kesejahteraan berdasarkan 7 Dimensi Lansia Tangguh

Pada dasarnya kesejahteraan Lansia dari 7 dimensi merupakan kesejahteraan yang holistik meliputi:

- 1) Kesejahteraan spiritual: adanya rasa syukur, menerima takdir;
- 2) Kesejahteraan fisik: kondisi fisik yang optimal;
- 3) Kesejahteraan emosional: kondisi emosi yang positif;
- 4) Kesejahteraan intelektual: kemampuan daya ingat yang optimal;
- 5) Kesejahteraan sosial: kemampuan memahami dirinya sebagai makhluk sosial;
- 6) Kesejahteraan vokasional: mempunyai harga diri dan kepuasan karena tetap berdaya guna bagi diri dan orang lain;
- 7) Kesejahteraan dari aspek lingkungan: adanya lingkungan sosial dan fisik yang memadai, serta kemampuan menjaga lingkungan.

b. Kegiatan Pembelajaran Berdasarkan 7 Dimensi Lansia Tangguh

1) Dimensi Spiritual

Kegiatan pembelajaran dari aspek spiritual dapat berupa materi keagamaan, meditasi, kesenian, keindahan alam, dll. yang memberi rasa syukur.

2) Dimensi Fisik

Kegiatan pembelajaran dari aspek fisik menekankan pentingnya menjaga kesehatan fisik dengan kebiasaan hidup sehat secara utuh.

3) Dimensi Emosional

Kegiatan pembelajaran dari aspek emosional mencakup upaya memperoleh kebahagiaan.

4) Dimensi Intelektual

Kegiatan pembelajaran aspek intelektual mencakup upaya untuk mencegah penurunan fungsi kognitif.

5) Dimensi Sosial Kemasyarakatan

Kegiatan pembelajaran dari aspek sosial mencakup upaya membangun kehidupan dan kepedulian sosial.

6) Dimensi Vokasional

Kegiatan pembelajaran dari aspek vokasional – professional, mencakup upaya agar lansia tetap berkarya bagi dirinya maupun orang lain dari segi ekonomi maupun sosial.

7) Dimensi Lingkungan

Kegiatan pembelajaran dari aspek lingkungan, mencakup upaya menciptakan lingkungan yang nyaman, aman dari aspek sosial, fisik dan non fisik.

Inti dari penjabaran tersebut dapat dituangkan dalam bagan sebagai berikut:

TABEL I Kegiatan Pembelajaran Berdasarkan 7 Dimensi Lansia Tangguh

Dimensi	Kesejahteraan berdasarkan 7 dimensi lansia tangguh	Kegiatan Pembelajaran berdasarkan 7 dimensi lansia tangguh	Lingkup Ajar
Spiritual	Adanya rasa syukur, menerima takdir	Kegiatan pembelajaran dari aspek spiritual, dapat berupa materi keagamaan, meditasi, kesenian, keindahan alam, dll yang memberi rasa syukur	1. Proses menua gangguan 2. Upaya merawat diri 3. Upaya memperoleh perawatan / pelayanan kesehatan 4. Berbagai upaya hidup sehat, aktif dan produktif 5. Ekonomi produktif / kewirausahaan / bisnis 6. Berbagai isu terkait kearifan 7. Adaptasi kebiasaan baru 8. Teknologi Informasi 9. Dll, sesuai dengan kondisi setempat
Fisik	Kondisi fisik yang optimal	Kegiatan pembelajaran dari aspek fisik menekankan pentingnya menjaga kesehatan fisik dengan kebiasaan hidup sehat secara utuh	
Emosional	Kondisi emosi yang positif	Kegiatan pembelajaran dari aspek emosional mencakup upaya memperoleh kebahagiaan	
Intelektual	Kemampuan daya ingat yang optimal	Kegiatan pembelajaran aspek intelektual, mencakup upaya untuk mencegah penurunan fungsi kognitif.	
Sosial	Kemampuan memahami dirinya sebagai makhluk sosial	Kegiatan pembelajaran dari aspek sosial mencakup upaya membangun kehidupan dan kepedulian sosial	
Vokasional	Mempunyai harga diri dan kepuasan karena tetap berdaya guna bagi diri dan orang lain	Kegiatan pembelajaran dari aspek vokasional - profesional, mencakup upaya agar lansia tetap berkarya bagi dirinya maupun orang lain dari segi ekonomi maupun sosial	
Lingkungan	Adanya lingkungan sosial dan fisik yang memadai, serta kemampuan menjaga lingkungan	Kegiatan pembelajaran dari aspek lingkungan, mencakup upaya menciptakan lingkungan yang nyaman, aman dari aspek sosial maupun fisik,	



c. Mata Pelajaran*

Selanjutnya, materi-materi yang relevan untuk pencapaian 7 dimensi lansia tangguh tersebut dapat dituangkan/dijabarkan dalam bentuk Mata Pelajaran sebagai berikut (contoh mata pelajaran):

11. Komunikasi efektif;
12. Gizi seimbang;
13. Kebugaran jasmani;
14. Mencegah kepikunan;
15. Spritualitas dan kejiwaan;
16. Pengembangan diri: hobi dan minat;
17. Pencegahan jatuh;
18. Bercocok tanam/mengelola lingkungan;
19. Pengetahuan tentang Covid 19 dan penerapan adaptasi kebiasaan baru;
20. dll.

1. Proses menua;
2. Berbagai penyakit dan gangguan;
3. Upaya merawat diri;
4. Upaya memperoleh perawatan/ pelayanan kesehatan;
5. Berbagai upaya hidup sehat, aktif dan produktif;
6. Ekonomi produktif/kewirausahaan/ bisnis/pengelolaan keuangan;
7. Berbagai isu terkait kearifan lokal;
8. Adaptasi kebiasaan baru;
9. Teknologi Informasi;
10. Konsep menua sehat dan aktif;

*Materi-materi disesuaikan dengan kebutuhan kondisi daerah setempat.



3. Standar proses

Kriteria minimal proses pembelajaran di Sekolah Lansia adalah tahapan kegiatan yang harus dilakukan untuk menciptakan situasi yang menyenangkan, dikondisikan secara kondusif untuk belajar hal-hal baru sesuai kebutuhan dan perkembangan zaman. Oleh karena itu perlu diperhatikan beberapa hal terkait proses pembelajaran, sebagai berikut:

- 
- a.** Pembelajaran di Sekolah Lansia menggunakan pendekatan andragogi (membelajarkan orang dewasa), menghargai perbedaan. Tugas fasilitator/pengajar harus mengkondisikan situasi kelas/tempat yang digunakan untuk kegiatan menjadi tempat yang menyenangkan.
 - b.** Bentuk pembelajaran kontekstual (sesuai dengan situasi, kondisi dan kearifan lokal).
 - c.** Langkah-langkah kegiatan pembelajaran perlu diupayakan agar lansia terpacu untuk belajar dengan perasaan senang. Ada 8 (delapan) langkah pembelajaran di Sekolah Lansia berikut dapat diadopsi untuk dilaksanakan; Langkah tersebut dilakukan dalam kondisi normal (tatap muka) sedangkan dalam kondisi pandemi dapat dilakukan secara daring dengan kreativitas pengajar/fasilitator.

TABEL 2 8 (Delapan) Langkah Pembelajaran di Sekolah Lansia*

No.	Tujuan	Aktivitas/kegiatan	Keterangan
1.	Menciptakan keakraban di antara peserta pembelajaran	Presensi peserta belajar	Dilakukan oleh ketua kelas.
2.	Menghadirkan kegembiraan	Pengucapan Yel-Yel Sekolah Lansia BKL	Dilakukan oleh ketua kelas
3.	Menggugah semangat	Tepuk tangan SMART	Dilakukan oleh ketua kelas.
4.	Mengungkapkan isi hati/testimoni	Mengungkapkan isi hati secara lisan	Peserta yang bersedia/ fasilitator
5.	<i>Recalling memory</i>	Menjawab kuis berhadiah	Dari Dosen untuk mahasiswa
6.	Spiritualitas	Berdoa bersama untuk memulai pelajaran	Peserta
7.	Pendalaman Wawasan/ Pengetahuan/ Keterampilan	Belajar	Peserta bersama fasilitator
8.	Mengukur/menilai ketercapaian Tujuan Pembelajaran	Evaluasi	Fasilitator

*Langkah pembelajaran dapat disesuaikan dengan kondisi daerah setempat

- d.** Model pembelajaran dapat dilakukan secara konvensional tatap muka atau secara daring.
- e.** Media pembelajaran dapat menggunakan benda, properti ataupun yang tersedia yang bernilai edukasi (dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran). Di masa pandemi tanyangan video dengan berbagai variasi misalnya Tiktok akan menarik minat lansia untuk belajar.
- f.** Masa studi (alokasi waktu pembelajaran) masing-masing standar dibutuhkan waktu minimal 6 bulan dan maksimal 12 bulan (standar 1,2,3) dilaksanakan sesuai dengan program BKL **(disesuaikan dengan kebutuhan lansia setempat)**.
- g.** Tingkat pendidikan: standar 1 (S1), standar 2 (S2), standar 3 (S3).

4. Standar Evaluasi

Evaluasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengukur/menilai ketercapaian tujuan pembelajaran yang dilakukan melalui proses. Kriteria minimal yang dilakukan untuk mengevaluasi ketercapaian kegiatan pembelajaran di Sekolah Lansia BKL adalah sebagai berikut:

a. Indikator evaluasi

- 1) Partisipasi kehadiran yaitu dihitung setiap selesai pelajaran minimal 80% kehadiran (sesuai kesepakatan dengan peserta);
- 2) Keaktifan Lansia yaitu Lansia sehat, aktif, produktif, mandiri dan menjalankan praktik sebagai syarat wisuda Sekolah Lansia;
- 3) Penyerapan pelajaran yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan penilaian ADL pada lanjut usia;
- 4) Pelaksanaan evaluasi peserta Sekolah lansia dengan instrument evaluasi sesuai dengan kebutuhan.

b. Teknik evaluasi

- 1) Tertulis
- 2) Lisan
- 3) Observasi



5. Standar Pengajar

Kriteria minimal pengajar di Sekolah Lansia adalah: orang dewasa yang telah dipersiapkan untuk menjadi fasilitator dengan terlebih dahulu mendapatkan pelatihan sebagai pengajar/fasilitator Sekolah Lansia. Fasilitator sebagai pengajar harus memiliki kemampuan/kompetensi untuk membuat rencana pembelajaran. Adapun kriteria lainnya adalah sebagai berikut:

a. Syarat Pengajar

- 1) Berdomisili di lokasi atau wilayah Sekolah Lansia;
- 2) Aktif dan mempunyai minat dalam hal pendidikan terhadap Lansia;
- 3) Dapat membaca, menulis dan mampu berkomunikasi dengan para Lansia dalam Bahasa Indonesia dan/atau bahasa daerah setempat;
- 4) Sehat jasmani dan rohani;
- 5) Usia tidak dibatasi, tetapi dalam kondisi tertentu usia pengajar maksimal 50 tahun (misalnya: kondisi pandemi covid-19);
- 6) Bersedia mengikuti peningkatan kapabilitas seperti pelatihan/ orientasi/magang.

b. Kriteria pengajar Sekolah Lansia antara lain sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pembelajaran;
- 2) Menguasai materi;
- 3) Dapat menggunakan dan mengembangkan materi ajar dengan standar pengajaran yang mempertimbangkan kualitas;
- 4) Dapat mentransfer mata ajar kepada peserta;
- 5) Mengajar sesuai waktu yang telah disepakati;
- 6) Melakukan evaluasi pembelajaran.

c. Pengajar Sekolah Lansia antara lain sebagai berikut:

- 1) Relawan dengan latar belakang kesehatan;
- 2) Relawan dengan latar belakang non kesehatan;
- 3) Praktisi kesehatan (dokter, perawat, bidan);
- 4) Dosen dan mahasiswa;
- 5) Aktifis penggerak pemberdayaan lansia;
- 6) Relawan terkait 7 (tujuh) Dimensi Lansia Tangguh lainnya.

6. Standar Sarana dan Prasarana

Kriteria minimal sarana dan prasarana pembelajaran di Sekolah Lansia adalah ketersediaan tempat yang memungkinkan dilaksanakannya pembelajaran, sesuai dengan kondisi masing-masing daerah. Sarana pembelajaran disesuaikan dengan BKL dan terutama ruangan yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan belajar serta fasilitas untuk duduk dan beraktivitas menjaga kesehatan misalnya ketersediaan air bersih dan toilet.

7. Standar Pengelolaan



Standar pelayanan, antara lain:

a. **Struktur kepengurusan SL-BKL, yang terdiri dari:**

1) **Ketua**, memiliki tugas, antara lain:

- a) memimpin dan bertanggung jawab atas keberhasilan pelaksanaan SL- BKL;
- b) menyusun rencana kegiatan;
- c) membagi tugas kepada masing-masing pengurus SL-BKL;
- d) melakukan pembinaan kepada anggota kelompok SL-BKL;
- e) mengisi kartu pendaftaran Poktan pembinaan ketahanan Keluarga BKL dan register pembinaan ketahanan Keluarga BKL;
- f) memantau kegiatan pencatatan dan pelaporan SL- BKL;
- g) melakukan kegiatan kemitraan;
- h) menghubungi petugas untuk pembimbingan anggota kelompok BKL;
- i) melakukan pengembangan program untuk kegiatan di SL-BKL;
- j) melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan SL- BKL; dan
- k) melaporkan kegiatan SL- BKL kepada Penyuluh KB/PLKB.



2) **Sekretaris**, memiliki tugas, antara lain:

- a) menyelenggarakan kegiatan yang bersifat administratif dan pencatatan kegiatan SL-BKL;
- b) menyiapkan dan mengirimkan lembar pencatatan dan pelaporan SL-BKL;
- c) melaporkan kegiatan kepada ketua SL- BKL;
- d) mendokumentasikan kegiatan SL-BKL;
- e) membantu ketua dalam kegiatan kemitraan;
- f) menginventarisasi aset SL- BKL; dan
- g) menyimpan arsip-arsip dan dokumen penting



3) **Bendahara**, memiliki tugas, antara lain:

- a) menyelenggarakan urusan kegiatan pelayanan keuangan kelompok BKL;
- b) mencatat keluar masuknya uang;
- c) membantu ketua dalam kegiatan kemitraan; dan
- d) membuat dan melaporkan keuangan kepada ketua kelompok BKL.

4) **Kader**, memiliki tugas, antara lain:

- a) mendata jumlah Keluarga Lansia dan Lansia di wilayahnya;
- b) melakukan penyuluhan;
- c) melakukan kunjungan rumah apabila tidak hadir dalam pertemuan penyuluhan selama 2 (dua) kali berturut-turut;
- d) melakukan identifikasi Lansia yang rentan dengan menggunakan instrumen ADL dan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL);
- e) melakukan kunjungan secara berkala kepada Lansia Rentan yang tidak memiliki Keluarga;
- f) melakukan rujukan sesuai masalah yang dihadapi setiap Lansia ke Mitra Kerja terkait;
- g) melakukan pengembangan kegiatan SL-BKL bersama pengurus kelompok BKL;
- h) melakukan konsultasi kepada Penyuluh KB/PLKB; dan
- i) melakukan kegiatan penyuluhan tentang pendampingan dan perawatan jangka panjang kepada Keluarga Lansia.

b. Kegiatan SL-BKL terdiri atas:

1) Kegiatan utama

- a) penyuluhan; d) rujukan; dan
- b) kunjungan rumah; e) pencatatan dan
- c) pendampingan; pelaporan.

2) Kegiatan pengembangan*

- a) Kegiatan pengembangan meliputi kegiatan yang berkaitan dengan penerapan 7 (tujuh) dimensi Lansia Tangguh, paling sedikit berupa:
- b) menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan fisik antara lain olahraga, penyediaan makanan tambahan;
- c) kegiatan sosial kemasyarakatan, bina lingkungan dan kegiatan keagamaan;
- d) kegiatan peningkatan pendapatan usaha ekonomi produktif melalui kelompok usaha peningkatan pendapatan keluarga sejahtera, usaha peningkatan pendapatan keluarga, dan koperasi; dan
- e) penguatan kemitraan.

*Dapat disesuaikan dengan kebutuhan siswa

8. Standar Pembiayaan

Pembiayaan penyelenggaran pelaksanaan kegiatan SL-BKL yaitu antara lain: bersumber dari Anggaran Pendapatan Belanja Negara (APBN), Anggaran Pendapatan Belanja Daerah, Anggaran Pendapatan Belanja Desa (APBDDes), dan sumber lainnya yang tidak mengikat.



IMPLEMENTASI SEKOLAH LANSIA DI KELOMPOK BKL

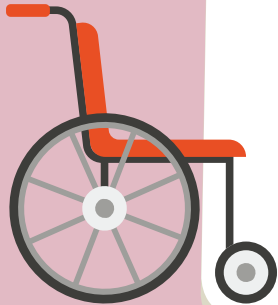
04

A. Tahap Pembentukan

Adapun tahap pembentukan Sekolah Lansia meliputi:

1. Proses persiapan (pra-sekolah), yang perlu dipersiapkan antara lain:

- a) *Brainstorming* dengan pemerintah setempat (Pamong, kepala Desa/lurah, Camat, dll.) untuk penyampaian program sekolah lansia.
- b) Melakukan koordinasi program dengan mitra kerja, tokoh masyarakat, tokoh adat, tokoh agama, kader dan OPD KB organisasi dan lembaga kelanjutusiaan setempat.
- c) Melakukan pemetaan wilayah yang meliputi pemetaan potensi, sumber daya dan sarana yang dimiliki dengan cara memetakan potensi kader atau sukarelawan, potensi narasumber, potensi pengurus dan potensi dukungan tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh adat, data jumlah lansia, jumlah pra lansia, jumlah keluarga mempunyai lansia, dan data potensi pemberdayaan masyarakat pada lokasi yang akan dibentuk sekolah lansia.



2. Proses Penggalangan Kesepakatan

Melakukan penggalangan kesepakatan kerjasama dan penguatan komitmen pemerintah daerah, OPDKB, mitra kerja terkait, tokoh masyarakat, tokoh adat, tokoh agama, kader, organisasi dan lembaga kelanjutusiaan. Pada tahap ini dapat dilaksanakan pertemuan atau rapat koordinasi yang membahas tentang pentingnya keberadaan sekolah lansia di poktan BKL dalam mewujudkan lansia SMART serta pengelolaannya.



3. Proses Pembentukan Sekolah Lansia di Poktan BKL

- a) Dilakukan oleh Penyuluh KB/PLKB sebagai tenaga penggerak lini lapangan bersama mitra kerja terkait.
- b) Langkah-langkah pembentukan, sebagai berikut:
 - 1) Menetapkan minimal 4 (empat) orang kader atau tenaga sukarelawan atau sahabat lansia, dengan syarat:
 - Mampu membaca dan menulis;
 - Sehat jasmani dan rohani;
 - Bersedia mengikuti pelatihan/orientasi; dan
 - Bertempat tinggal disekitar lokasi kegiatan.
 - 2) Menyiapkan materi pembelajaran, kurikulum, rencana pembelajaran, sesuai kebutuhan wilayah setempat.
 - 3) Memberikan pembekalan kepada kader yang terpilih dalam bentuk pelatihan atau orientasi.
 - 4) Menetapkan tenaga pengajar, narasumber atau instruktur yang ahli sesuai dengan kebutuhan wilayah setempat.
 - 5) Menetapkan Surat Keputusan Sekolah Lansia di kelompok BKL oleh Kepala Desa/Lurah atau Camat.
 - 6) Menyediakan penganggaran.

B. Tahap Persiapan

1. Menyiapkan formulir pendaftaran siswa Sekolah Lansia yang meliputi identitas lansia serta riwayat kesehatan lansia.
2. Menyiapkan *pre-test* untuk melihat tingkat keberhasilan Sekolah Lansia antara lain, ADL, IADL, pemeriksaan risiko jatuh, *happiness index*, *life satisfaction index*, *hopkins verbal learning test*, *geriatric depression scale* dan tingkat pengetahuan lansia.
3. Selain melalui *paper based test*, dapat dilakukan juga tes laboratorium sederhana seperti mengukur tekanan darah, berat badan, asam urat, gula, kolesterol pada lansia.

C. Tahap Pelaksanaan



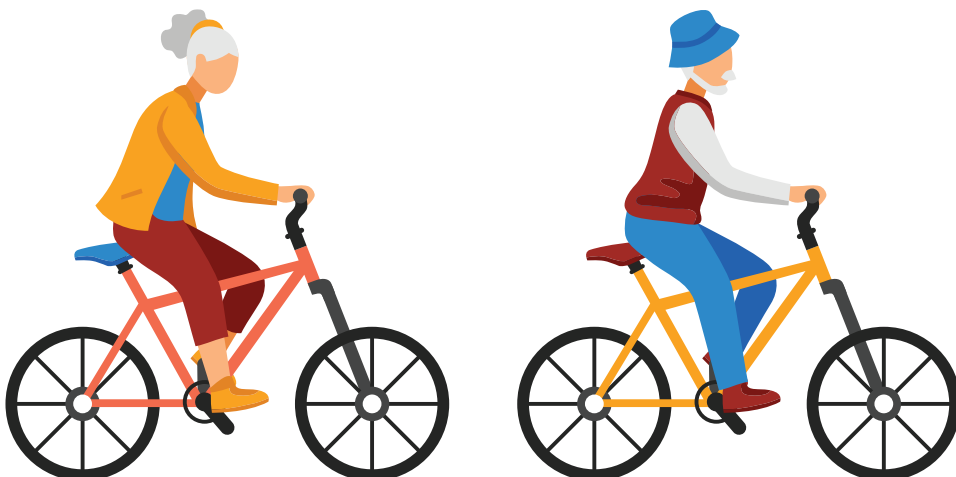
1. Stadium General (Launching)

- a) Peresmian sekolah lansia oleh Tokoh Pemerintah dan dihadiri tokoh masyarakat setempat.
- b) Penjelasan secara umum mengenai teknis pelaksanaan sekolah lansia.
- c) Penunjukan ketua dan wakil ketua kelas masing-masing kelas.

2. Kegiatan Pembelajaran

a) Secara Tatap Muka*

- 1) Sebelum memulai kegiatan belajar, ketua kelas memimpin doa dan mengecek kehadiran peserta sekolah lansia.
- 2) Pembukaan dan pengkondisian peserta seperti ketua kelas memimpin yel-yel sekolah lansia.
- 3) Walikelas memberikan informasi kehadiran peserta dan menginformasikan pengumuman yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran.
- 4) Pengajar memberikan materi pelajaran dengan materi/ kurikulum yang telah dijadwalkan disertai diskusi dan tanya jawab.
- 5) Memberikan tugas sesuai dengan kebutuhan, kemampuan, dan kesepakatan sesuai dengan materi pembelajaran.



*Dapat disesuaikan dengan kebutuhan siswa



b) Secara Jarak Jauh (Virtual/Online)

Dalam upaya pemanfaatan teknologi informasi, pembelajaran dapat dilakukan secara jarak jauh dalam jaringan (*online*) menggunakan gawai/*gadget* seperti aplikasi virtual (*zoom meeting* dan *whatsapp group*). Tahapan pembelajaran melalui virtual meeting pada dasarnya hampir sama dengan pertemuan tatap muka.

Selain melalui aplikasi virtual meeting, pembelajaran dapat dilakukan dengan penggunaan aplikasi informasi kelanjutusiaan seperti aplikasi Go Lansia Tangguh (GoLantang). Pada tahun 2020, Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan BKKBN mengembangkan aplikasi GoLantang yang bertujuan untuk menyediakan rubrik bagi lansia, *caregiver* dan keluarga lansia tentang cara merawat dan mencapai lansia yang mandiri, sehat, sejahtera dan bermartabat. Rubrik pada GoLantang yaitu artikel, materi 7 Dimensi Lansia Tangguh, pendampingan perawatan jangka panjang dan pralansia, video kelanjutusiaan, serta kalkulator kesehatan (ADL, IADL, indeks kebahagiaan, indeks lansia tangguh, tingkat *difable*, tingkat demensia, indeks massa tubuh, tingkat risiko jatuh dan gangguan mental emosional). Sistem aplikasi GoLantang menggunakan dua *platform*, yaitu aplikasi *web based* dan *mobile*.

Layanan GoLantang juga dimanfaatkan oleh Sekolah Lansia yang mengubah sistem dari konvensional menjadi virtual. Para siswa Sekolah Lansia dapat mengakses materi yang ada di GoLantang sehingga dapat terus memperoleh ilmu yang bermanfaat sekalipun tidak melakukan pertemuan tatap muka.





3. **Evaluasi Kegiatan Pembelajaran**

- a) Partisipasi kehadiran
- b) Penyerapan pelajaran atau materi sesuai tingkatan (sesuai dengan kesepakatan waktu)
- c) Keaktifan di kelas dan peserta Sekolah Lansia di kelompok BKL

4. **Pembimbingan dan Fasilitasi**

- a) Pembimbingan dan fasilitasi dilakukan oleh BKKBN, IRL, Dinas terkait dan mitra kerja lainnya.
- b) Frekuensi dilaksanakan minimal 1 (satu) kali dalam sebulan atau sesuai dengan kebutuhan.
- c) Materi pembimbingan dan fasilitasi antara lain terkait pengelolaan Sekolah lansia, materi, kurikulum dan permasalahan yang ditemukan di lapangan.
- d) Pelaksanaan dapat dilakukan secara tatap muka atau jarak jauh melalui media online.

5. **Wisuda Peserta Sekolah Lansia**

Wisuda dilakukan setiap selesai pembelajaran (standar).



d. Pokok-Pokok Kegiatan Sekolah Lansia Di Kelompok BKL

1. Waktu pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan Sekolah Lansia dilaksanakan minimal 1 (satu) kali dalam sebulan, namun dapat disesuaikan dengan materi, kesediaan waktu pengajar dan kebutuhan siswa.

2. Bentuk Kegiatan*

- a. Kegiatan bisa berupa penyuluhan, pelatihan keterampilan, permainan, pemeriksaan kesehatan, sharing pengalaman, dan sebagainya dengan tujuan membuat siswa menjadi bahagia selama mengikuti kegiatan pembelajaran. Materi pembelajaran bisa di akses di <https://cis.bkkbn.go.id/kspk> kemudian pilih folder Dithanlan dan aplikasi golantang yang dapat di unduh melalui playstore dengan kata kunci: **GoLantang BKKBN** atau melalui alamat url <https://golantang.bkkbn.go.id>
- b. Kunjungan rumah, ditujukan untuk anggota kelompok yang tidak hadir dalam pertemuan kegiatan selama 2 (dua) kali berturut-turut.
- c. Rujukan, dilakukan oleh kader untuk mengatasi permasalahan peserta Sekolah Lansia kepada tenaga ahli atau pihak profesional.

*Dapat disesuaikan dengan kebutuhan siswa

PENCATATAN
DAN PELAPORAN
SERTA
MONITORING
DAN EVALUASI

05

a. Pencatatan Dan Pelaporan

1.

Setiap pelaksanaan Sekolah Lansia di kelompok BKL dilakukan pencatatan oleh pengurus/kader dan pengajar dengan pengawasan Penyuluh KB/PLKB yang meliputi kartu pendaftaran kelompok kegiatan pembinaan ketahanan Keluarga BKL (K/0/BKL) yang diisi pada bagian keterpaduan kelompok yaitu dengan mencentang **kolom lainnya**. Selain itu dapat dilaksanakan pencatatan pada lembar pencatatan lainnya.

2.

Lembar pencatatan lainnya antara lain meliputi :

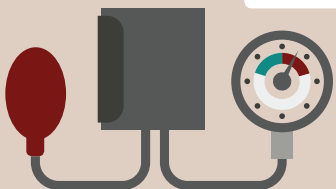
- a. Daftar atau identitas siswa Sekolah Lansia di kelompok BKL dengan berbagai kondisinya;
- b. Rencana kegiatan;
- c. Notulen pertemuan;
- d. Rekap pre-test;
- e. Daftar hadir narasumber;
- f. Buku tamu;
- g. Buku monitoring;
- h. Buku catatan siswa; Buku catatan siswa berisi identitas siswa, kurikulum dan *note* pengganti buku tulis.

3.

Hasil pencatatan K/0/BKL yang telah diisi oleh kader atau pengurus BKL diserahkan kepada Penyuluh KB/PLKB selaku pengawas untuk bisa dilaporkan ke tingkat lebih atas dan disampaikan umpan balik kepada mitra terkait.

4.

Pelaporan K/0/BKL dilakukan sekali dalam setahun di awal tahun berjalan atau pada pertama kali BKL dibentuk dan diupdate pada saat ada perubahan data dalam K/0/BKL.



5. Pelaporan K/0/BKL dilakukan oleh kader atau pengurus BKL secara online apabila tersedia sarana dan prasarana yang memadai. Jika tidak, maka bundel laporan tersebut dilaporkan ke jenjang lebih atas untuk dapat dilakukan entry data.



6. Pelaporan K/0/BKL dilakukan secara online ke dalam sistem informasi keluarga yang telah disediakan oleh BKKBN dengan alamat <http://newsiga.bkkbn.go.id>

b. Monitoring dan Evaluasi

- 1.** Tujuan dilakukan monitoring adalah sebagai berikut:
 - a.** Melihat pelaksanaan Sekolah Lansia yang berjalan sudah sesuai atau tidak dengan rencana;
 - b.** Melaporkan hasil monitoring ke pemangku kepentingan setempat dan BKKBN;
 - c.** Melakukan perbaikan sesuai dengan situasi dan kondisi setempat.
- 2.** Tujuan dilakukan evaluasi adalah sebagai berikut:
 - a.** Melakukan evaluasi ketercapaian tujuan pelaksanaan Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - b.** Melakukan penyempurnaan terhadap pelaksanaan Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - c.** Melakukan evaluasi terhadap peserta pasca Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - d.** Menyusun rancangan keberlanjutan kegiatan Sekolah lansia di kelompok BKL.



- 3.** Monitoring dapat dilakukan setiap bulan atau berkala selama pelaksanaan Sekolah Lansia.
- 4.** Kegiatan dipantau oleh guru atau pengelola sekolah lansia pada buku monitoring (terlampir).
- 5.** Evaluasi dilakukan umumnya pada pertengahan atau akhir pelaksanaan Sekolah Lansia dengan Formulir evaluasi untuntuk penjenjangan Standar 1, Standar 2, Standar 3.
- 6.** Salah satu bentuk penghargaan adalah dengan wisuda Sekolah Lansia.
- 7.** Pelaksana monitoring dan evaluasi adalah sebagai berikut.
 - a.** Pelaksana monitoring dan evaluasi di tingkat pusat adalah bidang yang menangani monitoring dan evaluasi pada Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan (Dithanlan) BKKBN Pusat dan Perwakilan BKKBN provinsi;
 - b.** Pelaksana monitoring dan evaluasi di tingkat provinsi adalah OPD Pengendalian Penduduk dan KB yang menangani program Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan;
 - c.** Pelaksana monitoring dan evaluasi di tingkat kabupaten/kota adalah OPD Pengendalian Penduduk dan KB yang menangani program Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan;
 - d.** Pelaksana monitoring dan evaluasi di tingkat lini lapangan adalah pengelola Program Bangga Kencana di kecamatan dan tingkat desa/kelurahan.
- 8.** Monitoring dan evaluasi yang dilakukan terkait pelaksanaan Sekolah Lansia di kelompok BKL antara lain:
 - a.** Monitoring pelaksanaan tugas pengelola/kader dan pengajar Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - b.** Monitoring kegiatan Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - c.** Evaluasi seluruh unsur yang berkaitan dengan pengelolaan Sekolah Lansia di kelompok BKL;
 - d.** Evaluasi peningkatan pengetahuan dan atau keterampilan Lansia sesuai dengan penjejang (Formulir Standar 1, Standar 2, dan Standar 3)

PENUTUP

06

Integrasi Sekolah Lansia dan BKL adalah salah satu upaya pendidikan secara non formal yang dilakukan sepanjang hayat bagi lanjut usia untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, dan keterampilan keluarga Lansia dalam meningkatkan kualitas hidup dan kehidupan Lansia dalam mewujudkan lansia tangguh yang SMART

Integrasi Sekolah Lansia dan BKL sebagai inovasi program untuk meningkatkan derajat kesejahteraan masyarakat pada kelompok BKL yang merupakan perwujudan dari konsep belajar sepanjang hayat (*life long learning*), yang non formal, namun sebagai sebuah program edukasi dengan standar sebagaimana sekolah formal yang dapat dilaksanakan secara fleksibel.



Lampiran

1. Contoh formulir pendaftaran siswa sekolah lansia



FORMULIR PENDAFTARAN SISWA BARU IRL TAHUN AJARAN 2021-2022

NAMA :

ALAMAT :

.....

**INDONESIA RAMAH LANSIA (IRL)
JAWA BARAT
2021**

SURAT PERMOHONAN MENJADI SISWA

Kepada Yth.
Kepala Sekolah
Indonesia Ramah Lansia (IRL)
di-tempat

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama Lengkap :
Tempat/tanggal lahir :
Alamat :

Dengan segala kerendahan hati dan penuh harapan memohon kepada kepala sekolah untuk diterima menjadi siswa Indonesia Ramah Lansia (IRL) Tahun 2021 – 2022.

Sesuai dengan ketentuan yang berlaku, maka saya siap untuk memenuhi ketentuan dan peraturan sebagai berikut:

1. Bersedia berkomitmen untuk menyelesaikan studi di IRL selama tahun ajaran yang dipilih.
2. Percaya dan taat kepada peraturan IRL dan sanggup melaksanakan semua bimbingan dengan sebaik-baiknya
3. Sanggup berpegang teguh pada prinsip pendidikan di IRL
4. Bersedia menerima tindakan yang diberikan oleh atau atas nama IRL untuk kebaikan bersama.

....., 2021

Mengetahui,

Keluarga

Calon Siswa IRL

(.....) (.....)

Nomor Pendaftaran*: **FORM.BI I 2021**

DATA PRIBADI

DATA IDENTITAS

Nama Lengkap :
 Nama Panggilan :
 Nomor Induk* :
 Tempat/Tanggal lahir :
 Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan**
 Agama :
 Kewarganegaraan :
 Bahasa Sehari-hari :
 Status : Berkeluarga / Duda / Janda**
 Alamat :
 Tanggal Masuk :
 Pendidikan Terakhir : SD / SMP / SMA / Dipl./ SI / S2 / S3 / Lainnya
 (.....)**
 Riwayat Pekerjaan :
 :
 :

DATA KESEHATAN

Golongan Darah : A / B / AB / O**
 Tinggi / Berat Badan : cm / kg
 Tekanan darah* :
 Riwayat Penyakit :
 Kelainan Jasmani/fisik :

Nomor Pendaftaran*: **FORM.B2I202I**

DATA PENANGGUNG JAWAB

Nama*** :
Tempat/tanggal lahir :
Pendidikan : SD / SMP / SMA / Dipl. / S1 / S2 / S3
Pekerjaan :
Alamat :
Telepon / HP :

KELENGKAPAN DATA (Beri tanda ceklist untuk yang sudah diserahkan)

- ☐ Photocopy KTP
- ☐ Photocopy KK
- ☐ Pas Photo 3 x 4 sebanyak 3 lembar

Demikian data pribadi ini saya isi dengan sebenar-benarnya.

....., 2021

Mengetahui,

Pengurus IRL

Calon Siswa IRL

(.....)

(.....)

2. Formulir ADL dan IADL

Activities of Daily Living (ADL)

No	Fungsi	Nilai	Keterangan
1	Mengontrol BAB	0	Tidak teratur/Inkontinen teratur
		1	Kadang-kadang inkontinen (1 x seminggu)
		2	Kontinen teratur
2	Mengontrol BAK	0	Inkontinen atau pakai kateter dan tidak terkontrol
		1	Kadang-kadang inkontinen (max. 1x24 jam)
		2	Mandiri
3	Membersihkan diri (lap muka, sisir rambut, sikat gigi)	0	Butuh pertolongan orang lain
		1	Mandiri
4	Penggunaan toilet. Pergi ke dan dari WC (melepas, memakai celana, menyeka, menyiram)	0	Tergantung pertolongan orang lain
		1	Perlu pertolongan pada beberapa aktivitas, tetapi dapat mengerjakan sendiri beberapa aktivitas lainnya
		2	Mandiri
5	Makan	0	Tidak mampu
		1	Perlu seseorang memotong makanan
		2	Mandiri
6	Berpindah tempat dari tidur ke duduk	0	Tidak mampu
		1	Perlu bantuan untuk bisa duduk (2 orang)
		2	Bantuan minimal 1 orang
		3	Mandiri
7	Mobilitas/ berjalan	0	Tidak mampu
		1	Bisa berjalan dengan kursi roda
		2	Berjalan dengan bantuan 1 orang/walker
		3	Mandiri

8	Berpakaian (me- makai baju)	0	Tergantung orang lain
		1	Sebagian dibantu (misal: mengancingkan baju)
		2	Mandiri
9	Naik turun tang- ga	0	Tidak mampu
		1	Butuh pertolongan orang lain
		2	Mandiri (naik-turun)
10	Mandi	0	Tergantung pada orang lain
		1	Mandiri
Total nilai			

NILAI ADL:

20 : Mandiri

12 – 19 : Ketergantungan ringan

9 – 11 : Ketergantungan sedang

5 – 8 : Ketergantungan berat

0 – 4 : Ketergantungan total

Instrumental Activities of Daily Living (IADL)

No	Aktivitas	Nilai	Keterangan	Bila ada yang membantu, siapa yang mengerjakan
1	Menyampaikan pesan/ Menggunakan telpon	0	Tidak mampu menyampaikan pesan (termasuk yang tidak memiliki telpon)	
		1	Sebagian tersampaikan (mampu menjawab telpon, tetapi tidak dapat mengoperasikan telpon)	
		2	Mampu mengoperasikan telpon/ semua pesan tersampaikan	
2	Berbelanja	0	Tidak mampu	
		1	Mampu berbelanja sendiri untuk sejumlah keperluan terbatas (3 buah/kurang), selebihnya perlu bantuan orang lain	
		2	Mandiri	
3	Menyiapkan makanan	0	Tidak mampu	
		1	Mampu menyiapkan makanan bila telah disiapkan bahan-bahannya atau menghangatkan makanan yang telah dimasak	
			Mandiri	
4	Mengurus rumah	0	Tidak mampu	
		1	Mampu mengerjakan bagian yang ringan (menyapu, merapikan tempat tidur) lainnya perlu bantuan orang lain	
		2	Mandiri (mampu mengurus rumah sendiri termasuk mengepel dan mencuci baju)	

5	Mencuci pakaian	0	Tidak mampu	
		1	Mampu mencuci/menyetrika jenis pakaian yang ringan, lainnya perlu bantuan orang lain	
		2	Mandiri (termasuk menggunakan mesin cuci)	
6	Menggunakan alat transportasi	0	Tidak mampu bepergian dengan sarana transportasi apapun	
		1	Bepergian dengan sarana transportasi umum/taksi atau mobil pribadi bila dibantu/ditemani orang lain	
		2	Mandiri	
7	Tanggung jawab pengobatan/ menyiapkan obat sendiri	0	Butuh pertolongan orang lain untuk menyiapkan dan mengkonsumsi obat-obatan	
		1	Mampu bila obat-obatan yang sudah disiapkan sebelumnya	
		2	Mandiri (mampu menyiapkan obat sendiri sesuai dengan dosis dan waktu yang sudah ditentukan)	
8	Mengatur keuangan	0	Tidak mampu	
		1	Mampu mengatur belanja harian, tetapi butuh pertolongan dalam urusan bank/pembelian jumlah besar	
		2	Mampu mengatur masalah keuangan (anggaran rumah tangga, membayar sewa, kuitansi, urusan bank) atau memantau penghasilan	
Total nilai				

NILAI IADL:

9 – 16 : Mandiri/tak perlu bantuan

1 – 8 : Perlu bantuan

0 : Tidak dapat melakukan apa-apa

3. Formulir Pemeriksaan Risiko Jatuh

Pemeriksaan Risiko Jatuh Pada Lanjut Usia

Modified Indonesian Fall Risk Assessment Tool			
Instrumen Penilaian Risiko Jatuh Indonesia, Termodifikasi			
I	Demografi		
	Nama :		
	Jenis Kelamin :		
	☐ Laki-laki ☐ Perempuan		
	Umur		
	☐ 60-69 tahun (0) ☐ 70 – 79 tahun (1)		
	☐ ≥80 tahun (2)		
Mohon, Bapak/Ibu menjawab pertanyaan berikut ini :			
II	Riwayat jatuh		
	Apakah Bapak/Ibu pernah mengalami jatuh dalam satu tahun terakhir?	Ya (2)	Tidak
III	Riwayat Penyakit		
	Apakah Bapak/Ibu pernah didiagnosa dokter/petugas kesehatan menderita salah penyakit berikut ini : Hipertensi/StrokeRingan/Penyakit Jantung/ Diabetes/ Nyeri sendi dan tulang (osteoarthritis)/Parkinson)? (skor 1 jika menjawab salah satu atau lebih)	Ya (1)	Tidak
III	Gangguan pendengaran dan penglihatan		
	Apakah bapak/Ibu memiliki permasalahan dalam melihat dan atau mendengar sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari?	Ya (1)	Tidak
IV	Depresi		
	Apakah Bapak/Ibu dalam sebulan ini sering merasa stress/sedih/depresi	Ya (1)	Tidak
V	Keseimbangan		
	• Apakah Bapak/Ibu takut jatuh sehingga harus memegang sesuatu ketika berjalan? (skor 1)	Ya (1)	Tidak
	• Apakah Bapak/Ibu kesulitan bangun dari tempat duduk sehingga harus berpegangan? (skor 1)	Ya (1)	Tidak

VI	Inkontinens		
	Apakah Bapak/Ibu memiliki masalah dalam mengendalikan buang air kecil (terburu-buru ke toilet/mengompol)	Ya (2)	Tidak
VII	Konsumsi Obat-obatan		
	Apakah dalam 1 bulan terakhir bapak/ibu mengonsumsi salah satu dari obat – obat berikut ini : (Obat tidur, obat penenang, obat anti Hipertensi, obat anti diabetes)	Ya (1)	Tidak
VIII	Observasi lingkungan rumah		
	1. Apakah bapak/ibu menggunakan tangga di rumah untuk aktifitas sehari-hari?	Ya (1)	Tidak
	2. Apakah permukaan lantai rumah berundak/tidak rata?	Ya (1)	Tidak
	3. Apakah pernah terpeleost/hampir terpeleost?	Ya (1)	Tidak
	4. Apakah menggunakan closet jongkok?	Ya (1)	Tidak
	5. Apakah tidak ada <i>handraill</i> atau pegangan di kamar mandi?	Ya (1)	Tidak

Hasil pengukuran :

Skor kurang dari ≤ 7 = Risiko rendah

Skor >7 = Risiko tinggi

4. Formulir *Happiness Index*

INDEKS KEBAHAGIAAN LANSIA MODIFIKASI

Oxford Happiness Questuinare (OHQ) yang mengacu pada Oxford Hapiness Inventory (OHI) Argyl and Lu (1990)

Penulisan skor sesuai dengan skala dibawah ini. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi kebahagiaan : 1. Sangat tidak setuju; 2. Tidak setuju; 3 Agak tidak setuju; 4. Agak setuju; 5.Setuju; 6. Sangat setuju

Pertanyaan		1	2	3	4	5	6
1	Saya merasa puas dengan diri saya.						
2	Saya sangat tertarik dengan orang lain.						
3	Saya merasa bahwa hidup ini sangat berharga.						
4	Saya memiliki perasaan yang ramah dengan semua orang.						
5	Saat saya bangun saya merasa sudah cukup beristirahat.						
6	Saya bersemangat tentang masa depan.						
7	Saya menemukan banyak hal menyenangkan dihidup saya.						
8	Saya selalu bekerja dan terlibat dalam suatu hal.						
9	Hidup ini indah.						
10	Saya berpikir bahwa dunia adalah tempat yang baik.						
11	Saya banyak tertawa.						
12	Saya puas tentang segala sesuatu dalam hidup saya.						
13	Saya merasa saya terlihat menarik						
14	Tidak ada perbedaan antara apa yang saya ingin lakukan dan apa yang telah saya lakukan						
15	Saya sangat bahagia.						
16	Saya menemukan keindahan dalam banyak hal.						
17	Saya selalu ceria pada orang lain.						
18	Saya bisa menyesuaikan diri dengan apapun yang saya inginkan.						

19	Saya merasa bahwa saya dapat mengendalikan hidup saya.						
20	Saya merasa mampu menghadapi apapun dalam hidup saya.						
21	Saya merasa sepenuhnya waspada pada kejadian saya.						
22	Saya sering mengalami kegembiraan.						
23	Saya merasa gampang membuat keputusan						
24	Saya memiliki rasa tertentu tentang arti tujuan dalam hidup saya						
25	Saya merasa saya memiliki banyak tenaga.						
26	Saya biasanya memiliki pengaruh yang baik pada kegiatan tertentu.						
27	Saya bersenang-senang dengan orang lain						
28	Saya merasa sangat sehat.						
29	Saya memiliki kenangan sangat bahagia pada masa lalu						

5. Formulir *Life Satisfaction Index*

No	Pernyataan	Tidak Tahu (0)	Setuju	Tidak Setuju
1	Seiring dengan bertambahnya usia, banyak hal terlihat lebih baik daripada yang saya pikirkan			
2	Saya memiliki lebih banyak waktu luang dalam hidup dibanding orang-orang yang saya kenal			
3	Saat ini adalah saat yang paling tidak menyenangkan dalam hidup saya			
4	Saat ini saya masih merasakan kebahagiaan yang sama seperti ketika saya masih muda			
5	Hidup saya bisa lebih bahagia dibandingkan dengan saat ini			
6	Tahun-tahun terakhir ini adalah tahun terbaik dalam hidup saya			
7	Kebanyakan hal yang saya lakukan membosankan dan monoton			
8	Saya mengharapkan terjadinya suatu hal yang menarik sekaligus menyenangkan bagi saya di masa yang akan datang			
9	Kegiatan yang saya lakukan masih menarik seperti dahulu			
10	Saya merasa sudah tua dan sering merasa lelah			
11	Menjadi tua bukanlah suatu masalah bagi saya			
12	Bila saya melihat kehidupan saya di masa lalu, saya merasa cukup puas			
13	Saya tidak akan mengubah masa lalu saya walaupun saya diberi kesempatan mengubahnya			
14	Dibandingkan dengan orang seusia saya, Saya banyak mengambil keputusan ceroboh dalam hidup			
15	Bila dibandingkan dengan orang seusia saya, saya memiliki penampilan yang baik			
16	Saya sudah membuat rencana untuk melakukan sesuatu dalam sebulan atau setahun yang akan datang			

17	Bila saya mengingat kehidupan saya yang lalu, saya merasa bahwa dalam banyak hal saya tidak mendapatkan apa yang saya inginkan			1
18	Saya sering merasa terpuruk bila dibandingkan dengan orang lain			1
19	Saya banyak mendapatkan apa yang saya harapkan dalam hidup ini		1	
20	Menurut saya dengan bertambahnya usia, kehidupan manusia tidak menjadi lebih baik, melainkan lebih buruk			1

Alat ukur ini merupakan *instrument life satisfaction index A*. Pertama kali dikembangkan oleh Neugarten, Havighurst dan Tobin tahun 1961. Alat ukur ini mengukur kepuasan hidup lansia di masa lalu, masa sekarang dan harapan masa depan. Warna “abu” merupakan pernyataan negatif.

Hasil pengukuran :

Jumlahkan seluruh skor, dengan rentang skor dari 0-40.

Semakin tinggi skornya maka tingkat kepuasan hidupnya semakin baik.

6. Formulir *Hopkins Verbal Learning Test*

HOPKINS VERBAL LEARNING TEST VERSION A (Versi Indonesia)

Petunjuk

Percobaan 1:

”Saya akan menyebutkan 12 kata, dengarkan baik-baik. Cobalah mengingat sebanyak mungkin kata-kata yang saya sebutkan. Setelah saya selesai menyebutkan kata-kata tersebut, ucapkan kembali semua kata yang Bapak/Ibu ingat, tanpa harus berurutan. Bapak/Ibu siap?”

Bacakan setiap kata dalam waktu 2 detik (Jeda antar kata 1 detik). Setelah membacakan semua daftar kata kepada pasien, minta si pasien untuk menyebutkan kembali kata-kata tersebut. Periksa kata-kata yang disebutkan oleh si pasien, cocokkan dengan daftar kata. Jika kata yang disebutkan tidak ada dalam daftar, tuliskan kata tersebut dalam lembar pencatatan tapi jangan katakan kepada si pasien bahwa kata yang ia sebut tidak ada di daftar. Apabila dalam waktu 10 – 15 detik pasien tidak menyebutkan satu katapun, tanyakan kembali kepada pasien apakah mereka masih bisa mengingat kata-kata yang lain. Jika tidak, lanjutkan ke Percobaan 2. Jangan lupa, tuliskan jumlah kata yang dapat disebutkan dengan benar oleh pasien ke dalam lembar pencatatan.

Percobaan 2:

“Bapak/Ibu, tadi adalah permulaan yang bagus. Sekarang kita lanjutkan lagi. Saya akan membacakan kembali semua kata-kata tadi. Setelah saya selesai, Bapak/Ibu langsung menyebutkan sebanyak mungkin kata yang Bapak/Ibu ingat, termasuk kata-kata yang tadi di percobaan 1 sudah Bapak/Ibu sebut. Urutan katanya bebas. Yang penting sebutkan semua kata yang bisa diingat, baik yang belum maupun yang sudah Bapak/Ibu sebut. Siap?”

Bacakan setiap kata dalam waktu 2 detik. Minta pasien menyebutkan kata-kata yang mereka ingat. Periksa kesesuaian kata yang mereka sebutkan

dengan daftar kata. Setelah itu jika pasien tidak menyebutkan satu katapun dalam waktu 10 – 15 detik, tanyakan kembali apakah mereka masih bisa mengingat kata-kata yang lain. Jika tidak lanjutkan ke Percobaan 3. Catat jumlah kata yang dapat disebutkan dengan benar ke dalam lembar pencatatan.

Percobaan 3:

” Bagus sekali Bapak/Ibu. Sekarang saya akan membacakan sekali lagi daftar kata tadi. Dengarkan baik-baik dan cobalah mengingat sebanyak mungkin kata, baik yang tadi sudah Bapak/Ibu sebutkan maupun yang belum. Siap?”

Lakukan prosedur yang sama seperti sebelumnya. Ingat, waktu untuk setiap proses belajar dan recall adalah 1 menit.

Ingatan yang tertunda (D)

Untuk peneliti: Bagian ini diajukan pada peserta/ partisipan setelah semua test dilakukan. Jangan membacakan kembali daftar kata tadi. Periksa setiap kata yang disebutkan pasien,

BAGIAN Ingatan yang tertunda (D) TELAH DISIAPKAN DI HALAMAN BELAKANG/ TERAKHIR

Kata yang disebutkan		Percobaan 1		Percobaan 2		Percobaan 3	
		Benar (✓)		Benar (✓)		Benar (✓)	
1	Singa						
2	Intan						
3	Kuda						
4	Tenda						
5	Akik						
6	Hotel						
7	Gua						
8	Kecubung						

9	Harimau						
10	Mutiara						
11	Sapi						
12	Gubuk						
	TOTAL						

Menolak untuk menyebutkan kembali kata-kata :

Total kata yang benar ($=P1+P2+P3$) (0 – 36) =.....

cut off 19 (Penurunan fungsi kognitif dan tidak ada penurunan fungsi kognitif)

Ketentuan :

1. Tempat harus tenang, hindarkan bias
2. Bagaimana menyeleksi lansia yang bukan karena pikun tapi depresi pertimbangkan untuk periksa GDS
3. Pastikan lansia tidak ada masalah pendengaran
4. Gunakan data sekunder → tanyakan pada petugas panti
5. Bisa menggunakan bahasa daerah
6. Jika ada pendamping pastikan tidak membantu dalam pengambilan data

7. Formulir Hopkins Verbal Learning Test

Formulir Geriatric Depression Scale

GDS (Geriatric Depression Scale/Pemeriksaan Skala Depresi)			
No.	Pernyataan	Pedoman	
		Ya	Tidak
E1	Apakah pada dasarnya Bapak/Ibu puas dengan hidup Bapak/Ibu saat ini?	0	1
E2	Apakah Bapak/Ibu sudah kehilangan banyak aktivitas dan minat?	1	0
E3	Apakah Bapak/Ibu merasa hidup Bapak/Ibu kosong/hampa?	1	0
E4	Apakah Bapak/Ibu sering merasa bosan?	1	0
E5	Apakah Bapak/Ibu selalu bersemangat?	0	1
E6	Apakah Bapak/Ibu takut sesuatu yang buruk akan terjadi pada diri Bapak/Ibu?	1	0
E7	Apakah Bapak/Ibu sering kali merasa berbahagia?	0	1
E8	Apakah Bapak/Ibu sering merasa tidak berdaya?	0	1
E9	Apakah Bapak/Ibu lebih suka tinggal di rumah daripada pergi keluar dan melakukan hal-hal baru?	1	0
E10	Apakah Bapak/Ibu merasa memiliki lebih banyak masalah dengan memori/daya ingat daripada kebanyakan orang?	0	1
E11	Apakah hidup Bapak/Ibu saat ini menyenangkan?	1	0
E12	Apakah Bapak/Ibu merasa sangat tidak berharga dengan kondisi Bapak/Ibu saat ini?	1	0
E13	Apakah Bapak/Ibu merasa penuh energi?	1	0
E14	Apakah Bapak/Ibu merasa situasi Bapak/Ibu tidak ada harapan?	1	0
E15	Apakah menurut Bapak/Ibu kebanyakan orang lebih baik daripada Bapak/Ibu?	1	0
SKOR TOTAL			

Kualifikasi :

Skor ≤ 4 tidak mengalami depresi

Skor > 4 mengalami depresi

8. Contoh Kurikulum Sekolah Lansia

KURIKULUM SEKOLAH LANSIA SIBULAN

No	MATERI	WAKTU PELAKSANAAN	TTD PENGAJAR
1	Konsep penuaan		
2	Demensia		
3	Psikologi Lansia		
4	Hipertensi dan PJK		
5	Osteoporosis		
6	Asam Urat		
7	Keterampilan		
8	Pengenalan Diabetes		
9	Kesehatan Gigi dan Mulut		
10	Gizi Lansia		
11	Stress pada Lansia		
12	Olahraga dan Wisata Ramah Lansia		

Mengetahui,
Koordinator IRL

Kepala Sekolah

.....

.

.....

9. Contoh Rencana Pembelajaran

RENCANA ACARA PEMBELAJARAN SEKOLAH LANSIA

NAMA SEKOLAH :

DESA/KELURAHAN :

KECAMATAN :

KABUPATENKOTA:

No	MATERI	SUB MATERI	METODE	WAKTU	HARI/TANGGAL	NAMA PENGAJAR/PENDAMPING	ALAT/BAHAN
1	Stadium General dan Materi Proses Penuaan	Pembukaan Sekolah Lansia, kontrak belajar, pengenalan peserta, materi kepikunan	Diskusi	45 menit			Yel-yel Lansia Sehat: Aku, (tepuk 3x), Lansia sehat (tepuk 3x), produktif (tepuk 3x), bahagia tepuk
2	Kepikunan, demensia	Dasar pengenalan, gejala, pencegahan	Ceramah 25 menit, diskusi 5 menit, senam otak, <i>therapy</i>	45 menit			Senam otak, puzzle anti kepikunan per kelompok
3	Psikologi pada usia lanjut	Pengantar kejiwaan, kondisi psikologis pada usia lanjut, penanganan, pencegahan, <i>sharing</i>	Ceramah 30 menit, diskusi 5 menit, senam wajah/ senam lain (senam lansia ringan) 5-10 menit	45 menit			White board, spidol, senam untuk membantu peserta rileks
4	Hipertensi pada usia lanjut	Pengenalan hipertensi; Tanda, gejala, pengobatan, pencegahan, makanan yang dihindari dan disarankan dan hipertensi faktor PJK	Ceramah 30 menit, diskusi 5 menit, nafas dalam 10 menit	45 menit			Senam otak menggunakan jari dan melatih nafas dalam

5	Mengenal Penyakit Jantung	Pengenalan, tanda, gejala pengobatan, pencegahan, kegiatan yang dihindari dan disarankan penderita osteoporosis	Ceramah 30 menit, diskusi 5 menit, senam osteoporosis 10 menit	45 menit			Senam osteoporosis/ senam sendi
6	Mengenal penyakit Diabetes	Pengenalan, tanda, gejala, pengobatan, pencegahan, makanan yang dihindari dan disarankan penderita asam urat	Ceramah 30 menit, diskusi 5 menit, senam otak dalam 10 menit	45 menit			Senam cegah AU
7	Mengenal penyakit stoke	Menjalankan hobi yang bermanfaat, memanfaatkan sampah plastic menjadi bernilai, membuat herbal dll	Ceramah 15 menit, praktik 45 menit	60 menit			Sampah plastik, kunir, blender
8	Penyakit sistem tulang pada lansia	Osteoporosis Rheumatod Arthritis, Gout	Ceramah 25 menit, diskusi 5 menit, senam osteoporosis (Yoga)	45 menit			Pendamping menyiapkan kertas koran sebanyak @ kelas 30 lembar, white board, spidol
9	Gizi lanjut usia	Dasar-dasar dan pengenalan tanda stress, pengobatan, pencegahan	Ceramah 30 menit, diskusi 5 menit, senam wajah/ senam lain (Senam lansia ringan) 5-10 menit	45 menit			White board, spidol, senam untuk membantu peserta agar tidak mudah stress
10	Kesehatan gigi dan mulut pada lanjut usia	Pengenalan kerusakan gigitul, pencegahan, tips makan enak dengan kondisi gigi usia lanjut	Ceramah 15 menit, praktik 45 menit	60 menit			Senam mulut
11	Gizi lanjut usia	Pengertian gizi seimbang untuk lansia, tips masak enak dan sehat, menyusun menu harian lansia	Ceramah 30 menit, menyusun menu 15 menit	45 menit			Membuat menu sehat, contoh masakan sehat
12	Olahraga, jalan-jalan, wisata ramah lansia	Kegiatan outdoor, jalan-jalan	Kegiatan di luar 90 menit	90 menit			Jalan-jalan, permainan

10. Formulir K/0/BKL

KARTU PENDAFTARAN KELOMPOK KEGIATAN PEMBINAAN KETAHANAN KELUARGA

BINA KELUARGA LANSIA (BKL)

K/0/BKL/20

				3			
Kode Provinsi		Kode Kabupaten/ Kota		Kode Kecamatan	Kode Politan	Nomor Register Kelompok	

A. IDENTITAS KELOMPOK

1. NAMA KELOMPOK : _____

2. ALAMAT

a. Jalan : _____

b. Desa/Kelurahan : _____

c. Kecamatan : _____

d. Kabupaten/Kota : _____

e. Provinsi : _____

3. PEMBINA

a. Jabatan : ☐ 1. PKB/PLKB PNS ☐ 2. PLKB Non PNS ☐ 3. Lainnya _____

b. Nama : _____

4. NAMA AKUN MEDIA SOSIAL : ☐ 1. Ada, Sebutkan _____ ☐ 2. Tidak

B. INFORMASI KELOMPOK

1. SK PENGUKUHAN : ☐ 1. Ada ☐ 2. Tidak Ada

a. SK : Nomor _____ Tanggal _____

b. Dikeluarkan Oleh : ☐ 1. Kepala Desa/Lurah ☐ 2. Camat ☐ 3. PD KB ☐ 4. Bupati/Walikota

2. SUMBER DANA KEGIATAN KELOMPOK : ☐ 1. APBN ☐ 2. APBD ☐ 3. DAK ☐ 4. ADD
* Dapat dipilih lebih dari satu

☐ 5. SWADAYA ☐ 6. MITRA

3. KETERPADUAN KELOMPOK : ☐ 1. Ekonomi Produktif ☐ 2. Posyandu Lansia ☐ 3. PUSAKA ☐ 4. Lainnya
* Dapat dipilih lebih dari satu

4. PROYEK PRIORITAS NASIONAL (PRO PN) : ☐ 1. Ya ☐ 2. Tidak

5. CoE BKL : ☐ 1. Ya ☐ 2. Tidak

a. SK : ☐ 1. Ada ☐ 2. Tidak Ada

: Nomor _____ Tanggal _____

C. PENGURUS KELOMPOK

JABATAN	NOMOR INDUK KEPENDUDUKAN (NIK)	NAMA	NO. HANDPHONE	PELATIHAN (Kode)
Ketua				
Sekretaris				
Bendahara				
Kader 1.				
Kader 2.				
Kader 3.				

Kode Pelatihan :

1 : Pelatihan 7 Dimensi Lansia Tangguh 2 : Pelatihan Pendampingan PJP 3 : Pelatihan Kelanjutan Lainnya 4 : Belum Dilatih

D. KETERSEDIAAN MATERI DAN SARANA BKL

BUKU KEBIJAKAN DAN MATERI	KETERSEDIAAN	BUKU KEBIJAKAN DAN MATERI	KETERSEDIAAN
	ADA TIDAK		ADA TIDAK
1. Pengelolaan Kelompok Kegiatan BKL		7. Menyiapkan Pra Lansia Menjadi Lansia Tangguh	
2. Panduan CoE Kelompok BKL		8. Panduan Praktis Keluarga dalam Mendampingi Lansia (Perawatan Gigi & Mulut serta Nutrisi)	
3. Panduan BKL Integrasi		9. Materi KIE KB dan Kesehatan Reproduksi	
4. Panduan dan Modul Pengembangan BKL Melalui KKN Perguruan Tinggi		10. Lainnya	
5. Buku Pegangan Kader Lansia Tangguh dengan Tujuh Dimensi		a.	
6. Pedoman Perawatan Jangka Panjang (PJP) bagi Lansia Berbasis Keluarga		b.	
		c.	

11. Formulir Evaluasi Penjenjangan Standar 1, Standar 2, Standar 3

Model evaluasi pembelajaran, karena masih level Standar 1 sehingga skemanya evaluasi ini.

a. Form Sekolah Lansia

Pertanyaan/Pernyataan	Jawaban/Pilihan Jawaban
Nama	
Jenis Kelamin	☐ Laki-laki ☐ Perempuan
Usia	
Alamat	
Pekerjaan/Aktifitas saat ini	
Dirumah tinggal dengan siapa ? Bisa memilih lebih dari satu	☐ Suami/istri ☐ Anak ☐ Menantu ☐ Cucu/cicit ☐ Kerabat lain ☐ Sendiri
Apakah anda merasa pikun ?	☐ Ya ☐ Tidak ☐ Kadang-kadang
Apakah selama ini rajin olahraga setiap hari ?	☐ Ya ☐ Kadang-kadang ☐ (Tidak) Belum sempat
Apakah keahlian anda ? (bisa memilih lebih dari satu)	☐ Memasak ☐ Berkebun ☐ Mengajar ☐ Membuat Kerajinan ☐ Berpidato ☐ Menyanyi ☐ Lainnya, sebutkan ...
Olahraga yang baik untuk lansia dilakukan dua minggu sekali	☐ Benar ☐ Salah
Olahraga yang baik untuk lansia dilakukan dua minggu sekali	☐ Benar ☐ Salah
Pikun merupakan penyakit menular pada lansia	☐ Benar ☐ Salah

Senam lansia dapat meningkatkan kerja jantung	☐ Benar ☐ Salah
Mengisi teka teki silang dapat mempertahankan fungsi kecerdasan pada lansia	☐ Benar ☐ Salah
Senam Otak mampu mengurangi penyakit pikun pada lansia	☐ Benar ☐ Salah
Bermalas-malasan pada lansia setelah masa pensiun mampu meningkatkan kecerdasan pada lansia	☐ Benar ☐ Salah
Keahlian yang dimiliki lansia tidak perlu diasah karena usia menua	☐ Benar ☐ Salah
Terapi berkebun dapat mencegah kelemahan otot pada lansia	☐ Benar ☐ Salah
Motivasi hidup untuk mengembangkan keahlian tidak diperlukan bagi lansia	☐ Benar ☐ Salah

b. Kondisi Bapak Ibu Saat Ini

Evaluasi peserta Sekolah Lansia menggunakan form **IADL**
(Instrumental Activities of Daily Living)

c. Instrumen Kepuasan Anggota Bkl Mengikuti Sekolah Lansia

Penulisan skor sesuai dengan skala dibawah ini. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi kepuasan dalam mengikuti Sekolah Lansia : 1. Sangat tidak puas; 2. Tidak puas; 3 netral/biasa; 4. puas; 5. Sangat puas

Pertanyaan		1	2	3	4	5
1	Pengajar memberikan informasi yang jelas dan mudah dimengerti oleh lansia					
2	Pengajar menjawab semua pertanyaan lansia dengan cepat dan tanggap					
3	Pengajar bersikap ramah dan sopan dalam memberikan informasi					
4	Ruangan / Lingkungan nyaman untuk kegiatan sekolah lansia					

5	Pengajar memiliki pengetahuan dan keterampilan yang luas tentang materi yang disampaikan					
6	Pengajar memberikan materi sesuai dengan masalah lansia					
7	Ilmu yang saya peroleh sangat bermanfaat bagi diri saya maupun orang lain					
8	Saya merasa senang dan semangat mengikuti sekolah lansia					
9	Materi yang diajarkan banyak praktik dibandingkan teorinya					
10	Saya mempraktikkan ilmu yang diajarkan saat berada di rumah					

Masukan dan saran terhadap pengelola sekolah lansia :

.....

.....

.....

.....

12. Contoh Buku Monitoring Siswa

a. Cover



BUKU MONITORING SISWA

NAMA KADER/INSTRUKTUR :
 SEKOLAH LANSIA :
 STANDAR :

b. Daftar Hadir Siswa (d disesuaikan masing-masing Sekolah Lansia)

c. Catatan Hasil Pemeriksaan Kesehatan Siswa

No.	Nama Siswa	Tanggal	Tekanan Darah	Berat Badan	Asam Urat	Gula Darah	Kolesterol

d. Catatan Hasil Pemeriksaan Siswa

No.	Nama Siswa	Tanggal	Nilai ADL	Nilai IADL	Nilai Risiko Jatuh	Nilai Happiness Index	Nilai Life satisfaction Index	Nilai Hopkins Verbal Learning Test	Nilai GDS

e. Catatan Keaktifan Siswa (d disesuaikan masing-masing Sekolah Lansia)

13. Contoh Buku Catatan Siswa

a. Cover



BUKU CATATAN LANSIA

NAMA :
SEKOLAH LANSIA :
STANDAR :

b. Identitas Lansia

IDENTITAS DIRI



Nama :
Tanggal lahir :
Usia :
Pekerjaan :
Sekolah Lansia :
Alamat :
Penyakit yang diderita :
No. Handphone :

c. Kurikulum (terlampir sebelumnya)

d. Note/Catatan Pembelajaran

Tanggal :

Judul Materi :

Pemateri/Narasumber :

Catatan :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Daftar Pustaka

1. Adams, D.L. (1969). Analysis of a Life Satisfaction Index. *Journal of Gerontology*, 24, 470-474.
2. Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. In
3. Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.
4. Argyle, M., Martin, M., & Lu, L. (1995). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In
5. Argyle, M., & Hills, P. (2000). Religious experiences and their relations with happiness and personality. *International*
6. Barrett, A.J., & Murk, P.J. (2006). Life Satisfaction Index for the Third Age (LSITA): A Measurement of Successful Aging. In E. P. Isaac (Ed.), *Proceedings of the 2006 Midwest Research-to-Practice Conference in Adult, Continuing, and Community Education* (pp. 7-12). St. Louis: University of Missouri-St. Louis.
7. Badan Pusat Statistik. 2019. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
8. Badan Pusat Statistik. 2020. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
9. Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, 409-427.
10. BKKBN. 2019. Peraturan BKKBN RI nomor 13 tahun 2019. Jakarta : BKKBN.
11. C. D. Spielberger, & I. G. Sarason (Eds.), *Stress and emotion* (pp. 173-187). Washington, DC: Taylor & Francis.
12. Chang K-O, Bae D-Y, Park S-G. Effect of Perceived Health Status, Sleep and Depression on Quality of Life of Elderly School Participants. *J muscle Jt Heal*. 2012;19(3):329-39.

13. Dawam, Endah D.K, Sri Sugiarti, Erwanto, Amigo, Panduan Integrasi Sekolah Lansia Dalam Bina Keluarga Lansia (ISL-BKL). Yogyakarta : Yayasan Indonesia Ramah Lansia: 2020
14. Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan BKKBN. 2019. Panduan Center of Excellence (CoE) Kelompok BKL. Jakarta: BKKBN.
15. D’Haem JM, Feola D, Norris-Bauer N. Sustaining Community-University Partnerships. *J Community Res Engagem.* 2011;1–12.
16. Erwanto R, Kurniasih DE, Amigo TAE. Sekolah lansia : Model Pendidikan Non Formal untuk Lanjut Usia. Yogyakarta: Yayasan Indonesia Ramah Lansia; 2018.
17. Jeon M-S, Song S-H. Effects that the Type of Participation Motivation of Lifelong Education for the Elderly Influences in the Satisfaction of Education and Life-changing. *J Korea Contents.* 2012;438–48.
18. *Journal for the Psychology of Religion*, 10, 157–172.
19. J. P. Forgas, & J. M. Innes (Eds.), Recent advances in social psychology: An international perspective (pp. 189–203).
20. Moulaert T, Paris M. Social Policy on Ageing: The Case of “Active Ageing” as a Theatrical Metaphor. *Int J Soc Sci Stud.* 2013;1(2):113–23.
21. Neugarten, B.J., Havighurst, R.J., & Tobin, S.S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134–143.
22. North-Holland: Elsevier.
23. Undang-undang Republik Indonesia No 13 tahun 1998. 1998.
24. Undang-undang Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga. 2009.
25. Wood, V., Wylie, M.L., & Sheafor, B. (1969). An Analysis of a Short Self-Report Measure of Life Satisfaction: Correlation With Rater Judgments. *Journal of Gerontology*, 24, 465-469.
26. World Health Organization. Decade of healthy ageing. Vol. 20. World Health Organization; 2020. p. 1–6.

