

**LAPORAN**  
**KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**SOSIALISASI**  
**PEMBINAAN KELUARGA LANSIA**



**OLEH :**

**Nuraida Wahyuni S., S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**KERJASAMA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI UNTAG 1945 SAMARINDA**  
**PKK PROVINSI KALTIM**  
**SAMARINDA**

**2014**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Kegiatan : Pembinaan Keluarga Lansia  
Kode>Nama Rumpun Ilmu : 5-KM  
Nama : Nuraida Wahyuni S., M.Psi., Psikolog  
(Narasumber)  
NIDN : 1129107101  
Jabatan Fungsional : Dekan Fakultas Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Tempat : Gedung PKK Provinsi Kaltim  
Waktu Pelaksanaan : 28 Februari 2014  
Sumber Pembiayaan : PKK Provinsi Kaltim

Samarinda, 28 Februari 2014

Mengetahui  
Ketua LP3M

Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. FL.Sudiran., M.Si  
NIP. 19480921 197503 1 001

Nuraida Wahyu S., M.Psi., Psikolog  
NIDN : 1129107101



UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SAMARINDA  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

Alamat : Jl. Ir. H. Juanda Kotak Pos No. 1052 Samarinda Telp. (0541) 743390 Fax. (0541) 743390  
Email : lp2m@untag-smd.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 106 /UN.17/LPPM/PkM/2014

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda menugaskan kepada :

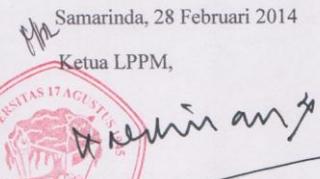
Nama : Nuraida Wahyuni S., S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIDN : 1129107101  
Fakultas / Prodi : Psikologi/Psikologi  
Jabatan Fungsional : Dekan Fakultas Psikologi  
Judul ABDIMAS : Pembinaan keluarga lansia di Gedung PKK Provinsi  
KALTIM.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (PKM dalam rangka memenuhi salah satu tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan judul diatas, dan akan **memberikan laporan akhir penelitian ( hardcopy dan softcopy )** ke LPPM Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.

Demikian Surat Tugas ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Samarinda, 28 Februari 2014

Ketua LPPM,

  
  
Prof. Dr. FL. Sudiran, M.SI  
NIP. 19480921 197503 1 001

## I. PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya perubahan dalam hidup. Usia lanjut pasti akan dialami oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang, terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun. Indonesia mengalami peningkatan jumlah dan proporsi penduduk berusia 60 tahun keatas cukup pesat.

Dengan meningkatnya jumlah penduduk lansia, maka perhatian terhadap lansia perlu ditingkatkan agar terwujud kualitas keluarga yang sejahtera. Kenyataannya, peningkatan jumlah penduduk lanjut usia menimbulkan berbagai masalah diberbagai aspek kehidupan lansia, baik secara individu dalam kaitannya dengan keluarga, masyarakat maupun pemerintah. Permasalahan tersebut berupa aspek kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi. Manusia lanjut usia akan mengalami kemunduran terutama dibidang kemampuan kesehatan fisiknya karena adanya proses penuaan atau perubahan yang dialami lansia sendiri, yang dapat mengakibatkan pada timbulnya gangguan dalam mencukupi kebutuhan hidupnya sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain (*old age ratio dependency*).

kesehatan adalah salah satu upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen bangsa yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat masyarakat setinggi-

tingginya. Seiring dengan semakin kompleksnya permasalahan yang dihadapi lansia, maka PKK Kota Samarinda bekerjasama dengan fakultas psikologi universitas 17 agustus 1945 memiliki suatu program yang berfokus pada kesehatan lansia yaitu melalui program Pembinaan Keluarga Lansia. Program dilaksanakan melalui kegiatan sosialisasi pada tanggal 28 Februari 2014, di gedung PKK Provinsi Kaltim. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, melalui kepedulian dan peran keluarga dalam mewujudkan lansia yang sehat, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mandiri, produktif dan bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat. Dengan demikian, diperlukan kesiapan keluarga khususnya keluarga lansia atau keluarga yang memiliki lansia untuk dapat dibina melalui kelompok kegiatan Bina Keluarga Lansia.

## **B. Tujuan Kegiatan**

1. Mensosialisasikan tentang Pembinaan Keluarga Lansia.
2. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini dapat meningkatkan kesejahteraan lansia

## **II. METODE PENDEKATAN**

### **A. Waktu dan Tempat**

Kegiatan sosialisasi mengenai : “Pembinaan Keluarga Lansia” 28 Februari 2014. Pelaksanaan Gedung PKK Provinsi Kaltim.

### **B. Peserta**

Kegiatan sosialisasi diikuti oleh 80 peserta yang berasal dari orang tua, PKK Provinsi Kaltim, Samarinda.

### **C. Media**

Media yang digunakan dalam kegiatan pelatihan terdiri atas : makalah yang berisi materi sosialisasi, laptop, LCD Proyektor, pengeras suara, dan layar screen.

### **D. Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan meliputi yaitu : (1) membagikan materi kepada semua peserta, (2) narasumber menyampaikan materi dengan menggunakan notebook dan LCD Proyektor disertai dengan penjelasan dan beberapa contoh kasus, dan (3) diskusi / tanya jawab secara langsung antara narasumber / penyaji dengan peserta.

### **III. MATERI**

#### **A. File Power Point Pembinaan Keluarga Lansia**



# PEMBINAAN KELUARGA LANSIA

By :

: Nuraida W. Sulistyani, S.Psi.,  
M. Psi., Psikolog

Menjadi **tua** adalah suatu **proses yang alamiah**



Siklus hidup manusia



# Pengertian Lansia

- Proses menua yang disertai penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain.

# Perubahan Psikologis pada Lansia

- Penurunan fungsi Kognitif
- Penurunan fungsi Psikomotorik
- Kestabilan Emosi
- Penurunan Fungsi dan potensi Seksual

# Perubahan Psikososial

- Memasuki usia Pensiun
- Kedekatan dengan keluarga

# 5 Tipe Kepribadian Lansia



# MENGENALI GAYA LANSIA



# Tipe Kepribadian Konstruktif ( Construction Personality )

- Tipe ini tidak banyak mengalami gejolak, tenang dan mantap sampai sangat tua



# Tipe Kepribadian Mandiri ( Independent Personality )

- Tipe ini ada kecenderungan mengalami post power sindrom, apa lagi jika pada masa lansia tidak diisi dengan kegiatan yang dapat memberikan otonomi pada dirinya



# Tipe Kepribadian Tergantung ( Dependent Personality )

- Tipe ini biasanya sangat dipengaruhi kehidupan keluarga, apabila kehidupan keluarga selalu harmonis maka pada masa lansia tidak bergejolak, tetapi jika pasangan hidup meninggal maka pasangan yang ditinggalkan akan menjadi merana



# Tipe Kepribadian Bermusuhan ( Hostility Personality )

- Tipe ini merasa tidak puas dengan kehidupannya, banyak keinginan yang tidak diperhitungkan sehingga menyebabkan kondisi ekonominya menjadi morat marit



# Tipe Kepribadian Kritik Diri ( Self Hate Personality )

- Tipe ini umumnya terlihat sengsara karena perilakunya sendiri, sulit dibantu orang lain atau cenderung membuat susah dirinya.



## 3 Komponen penting yang berpengaruh pada lansia

1. Pendidikan : di negara-negara maju lansia masih berusaha menempuh jenjang pendidikan yang lebih tinggi
2. Pekerjaan : mulai berkurangnya lahan pekerjaan
3. Kesehatan : mulai terjadi penurunan fungsi tubuh dan organ

# YANG HARUS DILAKUKAN SEBAGAI LANSIA

1. Mengenal **FUNGSI**
2. Mengenal **PERAN**

# PERAN

1. Peran grandparent menjadi lebih penting.
2. Masa/lama menjadi grandparent lebih panjang.
3. Harapan hidup lebih tinggi multigenerational families keluarga dengan beberapa generasi.
4. Pengalaman hidup sangat menentukan status parent-grandparent.

# FUNGSI

1. Penghubung masa lampau – sekarang – akan datang.
2. Sosok pribadi yang lebih bersedia mendengarkan dan menyediakan waktu lebih banyak.
3. Penuh perhatian dan selalu siap membantu /menolong.
4. Bersikap lebih toleran, fleksibel, berwawasan luas.

**SEKIAN TERIMA KASIH**