

OPTIMALISASI PEMAHAMAN LANSIA TERHADAP PENTINGNYA AKTIVITAS SOSIAL DI MASYARAKAT

Endang Sri Wahyuni ^{1*}, Retna Febri Arifiati ²

Correspondensi e-mail: endangsriwahyuni84@gmail.com

^{1,2}Jurusan Terapi Okupasi, Poltekkes Kemenkes Surakarta

ABSTRACT

Background: The elderly are a group that is vulnerable to decreased physical function and social isolation, so they need empowerment efforts to improve their quality of life. However, many elderly people still have the view that social activities are only for young people or those who are still productive. The purpose of this service is to increase the understanding of the elderly about the importance of social activities in the community through participatory education. Methods: The activity was carried out at Posyandu Lansia Dukuh Tempuran, Bolon Village, on May 17, 2025, using the method of counseling, discussion, and showing educational videos based on the persistent life situations curriculum. The subjects were 41 people consisting of elderly people, cadres, and local midwives. Data were collected using pre and post- counseling questionnaires to assess changes in elderly knowledge. Results: There was a significant increase in the level of knowledge of the elderly, with an average pre-score of 4.68 rising to 9.29 post-counseling. Active participation of the elderly during the activity showed a positive response to the material presented. Conclusion: Counseling is effective in increasing the awareness of the elderly about the importance of social activities for mental and physical health. Follow-up by cadres and regional stakeholders is needed so that the program is sustainable and can reach more elderly people..

ABSTRAK

Latar belakang: Lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami penurunan fungsi fisik dan isolasi sosial, sehingga memerlukan upaya pemberdayaan untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Namun, masih banyak lansia yang memiliki pandangan bahwa aktivitas sosial hanya untuk usia muda atau yang masih produktif saja. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya aktivitas sosial di masyarakat melalui edukasi yang partisipatif. Metode: Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Lansia Dukuh Tempuran, Desa Bolon, pada 17 Mei 2025, dengan metode penyuluhan, diskusi, dan tayangan video edukasi berdasarkan kurikulum persistent life situations. Subjek kegiatan sebanyak 41 orang terdiri dari lansia, kader, dan bidan setempat. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pre dan post penyuluhan untuk menilai perubahan pengetahuan lansia. Hasil: Adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan lansia, dengan rata-rata skor pre 4,68 naik menjadi 9,29 post penyuluhan. Partisipasi aktif lansia selama kegiatan menunjukkan respon positif terhadap materi yang disampaikan. Kesimpulan: Penyuluhan efektif meningkatkan kesadaran lansia tentang pentingnya aktivitas sosial untuk kesehatan mental dan fisik. Diperlukan tindak lanjut oleh kader dan pemangku wilayah agar program berkelanjutan dan dapat menjangkau lebih banyak lansia.

ARTICLE INFO

Submitted: 30 Mei 2025

Revised: 06 Juni 2025

Accepted: 18 Juni 2025

Keywords:

Elderly; Elderly Understanding;
Social Activity; Community

DOL: 10.55080/jim.v3i3.1419

Kata kunci:

Lansia; Pemahaman Lansia;
Aktivitas Sosial; Masyarakat

PENDAHULUAN

Lansia (lanjut usia) merupakan kelompok masyarakat yang membutuhkan perhatian khusus karena kondisi fisik, psikologis, dan sosial mereka cenderung lebih rentan dibandingkan kelompok usia lainnya. Menurut BPS tahun 2022, jumlah lansia di Indonesia mencapai sekitar 27 juta jiwa atau 9,6% dari total populasi. Dengan meningkatnya angka harapan hidup, jumlah lansia diprediksi akan terus bertambah. Di era demografi saat ini, jumlah lansia semakin meningkat pesat dan menjadi bagian penting dalam struktur populasi. Keberadaan lansia tidak hanya berkaitan dengan beban sosial, tetapi juga memiliki potensi besar untuk memberikan kontribusi positif bagi lingkungannya jika diberdayakan secara optimal. Namun, banyak lansia mengalami penurunan fungsi fisik dan mental, serta cenderung mengalami isolasi sosial akibat berkurangnya partisipasi dalam aktivitas komunitas. Fenomena ini sering kali menyebabkan penurunan kualitas hidup dan meningkatnya risiko gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan (Pratiwi et al., 2022).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah lansia di Indonesia mencapai lebih dari 28 juta jiwa atau sekitar 10,5% dari total penduduk nasional. Angka ini menunjukkan bahwa Indonesia telah memasuki fase transisi demografi dengan proporsi lansia yang signifikan. Di tingkat provinsi, Jawa Tengah memiliki jumlah lansia terbesar kedua setelah Jawa Barat, yaitu sekitar 4,3 juta jiwa atau 12,3% dari total penduduk Jawa Tengah (BPS Jateng, 2023). Kabupaten Karanganyar sebagai salah satu wilayah di Jawa Tengah memiliki jumlah lansia sebanyak 127.926 jiwa atau sekitar 12,8% dari total penduduk pada tahun 2022. Di Kecamatan Colomadu, jumlah lansia tercatat sebanyak 8.534 jiwa, dengan Desa Bolon menjadi salah satu desa dengan jumlah lansia cukup signifikan, yaitu sekitar 450 jiwa (BPS Kabupaten, 2024).

Proses penurunan fungsi organ pada lansia, berpengaruh pada kemampuan mobilitas yang dimiliki sehingga berdampak terhadap semakin berkurangnya kontak sosial yang dapat dilakukan. Adapun permasalahan sosial yang paling sering dialami oleh lansia adalah kurangnya kesempatan berkumpul dengan anak dan cucu sehingga aktivitas sosial menjadi terbatas (Kumintang, 2017). Salah satu tantangan utama dalam pemberdayaan lansia adalah rendahnya partisipasi sosial mereka dalam kehidupan bermasyarakat. Banyak lansia yang merasa tidak memiliki ruang atau kesempatan untuk tetap aktif secara sosial. Faktor-faktor seperti keterbatasan mobilitas, kurangnya informasi, dan stigma negatif terhadap lansia menyebabkan mereka semakin terisolasi. Selain itu, lansia juga mengalami penurunan pada tingkat partisipasi sosialnya sehingga aktivitas sosial menjadi terganggu.

Aktivitas sosial merupakan salah satu dari aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh lansia yang menjadi dasar terbentuknya proses sosial. Lansia yang sukses adalah lansia yang mempunyai aktivitas sosial di lingkungannya (Sustrami & Rahmah, 2017). Menurut Latifa (2020), aktivitas sosial yang dilakukan bersama keluarga maupun sesama lansia akan memiliki banyak manfaat terlebih lagi jika aktivitas tersebut mengandung unsur aktivitas fisik dan religius, memuat sharing informasi, sharing pengalaman, dan hal menyenangkan akan membuat hati terhibur. Hasil riset TNP2K tahun 2020 memaparkan bahwa semakin aktif lansia dalam melakukan aktivitas sosial maka semakin baik kualitas hidupnya. Selain itu, aktivitas sosial dapat berfungsi sebagai aktivitas hiburan dan dapat meningkatkan kebermaknaan hidup karena masih bermanfaat untuk orang lain, mempunyai banyak teman, dan meningkatkan religiusitasnya apabila aktivitas tersebut bersifat sosial keagamaan. Sehingga pemahaman lansia terhadap pentingnya aktivitas sosial sangat penting untuk dikembangkan sebagai upaya preventif dalam menjaga kesehatan mental dan fisik mereka. Berdasarkan teori okupasi, aktivitas yang bermakna dapat meningkatkan kualitas hidup lansia, termasuk dalam hal partisipasi sosial (Wilcock & Hocking, 2022). Partisipasi dalam kegiatan bersama masyarakat dapat membantu lansia merasa berguna, diterima, dan memiliki tujuan hidup.

Oleh karena itu, diperlukan program edukasi yang dirancang secara tepat sasaran dan melibatkan pendekatan partisipatif agar dapat membangun kesadaran lansia akan pentingnya aktivitas sosial. Program tersebut harus melibatkan bukan hanya tenaga profesional, tetapi juga dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial lansia. Pemerintah telah menyusun beberapa kebijakan untuk mendukung kesejahteraan lansia, salah satunya adalah pembentukan Posyandu Lansia yang bertujuan untuk meningkatkan akses layanan kesehatan

JURNAL INDONESIA MENGABDI

<http://tahtamedia.co.id/index.php/jim>

dan aktivitas sosial bagi lansia. Selain itu, pemerintah telah melakukan beberapa upaya untuk meningkatkan kesejahteraan lansia melalui kebijakan dan program yang holistik, diantaranya: program kesehatan lansia, dana pensiun dan jaminan sosial, perumahan lansia, pendidikan dan pelatihan, serta program sosial dan rekreasi. Program sosial dan rekreasi bertujuan untuk menciptakan lingkungan sosial yang sehat bagi lansia. Kegiatan tersebut meliputi: klub lansia, program seni dan budaya, serta olahraga ringan yang dapat membantu mencegah isolasi sosial dan memberikan lansia kesempatan untuk tetap terlibat di dalam masyarakat (Birokrasi, 2023). Namun, implementasi program-program tersebut belum merata di tingkat desa, termasuk di Desa Bolon. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan sumber daya manusia, infrastruktur, serta kurangnya koordinasi antara lembaga pemerintah dan masyarakat lokal.

Sebagai salah satu desa di wilayah Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah yaitu Desa Bolon dengan luas wilayah sekitar 7,5 km dan terbagi menjadi 7 wilayah tradisional kebayanan. Kebayanan tersebut meliputi: Bolon, Gonggangan, Tempuran, Madoh, Jetak, Ngendro, dan Pucung. Tingkat kepadatan penduduk sebesar 3,33 dengan jumlah penduduk kurang lebih 1.800 jiwa (BPS Kabupaten, 2024). Berdasarkan informasi dari kader Posyandu Lansia Dukuh Tempuran, hanya sekitar 70 dari 180 lansia yang terdata aktif dalam kegiatan Posyandu lansia. Sebagian besar lansia berpandangan bahwa aktivitas sosial hanya untuk orang muda atau mereka yang masih produktif secara ekonomi. Pandangan ini mungkin disebabkan oleh minimnya edukasi tentang manfaat aktivitas sosial bagi kualitas hidup lansia, baik secara fisik maupun mental. Saat ini, lansia memerlukan motivasi dan pemahaman pentingnya aktivitas sosial bagi kesehatan dan kesejahteraan.

Oleh karena itu, diperlukan upaya nyata untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada lansia melalui aktivitas sosial yang dapat meningkatkan kesejahteraan mereka. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui program peningkatan aktivitas sosial yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat, pemerintah, dan lembaga terkait. Berdasarkan pemaparan di atas, dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat ini difokuskan untuk penyegaran dan optimalisasi pemahaman tentang pentingnya aktivitas sosial pada lansia untuk meningkatkan kualitas kesehatan sekaligus partisipasi sosialnya. Adapun pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyuluhan, edukasi, dan diskusi kepada lansia terkait pemahaman tentang pentingnya aktif dalam aktivitas sosial di masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada Sabtu, 17 Mei 2025 yang dimulai pukul 10.00 WIB sampai dengan selesai di posyandu lansia Dk. Tempuran. Sasaran edukasi berjumlah 41 peserta yang terdiri dari ibu bidan, ketua dan anggota kader posyandu lansia, serta lansia Dukuh Tempuran. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan mengutamakan keterlibatan aktif lansia dalam proses pembelajaran dan pengambilan keputusan. Pendekatan edukatif-partisipatif adalah metode pembelajaran yang menggabungkan aspek edukasi (pemberian informasi/keterampilan) dengan partisipasi aktif dari peserta didik. Dalam konteks lansia, pendekatan ini menempatkan mereka sebagai subjek yang memiliki pengalaman hidup dan pengetahuan yang dihargai, serta terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Sehingga tujuannya bukan hanya mentransfer ilmu, tetapi juga meningkatkan kemampuan, rasa percaya diri, dan kemandirian lansia melalui proses belajar yang relevan dengan kebutuhan mereka (Suprayogi, n.d.). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner berisi 10 pertanyaan tertutup untuk menilai pemahaman lansia tentang pentingnya aktivitas sosial sebelum dan setelah diberikan edukasi.

Tahapan program kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi: a. Persiapan: menyusun materi penyuluhan, persiapan alat, dan media berupa leaflet, poster serta video edukasi; b. Pelaksanaan: penyuluhan dengan materi konsep aktivitas sosial, manfaat psikologis-fisiologis, dan contoh nyata aktivitas sosial lansia di masyarakat lain. Metode yang digunakan sesuai dengan kurikulum pembelajaran persistent life situations, dengan kegiatannya meliputi: diskusi kelompok, cerita pengalaman nyata, dan menayangkan video inspiratif; c. Evaluasi: membagikan kuesioner pre dan post kegiatan penyuluhan. Analisis data dilakukan secara deskriptif

statistik untuk mengetahui peningkatan pengetahuan lansia terhadap aktivitas sosial. Hasil tersebut dihitung dalam skala presentase dengan membandingkan hasil pre dan post kegiatan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana dengan baik, lancar, dan tujuan kegiatan dapat tercapai. Lansia telah menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya aktivitas sosial lansia bagi kesehatan dan partisipasinya di masyarakat. Berdasarkan hasil wawancara dan diskusi yang dilakukan dengan lansia, didapatkan hasil berupa perubahan pengetahuan tentang pentingnya melakukan aktivitas sosial di masyarakat. Dokumentasi kegiatan dipaparkan pada Gambar 1. Kegiatan penyuluhan lansia Dukuh Tempuran.



Sumber: Data pengabdian masyarakat (2025)

Data karakteristik lansia dapat dicermati pada Tabel 1. Karakteristik responden penyuluhan partisipasi lansia melalui kegiatan senam lansia.

Tabel 1. Karakteristik responden penyuluhan aktivitas sosial lansia

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia (tahun)			
45-59	Usia pertengahan	8	19,5
60-74	Lanjut usia	30	73,2
75-90	Lanjut usia tua	3	7,3
>90	Usia sangat tua	0	0
Total		41	100
Jenis kelamin			
Laki-laki		9	22
Perempuan		32	78
Total		41	100
Tingkat pendidikan			
Tidak sekolah		15	36,6
SD		14	34,1
SMP		10	24,4
SMA		1	2,4
S1		1	2,4
Total		41	100

Sumber: Olah data pengabdian masyarakat (2025)

Data karakteristik responden adalah sebagai berikut: mayoritas responden memiliki rentang usia lanjut usia (60– 74 tahun), sebanyak 30 subjek (73,2%). Sedangkan rentang usia lanjut usia tua (75-90 tahun) memiliki jumlah paling sedikit yaitu 3 subjek (7,3%). Hal ini senada dengan data BPS (2024) yang memaparkan bahwa komposisi usia didominasi oleh lansia muda berumur 60-69 tahun dengan persentase 63,29%, diikuti oleh kelompok lansia madya sebesar 28,11%, dan terakhir adalah lansia tua sebesar 8,61%. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 32 subjek (78%). BPS tahun 2024 mencatat persentase lansia perempuan sebesar 52,20% lebih besar daripada laki-laki 47,80%. Adapun tingkat pendidikan didominasi oleh lansia yang tidak sekolah yaitu 15 orang (36,6%) dan disusul lansia dengan tamatan Sekolah Dasar (SD) sejumlah 14 lansia (34,1%). Kata Data Media Network didapatkan bahwa lansia Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebanyak 32,42% memiliki tingkat pendidikan SD/ sederajat dan 11,68% tidak pernah sekolah (Muhamad, 2023). Hal ini dipengaruhi oleh kondisi historis, seperti: keterbatasan akses pendidikan saat mereka lahir dan tumbuh dewasa (abad ke-20), faktor geografis dan ekonomi yang membuat pendidikan tidak menjadi prioritas, serta rendahnya kesadaran pentingnya pendidikan di masa lalu.

Data perubahan pengetahuan lansia dapat dicermati pada Tabel 2. Hasil pre dan post penyuluhan berikut ini.

Tabel 2. Hasil pre dan post penyuluhan

Hasil Penyuluhan	Total	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Pre penyuluhan	41	3	8	4,68	1,128
Post penyuluhan	41	7	10	9,29	0,901
Total	41				

Sumber: Olah data pengabdian masyarakat (2025)

Berdasarkan Tabel 2, dapat dicermati bahwa rata-rata tingkat pengetahuan lansia sebelum penyuluhan sebesar 4,68 dengan nilai minimal 3 dan maksimal 8. Sedangkan tingkat pengetahuan rata-rata setelah penyuluhan adalah 9.29 dengan nilai minimal 7 dan maksimal 10. Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan pada lansia setelah mengikuti penyuluhan. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan dengan menggunakan kurikulum/metode *persistent life situation* dengan media leaflet, poster, dan video edukasi terhadap tingkat pengetahuan lansia tentang optimalisasi pemahaman pentingnya aktivitas sosial bagi lansia di masyarakat. Penerapan kurikulum *persistent life situation* pada lansia dibangun berdasarkan pengalaman belajar yang dimiliki lansia, penguasaan varian pengalaman belajar, dan materi yang dipelajari merupakan kebutuhan dari para usia lanjut akan memberikan pengalaman belajar dan penguasaan materi pembelajaran sesuai dengan daya yang dimiliki oleh usia lanjut sehingga lansia mampu menyerap materi secara optimal (Suprayogi, n.d.). Media visual seperti leaflet dan poster merupakan bentuk sederhana namun mampu menyajikan satu ide yang dapat mencapai satu tujuan pokok, berwarna, memiliki slogan khusus, serta tulisan yang jelas dan bervariasi dapat mempermudah dan mempercepat lansia menangkap pesan yang disajikan (Kodir et al., 2021). Sementara itu, video edukasi memberikan manfaat tambahan melalui kombinasi suara dan gambar dinamis yang memudahkan proses pemahaman konsep-konsep kompleks, termasuk manfaat interaksi sosial yang aktif (Fajrin, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Febrianti *et al.* tahun 2025 menemukan bahwa pendidikan kesehatan melalui media video memiliki kelebihan dalam memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan karena video melibatkan indera pendengaran sekaligus indera penglihatan. Media audio visual ini mampu menciptakan hasil belajar yang lebih baik dalam hal mengingat, mengenali, mengingat kembali, dan menghubungkan- hubungan fakta serta konsep sehingga responden mudah memahami informasi kesehatan yang diberikan melalui video visual. Oleh karena itu, penerapan strategi penyuluhan dan media yang tepat sasaran sangat penting untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran lansia mengenai pentingnya optimalisasi aktivitas sosial sebagai bagian dari penuaan sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa lansia merupakan kelompok yang rentan secara fisik, psikologis, dan sosial, sehingga membutuhkan perhatian khusus untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Salah satu upaya yang efektif adalah melalui peningkatan partisipasi dalam aktivitas sosial yang tidak hanya mencegah isolasi sosial, tetapi juga memberikan manfaat psikologis dan fisiologis bagi lansia. Program edukasi dengan pendekatan partisipatif menggunakan metode persistent life situation dan media visual seperti leaflet, poster, serta video edukasi terbukti mampu meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya aktivitas sosial, sebagaimana dibuktikan melalui peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 4,68 sebelum penyuluhan menjadi 9,29 setelah penyuluhan. Pelaksanaan kegiatan ini menunjukkan perlunya pendekatan kolaboratif antara pemerintah, masyarakat, dan keluarga dalam mendukung pemberdayaan lansia melalui program yang inklusif dan berkelanjutan. Lansia telah menyepakati adanya kegiatan sosial rutin yang akan dilakukan untuk meningkatkan kesehatan dan partisipasinya di masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memerlukan tindak lanjut yaitu: kader dan pemangku wilayah (dusun, RT) diharapkan dapat bekerjasama untuk meneruskan program kegiatan yang sudah dirancang meskipun kegiatan pengabmas telah berakhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Birokrasi, S. (2023). 5 Cara yang Dapat Dilakukan Pemerintah untuk Meningkatkan Kesejahteraan Lansia. 8 Desember 2023. <https://seputarbirokrasi.com/5-cara-yang-dapat-dilakukan-pemerintah-untuk-meningkatkan-kesejahteraan-lansia/>
- BPS. (2022). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022. In Badan Pusat Statistik. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2022/12/27/3752f1d1d9b41aa69be4c65c/statistik-penduduk-lanjut-usia-2022.html>
- BPS. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In Badan Pusat Statistik (Vol. 20). Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>
- BPS. (2024). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024. Badan Pusat Statistik <https://www.bps.go.id>.
- BPS Jateng. (2023). Provinsi Jawa Tengah Dalam Angka 2023. In Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. <https://web-api.bps.go.id/download.php?f=cMk7R31AnN8I4XgqhVSM31dQKy80MUUwV0kvNVZkSmRpdWhMV0RrQWVvNWdCK1dCM2VjQldOcmFNSVplUDIUWTFqWlXtG1sbjNNTWgzRWJTeFJLSE1WQUVYVnpPWIA4YmRxaYZBekEyYW8yazlkYIM0blBMWllaTTZUYVf0dVhrMU0rQXozNkR0V2JBSzMrckwxZkNlVGRIUk5c2VRWV>
- BPS Kabupaten, K. (2024). Kabupaten Karanganyar dalam Angka 2024. In Badan Pusat Statistik Kabupaten Karanganyar (Vol. 38). <https://karanganyarkab.bps.go.id/id/publication/2024/02/28/3a6e4e056b8467959c174645/kabupaten-karanganyar-dalam-angka-2024.html>
- Fajrin, P. A. (2023). PPengaruh Video Edukasi terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Lansia dalam Mengikuti Posyandu di Dusun Sorogenen Desa Menayu Kecamatan Muntlan Kabupaten Magelang. In Skripsi. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Febrianti, P., Kurniyanti, M. A., & Retnaningrum, D. N. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan BErbasis Video Visual tentang Senam Lansia terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Lansia. 9(1), 797–803.
- Kodir, Wulan Sari, N., Margiyati, & Rositayani, N. S. (2021). Pengaruh Media Poster dan Power Point terhadap Pengtahuan Lansia terkait Covid-19 di Kota Semarang. Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana, 3(2), 25–33.
- Kumintang, A. C. (2017). Hubungan Fungsi Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia di Padukuhan Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. <https://digilib.unisayogyta.ac.id/2512/>

- Latifa, R. (2020). Manfaat Aktivitas Sosial Bagi Lansia. Internet. <https://www.geriatri.id/artikel/664/manfaat-aktivitas-sosial-bagi-lansia>
- Muhamad, N. (2023). Mayoritas Lansia Indonesia Berpendidikan Rendah pada 2023. Katadata Media Network.
- Pratiwi, A., Utomo, S., & Widyarini, N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Sosial Lansia di Wilayah Perkotaan dan Pedesaan . Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta, 10(1), 45–53. <https://doi.org/10.30595/jikk.v10i1.11025>
- Suprayogi, U. (n.d.). Pendidikan Usia Lanjut. Universitas Pendidikan Indonesia. [http://file.upi.edu/Direktori/SPS/PRODI.PENDIDIKAN_LUAR_SEKOLAH/196005091986031-UGI_SUPRAYOGI/Pendidikan Usia Lanjut 2.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/SPS/PRODI.PENDIDIKAN_LUAR_SEKOLAH/196005091986031-UGI_SUPRAYOGI/Pendidikan_Usia_Lanjut_2.pdf)
- Sustrami, D., & Rahmah, B. (2017). Hubungan Aktivitas Sosial Lansia terhadap Kualitas Hidup di Pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya. Jurnal Keperawatan Malang (JKM), 2(1), 30–36. <https://doi.org/10.36916/jkm.v2i1.16>
- TNP2K. (2020). Situasi Lansia di Indonesia dan Akses terhadap Program Perlindungan Sosial: Analisis Data Sekunder. In TNP2K (Vol. 10, Issue 2). <https://kms.kemenkopm.go.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=818&bid=591>
- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2022). An Occupational Perspective of Health (4th ed.) (4th ed.). Slack Inc.