

## KETERAMPILAN HIDUP UNTUK LANSIA: PENDIDIKAN SEBAGA SOLUSI PEMENUHAN KEBUTUHAN SOSIAL DAN KESEHATAN

Fauziah Nasution<sup>1</sup>, Amanda Sulistia Harahap<sup>2</sup>, Nazla Salsabila<sup>3</sup>, Naiya Khair Ramadhani Siregar<sup>4</sup>,  
Nurul Rahmah<sup>5</sup>.

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia<sup>12345</sup>

Emai: [fauziahnasution@uinsu.ac.id](mailto:fauziahnasution@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [amandahrp109@gmail.com](mailto:amandahrp109@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[nazla0303231010@uinsu.ac.id](mailto:nazla0303231010@uinsu.ac.id)<sup>3</sup>, [naiyakhair0@gmail.com](mailto:naiyakhair0@gmail.com)<sup>4</sup>, [rahmanurul081@gmail.com](mailto:rahmanurul081@gmail.com)<sup>5</sup>

### Keywords

*Effectiveness;  
Alternative  
Financing: Land  
Acquisition*

### Abstrak

*Term in the capital market which means a statement of debt to bondholders. The bond issuer is the party that has debt and the bondholder is the party who owes it. When you have a bond, it will usually be written that the debt payment due with interest (coupon) is the responsibility of the bond holder. In the positive law of Indonesia, in formal juridical terms, bonds have not set contained regulations as appropriate to the effectiveness and juridical position of shares regulated in a Limited Liability Company (PT) Law, including the need to be regulated in a regulatory rule at the level of law on legal protection for both bondholders. (investors) and bond issuers, even though both bonds and stocks are types of securities (securities) that are traded on the Capital Market which have the same goal of raising funds from the public (public) and can be used as a source of funding for project development activities government projects include funding for land acquisition of public interest. The purpose of this research is to determine the arrangement of bonds in Indonesian positive law and how effective bonds are as an alternative financing in land acquisition for public purposes. The approach method used in this research is normative juridical. The data in this study are secondary data obtained from primary, secondary and tertiary legal materials. Furthermore, the data were analyzed using qualitative data analysis methods. The results showed that bonds have several advantages and can be used as an alternative financing business activities to land acquisition for the public interest, but many people (potential investors) do not know the function and usefulness of bonds. For this reason, the government, including Indonesian financial institutions, should aggressively promote or provide information in the form of bonds to the public so that it can be widely known, for example, such as investing in stocks and others.*

*Lansia, Keterampilan  
hidup, solusi  
pemenuhan  
kebutuhan*

*Lansia adalah kelompok populasi yang semakin berkembang di seluruh dunia. Peningkatan jumlah mereka disebabkan oleh tingkat berharaphidup yang lebih tinggi dan peningkatan akses terhadap perawatan kesehatan, tapi masalah kualitas hidup yang Daku*

*berhadapan oleh orang-orang lanjut usia tetap menjad Saya masalah kamu tama. Akibatnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif pelatihan keterampilan kreatif, dalam meningkatkan kualitas hidup melalui pendidikan Sudah dilihat dari tingkat kesehatan masyarakat, orangtua mengalami perubahan fisik, hiulogi, pikiran, dan sosial secara bertahap selama waktu tertentu. Karena itu, perkembangan kesehatan orang tua sejalan dengan penuaan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang topik kesehatan lansia, pelatihan keterampilan kerajinan tangan, slan permainan untuk melatih daya ingat larisia. Peserta pelatihan sangat bersemangat mengikuti kegiatan tersebut. Mereka juga menerima pra-posinformasi tentang ibu Saya yang Dibahas. Periu dilakukan apaya untuk menangani masalah kesehatan dan kualitas hidup orang ua karena mereka berisiko laki-lakigalami depresi, disabilitas, dan penurunan kualitas hidup. Salah satu cara untuk menangani masalah ini adalah dengan memberikan pendampingan yang berkelanjutan kepada orang tua untuk membangun lingkungan yang sehat.*

---

## **1. PENDAHULUAN**

Penuaan merupakan proses alami yang terjadi pada setiap manusia. Proses penuaan menyebabkan ter- jadinya perubahan fisik, mental, sosial dan keseha- tan. Proses penuaan tersebut menyebabkan lansia. sulit untuk melakukan Activity Daily Life (ADL) secara mandiri dan menjadi tergantung pada orang lain. Banyak lansia yang sulit beradaptasi dengan proses penuaan, merasa sendirian, frustasi, depresi dan kehilangan kepercayaan diri sehingga mem- pengaruhi kualitas hidup mereka Departemen kesehatan RI menyebutkan seseorang dikatakan lanjut usia dari usia 55 tahun keatas. Ha- sil proyeksi penduduk dari tahun 2010 sampai den- gan 2035 bahwa Indonesia akan mengalami periode lansia (aging), dimana 10% penduduk akan berusia 60 tahun keatas di tahun 2020. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 28 juta jiwa atau sekitar 8% dari jumlah penduduk In- donesia. Pada tahun 2025 diperkirakan jumlah lan- sia membengkak menjadi 40 juta dan pada tahun 2050 diperkirakan akan melonjak hingga mencapai 71,6 juta jiwa (Setiorini dkk, 2018; Kemenkes RI, 2016; Susanti, 2017; Badan Pusat Statistik, 2014).

Kualitas hidup adalah masalah yang sangat luas dan kompleks. Ini memiliki komponen obyektif dan subyektif, serta komponen fisik, psikologis dan sosial. Kualitas Hidup yang tinggi bermanfaat bagi individu, tetapi juga bagi masyarakat. Kualitas. hidup dapat dipengaruhi melalui pendidikan; ini dapat dicapai dengan pedagogi komprehensif yang mencakup konten, tetapi juga mencoba mengin- tegrasikan fasilitator, guru, dan

teman sekelas ke dalam proses pembelajaran seumur hidup, Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dapat mengacu pada konsep Active Aging dari WHO yaitu proses penuaan yang tetap sehat secara fisik, sosial dan mental sehingga tetap sejahtera sepanjang hidup serta tetap berpartisipasi sebagai masyarakat terutama peran aktif dari lansia itu sendiri dalam rangka meningkatkan kualitas hidup.

Dengan adanya dukungan dari pemerintah seperti pengadaan Posyandu lansia ataupun program PROLANIS yang tersebar diseluruh Indonesia kurang lebih membantu untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dalam segi derajat kesehatan. Pendidikan lanjut usia merupakan salah satu bentuk pendidikan non-formal sebagai wadah peningkatan pengetahuan umum dan ilmu kesehatan, sosialisasi antar lansia serta pengembangan keterampilan. Keikutsertaan lansia dalam pembelajaran seumur hidup hendaknya tidak di batasi, selain itu partisipasi orang dewasa yang lebih tua dalam kegiatan pendidikan akan menghasilkan hal yang positif seperti meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi keluhan psikosomatik.

Pendidikan sepanjang hayat menjadi semakin relevan bagi orang dewasa yang lebih tua atau lansia sebagai strategi untuk membantu mereka beradaptasi terhadap perubahan dan tantangan dalam kehidupan mereka, serta memperoleh manfaat dari kesejahteraan umum mereka. Terutama pendidikan sepanjang hayat mendorong keterampilan yang akan memungkinkan setiap lansia menjalankan peranan mereka dalam masyarakat serta berbagai konteks dari pertumbuhan pribadi dan perkembangan sosial mereka. Dengan keterampilan yang dimiliki lansia yang demikian dapat mengatasi tantangan penuaan dan memiliki kualitas hidup yang positif pada hari tua (Luppi, 2009; WHO, 2002; dalam Tan, 2018). Umur harapan hidup lansia di Indonesia sekarang ini terjadi peningkatan, hal itu merupakan sesuatu yang patut dibanggakan. Pada sisi lain hal ini ternyata membawa konsekuensi yang tidak sederhana, misalnya jika lansia tidak diberdayakan dengan baik maka akan ada berbagai masalah. Masalah-masalah tersebut dapat berupa kesehatan, gaya hidup, depresi, kesendirian yang nantinya akan mempengaruhi kualitas hidup lansia.

Berdasarkan temuan masalah diatas perlu adanya program pendidikan lanjut usia, yang dengan program tersebut diharapkan para lansia akan lebih produktif. Dengan populasi lansia yang semakin meningkat di berbagai belahan dunia, meningkatkan kualitas hidup para lansia menjadi salah satu prioritas utama dalam bidang kesehatan. Perubahan demografis global, seperti peningkatan harapan hidup dan penurunan

tingkat kelahiran, telah mengakibatkan peningkatan jumlah populasi lansia. Oleh karena itu, perhatian terhadap kebutuhan dan kesejahteraan mereka semakin meningkat. Penuaan adalah proses alami yang disertai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang.

Dalam konteks ini, strategi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia menjadi sangat penting. Sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, kesejahteraan fisik dan mental lansia perlu diperhatikan dengan seksama. Faktor-faktor seperti penurunan mobilitas, peningkatan risiko penyakit kronis, isolasi sosial, dan perubahan dalam kesehatan mental dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia secara signifikan. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai strategi yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lansia dari perspektif kesehatan fisik dan mental. Melalui pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan lansia, kita dapat mengidentifikasi langkah-langkah yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Beberapa faktor yang telah terbukti berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia termasuk tingkat aktivitas fisik yang cukup, pola makan sehat, dan dukungan sosial yang kuat. Aktivitas fisik teratur telah terbukti memiliki dampak positif pada kesehatan fisik, mobilitas, dan kesejahteraan mental lansia.

Selain itu, pola makan sehat juga merupakan komponen penting dalam menjaga kesehatan fisik dan mental lansia. Konsumsi makanan bergizi yang kaya akan vitamin, mineral, dan antioksidan dapat membantu melindungi tubuh dari penyakit dan mempromosikan kesejahteraan umum. Dukungan sosial yang kuat juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Hubungan yang erat dengan keluarga, teman, dan komunitas dapat memberikan dukungan emosional dan praktis yang diperlukan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi oleh para lansia.

Selain itu, keterlibatan dalam aktivitas sosial dan intelektual juga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Terlibat dalam kegiatan sosial, seperti klub atau organisasi, dapat membantu menjaga koneksi sosial dan meningkatkan rasa tujuan dan kepuasan hidup. Perawatan kesehatan mental yang holistik juga merupakan komponen penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Mengatasi masalah seperti depresi, kecemasan, dan isolasi sosial dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental dan kualitas hidup keseluruhan. Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, kita dapat mengembangkan strategi yang holistik dan terpadu untuk meningkatkan kualitas hidup

lansia. Ini termasuk mempromosikan gaya hidup sehat, memperkuat dukungan sosial, dan menyediakan akses yang lebih baik ke layanan kesehatan mental dan dukungan sosial.

Dengan demikian, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi para lansia untuk menjalani kehidupan yang sehat, bahagia, dan bermakna. Selanjutnya, penelitian dan implementasi strategi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia juga memerlukan kolaborasi lintas disiplin. Melibatkan berbagai stakeholder, termasuk tenaga kesehatan, pekerja sosial, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan, menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi para lansia.

Selain itu, pendekatan yang bersifat preventif juga perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Melalui edukasi dan promosi kesehatan yang tepat, individu dapat lebih memahami pentingnya gaya hidup sehat dan langkah-langkah pencegahan penyakit kronis. Tantangan yang dihadapi oleh lansia juga dapat bervariasi sesuai dengan konteks sosial, budaya, dan ekonomi mereka. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan kebutuhan dan preferensi individu dalam merancang dan menerapkan strategi yang efektif. Selanjutnya, penerapan teknologi juga dapat menjadi alat yang berguna dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Inovasi seperti aplikasi kesehatan, perangkat pelacakan kesehatan, dan teknologi komunikasi dapat membantu mempermudah akses ke layanan kesehatan dan dukungan sosial bagi para lansia.

Pendidikan dan pelatihan juga merupakan bagian penting dari strategi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Melalui program-program ini, individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola kesehatan fisik dan mental mereka dengan lebih baik. Selain itu, pemerintah juga memiliki peran penting dalam menciptakan kebijakan yang mendukung kesejahteraan lansia. Ini termasuk kebijakan yang mempromosikan akses yang lebih baik ke layanan kesehatan, perlindungan sosial, dan infrastruktur yang ramah lansia. Dalam mengembangkan dan menerapkan strategi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, penting untuk memperhitungkan berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk kesehatan fisik, mental, sosial, dan ekonomi.

Pendekatan yang holistik dan terpadu menjadi kunci dalam memberikan perawatan yang efektif dan komprehensif bagi para lansia. Dengan memperhatikan berbagai strategi ini dan bekerja sama secara kolaboratif, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi para lansia untuk menjalani kehidupan yang sehat,

bahagia, dan bermakna. Meningkatkan kualitas hidup lansia bukanlah tugas yang mudah, tetapi dengan komitmen dan upaya bersama, kita dapat mencapai hasil yang positif dan berkelanjutan bagi seluruh masyarakat.

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode penulisan penelitian ini dengan menggunakan literatur review. Setelah pencarian literatur di beberapa database, dan juga wawancara terlihat jelas bahwa terkait literatur yang tersedia di bidang program pendidikan lanjut usia sangat jarang, heterogen dan tidak memberikan informasi yang cukup untuk melakukan review pada kualitas hidup lansia. Inilah sebabnya penulis memutuskan untuk melakukan peninjauan naratif berdasarkan pencarian literatur terstruktur tentang efektivitas program pendidikan lanjut usia terhadap kualitas hidup lansia. Semua jurnal temuan program pendidikan lanjut usia terhadap kualitas hidup lansia di komunitas disusun dan dirangkum dalam Kriteria Inklusi

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil wawancara yang di dapatkan ketika melakukan wawancara kepada nenek nenek atau lansia untuk mendapatkan data

A. Apa saja kegiatan sehari-hari yang Nenek nikmati?

Jawaban: "Ya, Nenek biasanya masak buat keluarga. Kalau ada waktu, Nenek suka duduk di teras sambil lihat tanaman atau ngobrol sama tetangga."

B. Bagaimana cara Nenek menjaga pola makan supaya tetap sehat?

Jawaban: "Nenek makan seadanya aja, yang penting ada sayur sama nggak terlalu banyak gorengan. Kadang kalau lagi ada rejeki, Nenek suka bikin sayur asem atau pecel."

C. Kalau olahraga, apa tantangan yang Nenek hadapi?

Jawaban: "Namanya sudah tua, badan ini kadang gampang capek. Tapi Nenek masih coba jalan pagi pelan-pelan di sekitar rumah biar tetap sehat."

D. Seberapa sering Nenek bertemu teman-teman?

Jawaban: "Kalau nggak ada acara, paling Nenek ketemu teman-teman di pengajian. Itu pun nggak tiap hari, kadang dua minggu sekali."

E. Apa Nenek sudah bisa menggunakan teknologi? Belajarnya bagaimana?

Jawaban: "Nenek paling bisa nelpon atau terima pesan dari anak sama cucu. Kalau belajar, biasanya diajarin sama cucu, tapi ya nggak langsung paham."

F. Ada hobi baru yang Nenek ingin coba?

Jawaban: "Ah, sudah tua begini, hobi Nenek cuma nonton TV atau dengar cerita dari cucu-cucu. Kalau dulu, Nenek suka jahit, tapi sekarang matanya sudah kurang jelas."

G. Bagaimana cara Nenek mengatasi stres?

Jawaban: "Ya, Nenek biasanya duduk diam, istirahat, atau baca doa. Kadang kalau anak cucu datang, hati rasanya langsung lega."

H. Ada nasihat untuk anak muda tentang menjaga kesehatan?

Jawaban: "Jangan lupa jaga makan, nak, kurangi yang nggak sehat. Badan ini kalau sudah tua, baru terasa capeknya kalau waktu muda nggak dijaga."

I. Dari pengalaman Nenek, apa yang membuat hidup terasa bahagia?

Jawaban: "Bisa lihat anak-anak rukun, sehat, dan cucu-cucu tumbuh baik. Itu sudah bikin Nenek senang sekali."

J. Apa harapan Nenek yang belum tercapai?

Jawaban: "Harapan Nenek sih nggak muluk-muluk, asal anak cucu sehat, rukun, dan bisa datang sering ke rumah Nenek, itu sudah cukup."

Pendidikan Usia Lanjut merupakan sebuah rangkaian proses pembelajaran, latihan, dan bimbingan bagi warga belajar usia lanjut yang meliputi: 1. Pengalamam belajar pada masa lalu yang dimiliki oleh warga belajar (usia lanjut), 2. Penguasaan varian-varian pengalaman belajar yang telah dimiliki, 3. Landasan belajar yang harus dimiliki oleh warga belajar (usia lanjut), 4. Gaya belajar dan usia lanjut, 5. Materi yang cocok dipelajari oleh usia lanjut, 6. Metode dan strategi pembelajaran bagi usia lanjut, dan 7. Evaluasi pembelajaran bagi usia lanjut. Hal ini berangkat dari asumsi bahwa dalam pendidikan terdapat tiga dimensi pokok, yaitu: pembelajaran, latihan dan bimbingan. Selain itu, dalam pendidikan usia lanjut perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut: 1. Karakteristik, 2. Pendekatan, 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam proses pembelajaran, dan 4. Konsep Pembelajaran bagi usia lanjut

A. Karakteristik Warga Belajar

Warga belajar usia lanjut memiliki karakteristik sebagai berikut: 1) Perbedaan orientasi terhadap Pendidikan dan Belajar, 2) Akumulasi Pengalaman, dan 3) Kecenderungan Khusus.

B. Pendekatan Orang Dewasa (Usia Lanjut) Terhadap Belajar

Srivisasan (1971) dalam Syamsu Mappa dan Anisah Basleman. (1994) mengemukakan tiga macam pendekatan orang dewasa dalam hal ini usia lanjut

terhadap belajar, yaitu: a) pendekatan yang berpusat pada masalah, b) pendekatan proyekatif, dan c) pendekatan aktualisasi diri

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran Orang Dewasa (Usia Lanjut)

Menurut Syamsu Mappa dan Anisah Basleman (1994), proses pembelajaran orang dewasa (usia lanjut) dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

Faktor Fisiologis, meliputi:

- 1) Pendengaran, mencakup: (a) kejelasan pendengaran dan (b) diskriminasi nada.
- 2) Penglihatan, mencakup: (a) intensitas penglihat, (b) jarak penglihatan, (c) jarak penglihatan jauh, (d) kemampuan untuk membedakan warna, (e) ketelitian penglihatan, dan
- 3) Kondisi fisiologis

Berikut ini akan dibahas mengenai konsep pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik warga belajar usia lanjut.

1) Teori dan Konsep Belajar

Belajar adalah perubahan-perubahan dalam sistem syaraf, atau pembentukan stimulus response (S-R) bonds. Bisa disebut juga mengurangi resistensi pada synaptic gap. Belajar berarti pula penambahan pengetahuan. Dalam hal ini belajar sering diidentikan dengan menghafal. Belajar bisa pula diartikan sebagai perubahan tingkah laku berkat pengalaman dan latihan. Berikut ini adalah teori dan konsep belajar yang dianggap relevan dengan kelompok masyarakat lanjut usia.

2) Dasar Teori

Secara garis besar teori-teori belajar yang melandasi praktek kependidikan lahir dan tiga aliran psikologi yaitu: Psikologi Behaviouristik, Psikologi Kognitifistik dan Humanistik. Ketiga aliran itu bersumber dari pandangan filsafat yang dikemukakan oleh John Locke dan Leibnitz. Lock berpandangan bahwa manusia adalah sebuah organisme yang pasif yang dikuasai dan atau tergantung pada rangsangan- rangsangan yang terdapat di dalam lingkungan sekitarnya. Menurut pandangan ini manusia dapat dimanipulasi (direayasa) sedemikian rupa, dapat dikendalikan dan dikontrol melalui rangsangan-rangsangan. Hukum-hukum yang berlaku bagi manusia pada dasarnya sama dengan hukum-hukum yang berlaku bagi gejala-gejala alam. Karenanya metode ilmiah dan ilmu kealaman dapat pula diterapkan pada manusia. Pandangan ini melahirkan aliran psikologi behavioristik-mekanistik.

Sedangkan Leibnitz memandang manusia sebagai organisme aktif, dan oleh karenanya ini yang menjadi sumber semua kegiatan. Manusia bebas menentukan pilihan dalam segala macam situasi. Manusia memiliki kesadaran akan dirinya dan eksistensinya. Gerak laku, perbuatan manusia adalah manifestasi kesadaran eksistensi internal setiap pribadi. Oleh karenanya sangat bersifat pribadi. Reaksi, tanggapan dan sikap manusia terhadap lingkungannya berbeda-beda satu satu dengan yang lain. Dan pandangan filsafat ini lahirlah Psikologi Kognitif dan Psikologi Humanistik

- 1) Ciri-ciri Aliran behavioristik memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
  - a) mementingkan pengaruh lingkungan,
  - b) mementingkan bagian-bagian dari pada keseluruhan,
  - c) mementingkan reaksi,
  - d) mengutamakan mekanisme terjadinya hasil belajar,
  - e) mementingkan sebab-sebab terjadinya masa lalu,
  - f) mementingkan pembentukan kebiasaan,
  - g) mengutamakan trial and error.
- 2) Aliran kognitif memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
  - a) mementingkan apa yang ada di dalam diri manusia,
  - b) mementingkan keseluruhan dari bagian-bagian peranan kognitif
  - c) mementingkan peranan kognitif,
  - d) mengutamakan keseimbangan dalam diri manusia,
  - e) mementingkan kondisi waktu sekarang,
  - f) mementingkan pembentukan struktur kognitif,
  - g) mengutamakan insight (pengertian).
- 3) Sedangkan aliran humanistik memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
  - a) mementingkan manusia sebagai pribadi,
  - b) mementingkan kebulatan pribadi
  - c) mementingkan peranan kognitif dan afektif,
  - d) mengutamakan terjadinya aktualisasi diri dan self concept
  - e) mementingkan persepsi subyektif yang dimiliki tiap individu
  - f) mementingkan kemampuan menentukan bentuk tingkah lakusendiri,
  - g) mengutamakan insight (pengertian)

Belajar memiliki prinsip-prinsip, diantaranya: a) belajar harus memiliki tujuan, b) tujuan harus berhubungan dengan kebutuhan hidup, c) dalam belajar harus ada usaha

dan bersedia mengalami bermacam-macam kesukaran, d) harus ada perubahan tingkah laku sebagai hasil, e) harus ada hasil sambilan disamping tujuan pokok, f) harus berbuat (Learning by doing), g) belajar sebagai suatu keseluruhan, h) ada unsur bantuan dan bimbingan dan orang lain, i) memerlukan insight, j) ada tujuan lain disamping tujuan yang sebenarnya, k) belajar dikatakan berhasil apabila memberi sukses yang menyenangkan, l) pengulangan dan latihan perlu diberikan atas dasar pemahaman, dan m) ada kemauan untuk belajar

Disain model pendidikan usia lanjut tersebut tertuang pada gambar berikut di bawah ini:

1) Pengalaman belajar pada usia lanjut

Cross (1981) dalam Ishak Abdulhak (2000), mengemukakan beberapa saran untuk membantu warga belajar usia lanjut yang berhubungan dengan menghafal dan nalar, yaitu sebagai berikut: Pertama, dalam menyampaikan suatu informasi harus jelas dan mengaitkan pelajaran dengan pelajaran yang terdahulu yang mereka peroleh (miliki). Kedua penyampaian ilmu itu harus diinformasikan oleh orang yang ahli dalam bidangnya. Ketiga, penyajian suatu topik hendaknya disampaikan pada satu kesempatan dan diberikan evaluasi secara langsung untuk memperkuat daya nalar". (Ishak Abdulhak, 2000: 12) Lebih jauh Hann dan Day (1974) dalam Ishak Abdulhak (2000) mengemukakan bahwa: "...faktor yang mempengaruhi kepribadian dan kebanyakan orang dalam masa mudanya tidak jauh berbeda dengan orang masa tuanya. Dimana orang yang sungguh-sungguh belajar di masa mudanya akan kelihatan pada masa pertengahan usia,

Misalnya dalam menghadapi suatu permasalahan akan lebih cepat mengantisipasinya dibanding orang yang belajar santai dimasa mudanya". (Ishak Abdulhak, 2000: 13) Dua pendapat di atas memberikan makna bahwa pengalaman belajar pada masa lalu yang dimiliki oleh usia lanjut sangat berpengaruh dalam proses belajar pada masa usia lanjut. Kelemahan yang dihadapi yaitu sulitnya menghubungkan pelajaran yang telah diterima pada masa lalu pelajaran yang baru diterimanya. Hal tersebut disebabkan menurunnya daya nalar (daya ingat) dan warga belajar usia lanjut. Oleh sebab itu, warga belajar usia lanjut perlu mendapatkan penguatan dalam penguasaan varian-varian pengalaman belajarnya. Karena daya nalar yang semakin menurun warga belajar usia lanjut memerlukan waktu yang lama dalam menghafal. Berikan waktu yang cukup dan berikan kekuatan dalam mengingat peristiwa masa lalu.

2) Penguasaan varian pengalaman belajar

Agar peserta didik/warga belajar usia lanjut dapat mengingat dan menguasai kembali pengalaman belajarnya, maka menurut D. Sudjana (2000: 202) pendidik dapat melakukan hal-hal sebagai berikut:

- a) Membantu peserta didik dalam penerapan prinsip-prinsip pengorganisasian bahan belajar
- b) Membantu peserta didik dalam penentuan model kegiatan pembelajaran yang akan mereka jalani. Dengan penerapan prinsip-prinsip pengorganisasian tersebut, bahan belajar dapat disusun dengan beberapa acuan sebagai berikut:
  - 1) Bahan belajar disusun sedemikian rupa, dimulai dan bahan belajar yang sederhana kemudian meningkat kepada bahan belajar yang lebih kompleks.
  - 2) Bahan belajar dirumuskan berdasarkan pengalaman belajar yang telah dipunyai peserta didik. Dengan kata lain bahan belajar itu berangkat dan pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap yang telah dipunyai peserta didik.
  - 3) Bahan belajar disusun sedemikian rupa sehingga memungkinkan peserta didik dapat mempelajarinya dimulai dari keseluruhan, kemudian sampai pada bagian bagiannya.
  - 4) Bahan belajar disusun secara berurutan yang memungkinkan peserta didik dapat melakukan kegiatan belajar melalui langkah-langkah yang berurutan pula.
  - 5) Bahan belajar yang dirumuskan berdasarkan prinsip-prinsip yang di atas akan memungkinkan tumbuhnya pengalaman belajar yang diikuti dalam kegiatan pembelajaran berkelompok.

Bahan belajar yang baik adalah bahan belajar yang memiliki prinsip-prinsip berkesinambungan (*continuity*), berurutan (*sequency*) dan keterpaduan (*integration*). Sehubungan dengan ketiga patokan tersebut menurut Tyler (1962) dalam Djudju Sudjana (2000: 202-203) mengemukakan bahwa dalam pengorganisasian bahan belajar, prinsip-prinsip kesinambungan, urutan dan keterpaduan perlu didasari oleh pengalaman belajar yang telah dimiliki peserta didik. Prinsip kesinambungan berkaitan dengan pemanfaatan dan perluasan pengalaman peserta didik. Prinsip urutan berkaitan dengan luas dan dalamnya pengalaman belajar. Sedangkan prinsip keterpaduan menyangkut kesatuan tingkah laku dan pengalaman belajar yang ditampilkan oleh

peserta didik. Jadi ketiga acuan tersebut merupakan saling melengkapi antara satu dengan yang lainnya.

Pendidik hendaknya membantu peserta didik dalam merancang model pengalaman belajar. Gaya belajar didefinisikan sebagai karakteristik cara seseorang dalam memproses informasi, merasa, dan menyikapi terhadap dan atau dalam situasi belajar. Dengan kata lain preferensi-preferensi watak dan kecenderungan mempengaruhi belajar seseorang. Usia lanjut berbeda dalam berfikir dan menyelesaikan masalah, sebagaimana dalam preferensi mereka untuk metode-metode, lingkungan-lingkungan dan struktur-struktur. Beberapa dasar teori atau konsep gaya belajar digabungkan untuk diterapkan oleh administrator, programmer, konselor dan pembelajar usia lanjut sehingga menghasilkan tiga komponen utama dan gaya belajar yaitu: 1) Faktor kognitif individu, 2) Faktor afektif, dan 3) Faktor lingkungan belajar. Berikut ini penjelasan faktor tersebut di atas:

1) Faktor Kognitif Individu

Koib dan Fry (1975) dalam Robert M Sinith (1982) mengemukakan, bahwa belajar merupakan sebuah bentuk lingkaran yang menggambarkan kecenderungan pembuatan konsep, di mana belajar dilukiskan sebagai sebuah proses melingkar dengan empat jenis aktivitas, sehingga belajar dapat dimulai dari setiap empat langkah ini dan prosesnya melalui lingkaran. Hal ini dilihat sebagai dimensi vertical yang dihubungkan pada proses pembuatan konsep dan yang konkrit hingga yang abstrak. Dan pada sumbu horizontal menjangkau dan yang aktif hingga yang reflektif

2) Faktor Afektif

Aspek-aspek afektif dan gaya belajar usia lanjut, mencakup: 1) Perenungan dan dorongan hati, 2) Sensor perasaan, 3) Pertimbangan aktif, 4) Harapan dan motivasi, 5) Tingkat minat dalam pokok persoalan.

3) Faktor Lingkungan

Komponen gaya belajar ini meliputi pertimbangan yang mencakup beberapa materi khusus seperti suhu ruangan terhadap jumlah keanggotaan, dan dukungan emosi warga belajar yang ditemukan mendukung dalam lingkungan tersebut. Untuk mendiagnosa keberhasilan gaya belajar tersebut di atas, meliputi langkah-langkah: 1) gunakan, sesuaikan atau rencanakan satu atau beberapa instrumen, 2) ajukan beberapa pertanyaan dan amati, 3) coba untuk menghindari loncatan kesimpulan atau sebuah diagnosis yang sangat sederhana, 4) bagi kesimpulan sementara dengan warga belajar,

buat penyesuaian agar kelihatan diperlukan, dan 5) cerminkan pada pelaksanaan pembelajaran, belajar, dan pemahaman individu yang lebih baik sebagai warga belajar. Langkah-langkah komponen diagnosis gaya belajar tersebut dapat digunakan jika gaya belajar diimplementasikan dalam komponen-komponen perencanaan program dengan menggunakan model linier perencanaan program yaitu: 1) Menentukan kebutuhan dan minat, 2) Merancang tujuan-tujuan dan kriteria evaluasi, 3) mengenali sumber-sumber harapan dan prosedur, 4) Memilih bentuk program dan aktivitas, dan 5) Evaluasi dan tindak lanjut.5. Materi yang dipelajari Materi belajar yang cocok bagi warga belajar usia lanjut dengan menggunakan adalah sebagai berikut:

- a) Kesehatan, meliputi:
  - Kesehatan fisik-apa saja
  - Kesehatan emosional-apa saja
  - Caramencegah panyak
- b) Perkembangan intelektual
  - Mengemukakan buah pikiran.
  - Memahaini pikiran orang lain
  - Bekerj a efektif
- c) Pilihan moral
  - Kebebasan individu
  - Tanggung jawab atas din sendiri
  - Tanggungjawab atas orang lain

### **Strategi Pembelajaran**

Strategi (strategy) berasal dari kata benda dan kata kerja dalam bahasa Yunani. Sebagai kata benda, strategos merupakan gabungan kata "stratos (militer) dengan "ago" (memimpin). Sebagai kata kerja, stratego berarti merencanakan ('to plan"). Dan beberapa pendapat yang dihimpun, strategi dapat disimpulkan sebagai suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan suatu kegiatan. Strategi mencakup tujuan kegiatan, siapa yang terlibat dalam kegiatan, isi kegiatan dan sarana penunjang kegiatan. Selanjutnya pembelajaran dapat diartikan sebagai upaya pendidik untuk membantu peserta didik melakukan kegiatan belajar. Tujuannya adalah terwujudnya efisiensi dan efektivitas kegiatan belajar yang dilakukan. Bahan belajar yang baik adalah bahan belajar yang memiliki pnnsip- prinsip berkesinambungan (continuity), berurutan (sequency) dan keterpaduan (integration).

Sehubungan dengan ketiga patokan tersebut menurut Tyler (1962) dalam Djudju Sudjana (2000: 202-203) mengemukakan bahwa dalam pengorganisasian bahan belajar, prinsip-prinsip kesinambungan, urutan dan keterpaduan perlu didasari oleh pengalaman belajar yang telah dimiliki peserta didik. Prinsip kesinambungan berkaitan dengan pemanfaatan dan perluasan pengalaman peserta didik. Prinsip urutan berkaitan dengan luas dan dalamnya pengalaman belajar.

Sedangkan prinsip keterpaduan menyangkut kesatuan tingkah laku dan pengalaman belajar yang ditampilkan oleh peserta didik. Jadi ketiga acuan tersebut merupakan saling melengkapi antara satu dengan yang lainnya. Pendidik hendaknya membantu peserta didik dalam merancang model pengalaman belajar. Model ini dimaksudkan sebagai rencana kegiatan pembelajaran yang akan dialami peserta didik untuk mencapai tujuan belajar. Rencana kegiatan terdiri atas langkah-langkah yang akan ditempuh oleh peserta didik dan pendidik dalam kegiatan pembelajaran. Penggolongan kegiatan pembelajaran yang dikembangkan dan model ini antara lain adalah sebagai berikut:

- a) Kegiatan pembelajaran dalam kelompok besar. Kegiatan pembelajaran ini diikuti oleh peserta didik. Cara-cara yang digunakan pendidik dalam membantu peserta didik akan beragam. Teknik-teknik penyajian bahan belajar antara lain adalah ceramah, pengajian, seminar, diskusi, drama dan demonstrasi.
- b) Kegiatan pembelajaran dalam kelompok terbatas, dengan variasi sebagai berikut:
  - 1) Kelompok untuk mendiskusikan suatu topik. Pengelompokkan peserta didik dilakukan dengan maksud untuk membahas suatu topik yang disampaikan oleh pendidik atau yang diambil dari bahan bacaan, serta untuk mengetahui makna dan bertukar pikiran tentang informasi yang sedang dibicarakan.
  - 2) Kelompok berdasarkan minat. Kelompok ini diorganisasikan berdasarkan kesamaan minat para peserta didik. Kegiatan pembelajaran bertujuan untuk saling bertukar informasi dan pengalaman, serta untuk mencari persamaan pandangan terhadap gagasan, tindakan, dan sikap para peserta didik.
  - 3) Kelompok untuk memecahkan masalah. Kelompok peserta didik dibentuk dengan maksud untuk mencari alternatif tindakan dalam pemecahan masalah yang dihadapi peserta didik.

- 4) Kelompok untuk perencanaan. Kelompok peserta didik dibentuk dengan maksud untuk merencanakan program-program yang dapat dilakukan setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.
- 5) Kegiatan pembelajaran perorangan. Kegiatan ini dilakukan melalui konsultasi, magang, bimbingan, tutorial dan penyuluhan. yang dilakukan pendidik bagi peserta didik yang memerlukan bantuan perorangan.
- 6) Kegiatan pembelajaran melalui aktivitas rekreasi, karyawisata, kerja lapangan dan lain sebagainya.

Berkenaan dengan landasan belajar bagi usia lanjut, maka konsep pendidikan sepanjang hayat (lifeong education) dapat dijadikan sebagai landasan. Seperti dikemukakan oleh D. Sudjana (1991: 177) berikut ini: "Pendidikan sepanjang hayat dapat dijabarkan ke dalam program- program pendidikan sekolah dan pendidikan luar sekolah. Dalam prakteknya, program-program dalam jalur pendidikan luar sekolah dipandang oleh sebahagian pakar pendidikan lebih mampu mengembangkan kehadirannya untuk mengkondisikan tumbuhnya. kesadaran, ininat dan semangat masyarakat untuk melaksanakan kegiatan belajar yang ber! ungan".

Memperhatikan pendapat ahli diatas, pendidikan sepanjang hayat merupakan suatu proses pendidikan khususnya dalam hal ini warga belajar usia lanjut, agar mereka dapat mengembangkan dirinya sesuai dengan tuntutan kebutuhan, perkembangan dan lingkungan sekitar. Lebih jauh fungsi pendidikan sepanjang hayat dapat dijadikan sebagai kekuatan untmemotivasi warga belajar agar mereka dapat melakukan kegiatan belajar berdasarkan dorongan dan arahan dari dirinya sendiri (self directed learning). Sehingga nantinya diharapkan tumbuh proses belajar sepanjang hayat (lifelong learning) yaitu kebiasaan-kebiasaan belajar terus menerus sepanjang hayatnya.

Jika dilihat dari karakteristik pendidikan sepanjang hayat yang dikemukakan oleh Dave dalam bukunya *Lifelong Education and Shool Curriculum*, maka diperoleh gambaran, bahwa Pendidikan usia lanjut merupakan pendidikan yang diberikan bagi warga belajar usia lanjut. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan tidak terbatas pada usia dan berakhir pada saat berakhirnya pendidikan sekolah, akan tetapi merupakan proses sepanjang hayat yang mencakup keseluruhan waktu hidup seseorang atau sekelompok orang (warga belajar usia laniut).

Gaya belajar didefinisikan sebagai karakteristik cara seseorang dalam memproses informasi, merasa, dan meyikapi terhadap dan atau dalam situasi belajar. Dengan kata

lain preferensi-preferensi watak dan kecenderungan mempengaruhi belajar seseorang. Usia lanjut berbeda dalam berfikir dan menyelesaikan masalah, sebagaimana dalam preferensi mereka untuk metode-metode, lingkungan-lingkungan dan struktur-struktur. Beberapa dasar teori atau konsep gaya belajar digabungkan untuk diterapkan oleh administrator, programmer, konselor dan pembelajar usia lanjut sehingga menghasilkan tiga komponen utama dan gaya belajar yaitu: 1) Faktor kognitif individu, 2) Faktor afektif, dan 3) Faktor lingkungan belajar. Berikut ini penjelasan faktor tersebut di atas:

1) Faktor Kognitif Individu

Koib dan Fry (1975) dalam Robert M Sinith (1982) mengemukakan, bahwa belajar merupakan sebuah bentuk lingkaran yang menggambarkan kecenderungan pembuatan konsep, di mana belajar dilukiskan sebagai sebuah proses melingkar dengan empat jenis aktivitas, sehingga belajar dapat dimulai dari setiap empat langkah ini dan prosesnya melalui lingkaran. Hal ini dilihat sebagai dimensi vertical yang dihubungkan pada proses pembuatan konsep dan yang konkrit hingga yang abstrak. Dan pada sumbu horizontal menjangkau dan yang aktif hingga yang reflektif

2) Faktor Afektif

Aspek-aspek afektif dan gaya belajar usia lanjut, mencakup: 1) Perenungan dan dorongan hati, 2) Sensor perasaan, 3) Pertimbangan aktif, 4) Harapan dan motivasi, 5) Tingkat minat dalam pokok persoalan.

3) Faktor Lingkungan

Komponen gaya belajar ini meliputi pertimbangan yang mencakup beberapa maten khusus seperti suhu ruangan terhadap jumlah keanggotaan, dan dukungan emosi warga belajar yang ditemukan mendukung dalam lingkungan tersebut. Untuk mendiagnosa keberhasilan gaya belajar tersebut di atas, meliputi langkah-langkah: 1) gunakan, sesuaikan atau rencanakan satu atau beberapa instrumen, 2) ajukan beberapa pertanyaan dan amati, 3) coba untuk menghindari loncatan kesimpulan atau sebuah diagnosis yang sangat sederhana, 4) bagi kesimpulan sementara dengan warga belajar, buat penyesuaian agar kelihatan diperlukan, dan 5) cerminkan pada pelaksanaan pembelajaran, belajar, dan pemahaman individu yang lebih baik sebagai warga belajar. Langkah-langkah komponen diagnosis gaya belajar tersebut dapat digunakan jika gaya belajar diimplentasikan dalam komponen-komponen perencanaan program dengan menggunakan model linier perencanaan program yaitu: 1) Menentukan kebutuhan dan minat, 2) Merancang tujuan-tujuan dan kriteria evaluasi, 3) mengenali sumber-sumber

harapan dan prosedur, 4) Memilih bentuk program dan aktivitas, dan 5) Evaluasi dan tindak lanjut.

4) Materi yang dipelajari

Materi belajar yang cocok bagi warga belajar usia lanjut dengan menggunakan adalah sebagai berikut:

Perkembangan individu

a) Kesehatan, meliputi:

- Kesehatan fisik-apa saja
- Kesehatan emosional-apa saja
- Cara mencegah penyakit

b) Perkembangan intelektual

- Mengemukakan buah pikiran
- Memahaini pikiran orang lain
- Bekerja efektif

c) Pilihan moral

- Kebebasan individu
- Tanggung jawab atas diri sendiri
- Tanggungjawab atas orang lain

Perkembangan Partisipasi Sosial

a) Hubungan antar pribadi

- Mengusahakan hubungan sosial dengan orang lain
- Mengusahakan hubungan kerja yang baik dengan orang lain

b) Keanggotaan kelompok

- Memasuki kelompok
- Partisipasi dalam kelompok
- Partisipasi kepemimpinan dalam kelompok

c) Hubungan antar kelompok

- Kerjasama dengan kelompok rasional
- Kerjasama dengan kelompok agama
- Kerjasama dengan kelompok nasional (persatuan organisasi)
- Kerjasama dalam kelompok sosial ekonomi.

Perkembangan menghadapi faktor-faktor dan daya-daya lingkungan

- a) Alamiah
  - Mempelajari gejala fisik (kekeringan, debu, dsb.)
  - Mempelajari tanaman
  - Mempelajari hewan
  - Mempelajari pengaruh kimiawi (sabun, bumbu makanan, gas, minyak tanah, dsb)
- b) Teknologi
  - Pemberian alat-alat rumah tangga
  - Pemberian alat transportasi
- c) Daya sosial ekonominya
  - Mencari nafkah
  - Mencari barang dan jasa
  - Kesejahteraan umum

Strategi (strategy) berasal dari kata benda dan kata kerja dalam bahasa Yunani. Sebagai kata benda, strategos merupakan gabungan kata "stratos (militer) dengan "ago" (memimpin). Sebagai kata kerja, stratego berarti merencanakan ("to plan"). Dan beberapa pendapat yang dihimpun, strategi dapat disimpulkan sebagai suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan suatu kegiatan. Strategi mencakup tujuan kegiatan, siapa yang terlibat dalam kegiatan, isi kegiatan dan sarana penunjang kegiatan. Selanjutnya pembelajaran dapat diartikan sebagai upaya pendidik untuk membantu peserta didik melakukan kegiatan belajar. Tujuannya adalah terwujudnya efisiensi dan efektivitas kegiatan belajar yang dilakukan peserta didik. Strategi pembelajaran dalam pendidikan usia lanjut meliputi penggunaan pendekatan, metode dan teknik, bentuk demonstrasi, sumber belajar yang berkualifikasi, pengelolaan peserta didik, guna untuk mewujudkan interaksi edukasi antara pendidik dengan peserta didik, antar sesama peserta didik, dan antara peserta didik dengan lingkungannya serta upaya evaluasi terhadap proses, hasil dan dampak kegiatan pembelajaran.

#### **4. KESIMPULAN**

Solusi untuk memenuhi kebutuhan lansia dapat dilakukan dari berbagai aspek, seperti kesehatan, nutrisi, dan kebutuhan sosial: Kesehatan Lansia dapat menjaga kesehatan dengan: Tetap aktif Menjaga berat badan ideal Istirahat yang cukup Menjaga hubungan baik dengan orang lain Menjaga ingatan tetap kuat Melakukan pemeriksaan

kesehatan dan minum obat secara rutin Rutin vaksin dan check-up kesehatan Rutin periksa gigi, mata, dan pendengaran Nutrisi Lansia dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dengan: Konsumsi makanan kaya nutrisi Membagi porsi makanan secara seimbang Memastikan asupan cairan tubuh Mengurangi asupan garam dan gula Memastikan asupan serat yang cukup Mengonsumsi makanan kaya kalsium, seperti susu atau ikan Kebutuhan sosial Lansia dapat memenuhi kebutuhan sosial dengan: Menerapkan intervensi kognitif untuk meningkatkan fungsi sehari-hari Memberdayakan para lansia untuk membuat pilihan mereka sendiri Membangun lingkungan yang mendukung kemandirian dan otonomi Menglibatkan mereka dalam mengambil keputusan.

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Abdulahak, I. (2020). Strategi Membangun Motivasi dalam Pembelajaran Orang Dewasa, Bandung: CV. Andira.
- Atchley, R.C. (1976). *The Sociology of Retirement*, Cambridge, Mass: Schenkman Publishing Company, Inc
- Crandall, R. C. (1980). *Gerontology: A Behavioral Science Approach*, Massachusetts: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.
- Cunningham, I. (2024). *The Wisdom of Strategic Learning: The Self Managed Learning Solution*, Illinois: Mc Graw Hill Developing Organization Series
- Dave, R. H. (2023). *Lifelong Education and School Curriculum*, Hamburg: Unesco Institute for Education
- Davies, B, and Knapp, M (2021). *Old People's Homes and the Production of Welfare*. London, Boston and Henley: Routledge & Kegan Paul.
- Erikson, E. H. (1980), *Identity and the Life Cycle: Reissue*, New York: Norton
- Finger, M & Asun, J. M. (2024) *Quo Vadis Pendidikan Orang Dewasa*, Terjemahan Nining Fatikasari, Judul aslinya *Adult Education at the Crossroad*, Yogyakarta: Pustaka Kendi.
- Haditono, S.R. (2019). *Kesulitan kesulitan dalam Belajar*, Yogyakarta: Gunung Agung
- Hamalik, O. (2023). *Sistem dan Prosedur Pengembangan Kurikulum embaga Pendidikan dan Pelatihan*, Bandung: Trigenda Karya
- Hancock, B. L. (2010). *Social Work With Older People*, New Jersey, Englewood. Prentice Hall
- Hyland, T. and Merrill, B. (2023). *The Changing Face of Further Education. Lifelong Learning, Inclusion and Community Values in Further Education*, London and New York: Routledge Falmer

- Huddleston, P. and Unwin. L. (2022). *Teaching and Learning in Further Education*, London and New Tork: Routledge Falmer
- Jarvis, P. (2023). *Adult and Continuing Education: Theory and Practice*, New York: Nichols Publishing Company.
- (2021). *Learning in Later Lfè: an introduction for educator and carers*,
- Kimmel, D. C. (2020). *Adulthood and Aging: an interdisciplinary, developmental view*, New York, Chichester, Brisbane, Toronto, Singapore: John Willey & Sons, Inc
- Lo, L (2019). *Social Work with the Aging: The Challenge and Proinise of the Later Years*, New York Hagerstown, Philadelphia, San Fransisco, London: Harper & Row Publishers
- Lunandi, AG. (2019). *Pendidikan Orang Dewasa Jakarta: Gramedia Mappa, S & Basleman, A. (1994). Teori Belajar Orang Dewasa. Jakarta: Proyek Pembinaan dan Peningkatan Mutu Tenaga Kependidikan, Dirjen Dikti, Depdikbud.*
- Mappiare, A. (2023). *Psikologi Orang Dewasa*, Surabaya: Usaha Nasional
- Oswari, E. (1997). *Menyongsong Usia Lanjut Dengan Bugar dan Bahagia*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Sastroainidjojo, S. (2021). *Masalah Masa Tua dan Ilmu Penyakit di Masa Tua: Gerontologi dan Geriatri*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Sawitri, S. (Tth). *Persiapan Mental Psikologis dan Masalah Psikologis Pada Lansia dan Upaya Penanggulangannya*, Bandung: UNPAD
- tratemeyer, F. B., Forkner, H. L. and Passow, A. H. (1957). *I)eveloping A Curriculum for Modern Living*, New York, Bureau of Publications Teachers College, Columbia University.
- Taba, H. (2022). *Curriculum Development: Theory and Practice*, San Francisco: Harcourt, Brace & World, Inc
- Yayasan Idayu (Ed) (1984).