

LAPORAN AKHIR

PROGRAM *LIFESKILLS* UNTUK WARGA USIA LANJUT (WULAN) DAN PEREMPUAN DI LINGKUNGAN KAMPUS IPB DARMAGA KABUPATEN BOGOR



Kerjasama :
AGRIANITA – INSTITUT PERTANIAN BOGOR
Dengan
**DIREKTORAT PENDIDIKAN MASYARAKAT
DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN NON FORMAL DAN INFORMAL
KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
MARET 2011**

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Program *Lifeskills* Untuk Warga Usia Lanjut (Wulan) di Lingkungan Kampus IPB Darmaga Kabupaten Bogor
2. Lembaga Pelaksana : Agrianita - IPB
3. Ketua Lembaga
 - a. Nama Lengkap : Ibu Eny Herry Suhardiyanto
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. Alamat Kantor : Kampus IPB Darmaga Jl. Raya Darmaga Bogor, Indonesia, 16680
 - d. Telp : 0251 – 8621601
 - e. Alamat Rumah : Perumahan IPB Sindang Barang 2 Jl. Neptunus Blok J.2 Bogor
 - f. Telp/HP : 0251 – 8624717/ 08121106917
4. Dana Kegiatan : Rp. 40.000.000,-

Bogor, Maret 2011
Koordinator Bidang Wulan
Sie. Kesejahteraan Sosial
AGRIANITA-IPB

Prof. Dr. Clara M. Kusharto, M.Sc
NIP 19510719 1984703 2 001

LEMBAGA PENYELENGGARA

1	Nama Lembaga	:	AGRIANITA-IPB
2	Alamat Lembaga	:	Kampus IPB Darmaga Jl. Raya Darmaga Bogor, Indonesia 16680
3	Nama Ketua	:	Ibu Eny Herry Suhardiyanto
4	No Telp/HP	:	0251 – 8624717/08121106917

URAIAN KEGIATAN

A. Pelatihan Pembuatan *Handicraft* Berbahan Dasar Kokon Sutera

Pelatihan pembuatan bunga dari kokon ulat sutera dilaksanakan tanggal 2 dan 3 Desember 2010 di Wisma Land Huis, Institut Pertanian Bogor (Gambar 1).



Gambar 1 Peserta pelatihan handicraft berbahan dasar kokon sutera

Tujuan dan sasaran kegiatan

Meningkatkan keterampilan produktif (lifeskill) lansia, sehingga mereka mampu berusaha secara bersama-sama atau mandiri untuk memperkuat kehidupan diri dan keluarganya.

Fasilitas/sarana kegiatan yang digunakan

Fasilitas yang digunakan berupa gedung tempat pertemuan, LCD, modul materi pelatihan serta peralatan dan bahan pelatihan. Adapun peralatan dan bahan yang digunakan dalam membuat kerajinan berbahan dasar kokon ini adalah kokon ulat sutera, kokon ulat sutera liar, solder berikut berbagai jenis pembentuk, gunting kerajinan berujung lancip,

pinset anatomis, sapatangan/kain, tang kerajinan (set), jarum jahit, jarum pentul, lem serbaguna, lem putih/lem tekstil, bambu/lidi/kawat/kawat email/kawat aksesoris, tisu, aneka peniti, pin, jepit polos, bando, benang. Peralatan dan bahan untuk pewarnaan diantaranya pewarna batik, panci, kompor, ember, pengaduk dan air bersih.

Langkah –langkah dan proses pelaksanaan kegiatan

Kegiatan ini diawali dengan pembukaan, kemudian sambutan dari Ketua Agrianita yaitu Ibu Eny Herry Suhardiyanto; sambutan dari kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Bogor yaitu H. Didi Kurnia, SH, M.Si; serta sambutan dari Prof. Dr. Clara. M. Kusharto, M.Sc sebagai ketua pelaksana kegiatan (Gambar 2). Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi pelatihan yang disampaikan oleh dua orang instruktur dari KAGOSI (Kaliurang Gold Silk) – Yogyakarta, yaitu Ibu Anita dan Mbak Warni. Pelatihan ini berlangsung dari pukul 08.00 sampai pukul 17.00 WIB.



Gambar 2 Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Bogor sedang memberikan sambutan

Selama dua hari peserta diajarkan cara membuat bunga dari kokon dan juga cara pewarnaan. Selain itu instruktur memberikan pengetahuan dasar atau pengenalan tentang jenis-jenis kokon dan cara perawatannya. Semua peserta diberikan modal peralatan untuk membuat bunga seperti kokon, pewarna, lem, gunting, pinset dan bahan lainnya.

Indikator kunci keberhasilan dan pencapaian

Kegiatan pelatihan ini telah berhasil meningkatkan keterampilan (lifeskill) lansia, terlihat dari karya yang dihasilkan, berupa bunga berbahan dasar kokon

(Gambar 3). Jika keterampilan ini di asah terus dan dikembangkan dengan baik maka para lansia ini akana mampu berusaha secara bersama-sama atau mandiri untuk memperkuat kehidupan diri dan keluarganya.



Gambar 3. Beberapa peserta dengan hasil karyanya selama pelatihan

Mitra kerja

Pada kegiatan pelatihan kerajinan berbahan dasar kokon ini, panitia bermitra dengan KAGOSI (Kaliurang Gold Silk) Yogyakarta. Kagosi merupakan sanggar kerajinan berbahan dasar kokon yang berasal dari Kota Kaliurang Yogyakarta dan telah menghasilkan banyak varian kerajinan berbahan dasar kokon. Tim Kagosi pada awal kemunculannya dilatih oleh pengrajin kerajinan berbahan dasar kokon dari Jepang. Pada kegiatan pelatihan ibu-ibu lansia Wulan – IPB ini, pimpinan Kagosi (Ibu Anita) berkesempatan untuk menjadi instruktur yang dibantu oleh asistennya (Warni) (Gambar 4).



Gambar 4. Instruktur sedang memberikan penjelasan tentang cara pembuatan kerajinan tangan dari kokon sutera

Rencana kegiatan pasca program

Kegiatan pasca program pelatihan kerajinan adalah pendampingan yang dilakukan terhadap peserta yang berminat untuk terus berkarya membuat kerajinan berbahan dasar kokon, serta membantu pemasaran produk yang dihasilkan.

B. Penyuluhan Tentang Perawatan Dan Pengasuhan Lansia

Penyuluhan tentang perawatan dan pengasuhan lansia dilaksanakan pada tanggal 14 dan 15 Desember 2010 (Gambar 5).



Gambar 5. Peserta pelatihan pengelolaan *home care* lanjut usia

Tujuan dan sasaran kegiatan

Meningkatkan kemampuan peserta dalam melakukan perawatan dan pengasuhan lansia, serta meningkatkan motivasi dan etos kerja yang tinggi serta dapat bekerja secara profesional, khususnya dalam bidang perawatan dan pengasuhan lansia.

Fasilitas/sarana kegiatan yang digunakan

Fasilitas yang digunakan adalah gedung pertemuan, LCD, modul materi serta alat-alat praktek.

Langkah –langkah dan proses pelaksanaan kegiatan

Hari Pertama (14 Desember 2010)

Kegiatan hari pertama meliputi pembukaan, kemudian sambutan dari Ketua Yayasan Damandiri yang diwakili oleh Dr. Rohadi Haryanto, MSc, dan sambutan serta pengantar materi yang disampaikan oleh Ibu Harina Yuhetti perwakilan dari Depdiknas (Gambar 6). Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi yang disampaikan Prof. Dr. Clara M. Kusharto, M.Sc dan Drs. Sofyan Manurung dari Yayasan Emong Lansia (YEL) Jakarta.

Kegiatan yang dihadiri 28 orang peserta dilaksanakan di Wisma Land Huis IPB mulai dari pukul 08.30 WIB sampai pukul 17.00 WIB.



Gambar 6. Ibu Harina Yuhetti sedang memberikan sambutan dan materi pengantar

Prof. Dr. Clara M. Kusharto menyampaikan materi tentang peran dan aksi *Silver College* IPB sebagai wadah penggiat bagi para lansia untuk berkiprah dan terus mengembangkan diri bagi kemanfaatan diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Peran *Silver College* IPB adalah memberikan kesiapan bagi para Lansia untuk membangun kembali kiprah dan citra diri dalam memberikan pilihan baru, berperan dalam kesempatan kedua membangun Negara, Masyarakat dan Keluarga. Aksi nyata *Silver College* IPB diantaranya kampanye membangun budaya (*Workfare Society*) dan pelatihan keterampilan bagi lansia sehat yg masih mau dan siap membangun tetapi kurang mampu menciptakan sendiri lapangan kerja (Gambar 7).



Gambar 7. Prof. Dr. Clara M. Kusharto sedang menyampaikan peran dan aksi *Silver College* IPB

Materi pengelolaan *Home Care* lanjut usia yang disampaikan oleh Drs. Sofyan Manurung dibagi menjadi 2 sesi, yaitu sesi materi dan sesi praktek yang dilakukan pada hari kedua. Sesi pertama yaitu penyampaian materi dan tanya jawab diawali dengan pemaparan gambaran umum lansia, kemudian penjelasan mengenai hak, permasalahan serta potensi lansia di Indonesia saat ini. Penjelasan selanjutnya tentang pengelolaan *home care* lansia meliputi pengertian lembaga *home care*, lansia dan tenaga pendamping, prinsip dan persyaratan tenaga pendamping, fungsi dan peran pendamping, hak dan kewajiban pendamping, mekanisme pengelolaan, serta teknik pendampingan (Gambar 8). Selama kegiatan berlangsung, peserta pelatihan cukup antusias dan aktif bertanya.



Gambar 8. Drs. Sofyan Manurung sedang menyampaikan materi pengelolaan *home care* lanjut usia

Sesi kedua yang dilaksanakan pada hari berikutnya merupakan praktek atau simulasi materi pengelolaan *home care*. Sesi ini dilakukan di Pusat Kegiatan Lanjut Usia (PKLU) Tegal Alur - YEL Jakarta. Dalam simulasi ini beberapa peserta diminta untuk maju dan mempraktekkan teknik pendampingan dan komunikasi terhadap lansia yang tinggal di PKLU.

Hari Kedua (15 Desember 2010)

Hari kedua kegiatan praktek pelatihan *Home Care* dilakukan dengan berkunjung ke Pusat Kegiatan Lanjut Usia (PKLU) Tegal Alur - Yayasan Emong Lansia (YEL) serta Senior Club di Pantai Indah Kapuk - Jakarta. Kunjungan ini diikuti oleh 25 orang peserta. Pukul 07.00 WIB rombongan peserta berangkat dari Kampus IPB Dramaga dan tiba di lokasi pertama yaitu kantor YEL Jakarta pukul 10.30 WIB (Gambar 9).



Gambar 9. Peserta kunjungan ke YEL dan Senior Club



Gambar 10. Penerimaan secara resmi rombongan ibu-ibu WULAN - IPB di ruang pertemuan PKLU-YEL



Gambar 11. Peserta sedang melakukan praktek dan simulasi

Tiba di kantor YEL rombongan peserta disambut oleh pengurus YEL dan para relawan kegiatan Home Care YEL (Gambar 10). Peserta berkumpul di ruangan pertemuan YEL untuk diterima secara resmi dan diberikan pengarahan serta pembagian kelompok. Peserta dibagi menjadi 6 kelompok dan setiap kelompok didampingi oleh 2 orang sukarelawan Home Care YEL. Setiap kelompok mengunjungi satu orang lansia binaan YEL (Gambar 11). Selama proses pendampingan peserta berusaha mempraktekan materi Home Care Giver yang diperoleh dari materi pada hari pertama (Gambar 12). Selain itu peserta juga belajar dari para relawan yang telah memiliki pengalaman selama 7 tahun dalam pelaksanaan Home Care YEL. Respon positif juga diperoleh dari para lansia yang dikunjungi. Mereka merasa sangat terbantu dengan adanya kegiatan Home Care YEL selama ini. Setiap lansia diberikan bingkisan berupa makanan tambahan bagi lansia.



Gambar 12. Peserta mengunjungi lansia binaan YEL untuk mempraktekkan materi yang diperoleh pada hari pertama



Gambar 13. Peserta bersama Drs. Sofyan Manurung mendiskusikan studi kasus beberapa lansia binaan YEL yang telah dikunjungi

Setelah semua peserta selesai mengunjungi para lansia kemudian kembali ke kantor YEL, peserta berkumpul kembali diruangan pertemuan YEL untuk dilaksanakan diskusi dan tanya jawab mengenai kunjungan yang telah dilakukan. Diskusi dipimpin oleh Drs. Sofyan Manurung. Peserta mengkonsultasikan kasus yang diperoleh di lapangan kepada Drs. Sofyan Manurung dan bersama-sama mencari solusi dari kasus tersebut (Gambar 13).

Kunjungan kedua adalah ke Senior Club Indonesia (SCI). SCI adalah klub eksklusif di Indonesia khusus ditujukan bagi para warga senior diatas 60 tahun. Terletak dilingkungan yang luas, nyaman dan tentram di kawasan pemukiman di Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara.

SCI menampung para warga Senior untuk saling bersosialisasi dan berinteraksi dengan rekan sebayanya untuk memanfaatkan waktu luang serta memperoleh kebahagiaan dalam usia emas mereka.



Gambar 14. Penerimaan rombongan ibu-ibu Wulan IPB oleh Senior Club

Rombongan peserta tiba di lokasi pukul 15.00 WIB. Penyambutan secara resmi dan perkenalan tentang Senior Club dilaksanakan di ruangan pertemuan Gedung Senior Club (Gambar 14). Selama 1 jam peserta diperkenalkan dengan fasilitas-fasilitas dan kegiatan-kegiatan yang ada di Senior Club. Setelah itu, peserta diajak berkeliling gedung untuk menyaksikan langsung kegiatan serta fasilitas yang tersedia di Senior Club (Gambar 15). Pukul 17.30 WIB rombongan kembali ke Bogor.



Gambar 15. Peserta diajak berkeliling untuk melihat kegiatan dan fasilitas yang tersedia di Senior Club Indonesia

Indikator kunci keberhasilan dan pencapaian

Indikator keberhasilan dari kegiatan pelatihan home care ini adalah meningkatnya kecakapan, motivasi serta etos kerja peserta khususnya di bidang perawatan dan pengasuhan lansia. Hal ini telah dicapai dengan terlihatnya antusias dan keaktifan peserta dalam mengeksplor permasalahan lansia baik saat sesi teori maupun praktek di lapangan. Peserta juga mendapat pengalaman serta pengetahuan bagaimana perawatan lansia di YEL yang menampung para lansia dengan ekonomi menengah kebawah, dan perawatan lansia di SCI yang menampung para lansia dengan ekonomi menengah atas.

Mitra kerja

Kegiatan pelatihan home care ini bermitra dengan Yayasan Emong Lansia dan Senior Club Indonesia.

Rencana kegiatan pasca program

Setelah peserta memahami bagaimana cara perawatan dan pengasuhan lansia, diharapkan kedepannya dapat mempraktekkan ilmu yang telah diperoleh pada diri sendiri, keluarga, dan masyarakat sekitar.

C. Pemeriksaan Kesehatan (Klinis) Lansia

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilaksanakan tanggal 22 Februari 2011 di Wisma Landhuis IPB

Tujuan dan sasaran kegiatan

Meningkatkan kesehatan lansia, serta mengetahui tingkat kesehatan para lansia Wulan – IPB.

Fasilitas/sarana kegiatan yang digunakan

Fasilitas yang digunakan adalah gedung pertemuan, peralatan pemeriksaan kesehatan, serta suplemen dan obat-obatan.

Langkah –langkah dan proses pelaksanaan kegiatan

Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 s.d 12.00. Peserta yang diperiksa berjumlah 33 orang merupakan ibu-ibu lansia dari Warga Usia Lanjut IPB. Jenis pemeriksaan kesehatan yang dilakukan adalah tes kadar asam urat, tekanan darah, denyut nadi serta dilengkapi pengukuran antropometri seperti berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas (LILA),

lingkar pinggang dan panjang depa tangan. Selain itu peserta juga dapat berkonsultasi langsung dengan tim dokter mengenai keluhan-keluhan kesehatan yang selama ini dirasakan.



Gambar 16. Peserta yang sedang diperiksa asam uratnya oleh dr. Rusmini Arif



Gambar 17. Peserta yang sedang diukur tinggi badan dan tinggi lututnya

Pada kegiatan ini panitia dibantu oleh tiga orang dokter yaitu dr. Naufal Muharam, dr. Mira Dewi dan dr. Rusmini Arif dari Poliklinik IPB. Selain itu juga dibantu oleh empat orang mahasiswa Gizi Masyarakat IPB yang membantu dalam pengukuran antropometri serta

pengukuran denyut nadi. Semua peserta kegiatan pemeriksaan klinis ini diberikan suplemen dan obat sesuai dengan hasil pemeriksaan dokter.

Indikator kunci keberhasilan dan pencapaian

Kegiatan ini berhasil dilakukan dilihat dari antusiasme peserta yang ingin mengetahui tingkat kesehatan diri masing-masing. Kehadiran peserta mencapai 100%, dan semuanya mendapat suplemen serta obat-obatan sesuai keluhan yang dirasakan. Hal ini tentu membantu meningkatkan tingkat kesehatan peserta/lansia.

Mitra kerja

Mitra kerja dalam pelaksanaan kegiatan pemeriksaan kesehatan ini adalah Poliklinik IPB yang bertanggungjawab dalam pengadaan suplemen serta obat-obatan.

Rencana kegiatan pasca program

Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa peserta sebagian besar memiliki tekanan darah tinggi. Hal ini dapat menjadi rujukan untuk melaksanakan program kesehatan selanjutnya, misalnya senam lansia yang dapat bekerjasama dengan UPTD Kecamatan Darmaga.

D. Pengembangan Kapasitas dan Karakter serta Penguatan Kelembagaan

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 17 Maret 2011, pukul 11.00 - 13.00. Bertempat di Puskesmas Cangkurawok. Pada kegiatan ini hadir perwakilan dari Dinas Pendidikan Kabupaten Bogor, Ibu Eny Suhartini, perwakilan dari Departemen Gizi Masyarakat - IPB, Prof.Dr. Dadang Sukandar, serta perwakilan dari Puskesmas, dr. Farida. Peserta yang hadir pada kegiatan ini ada sebanyak 30 orang.



Gambar 18. Peserta penguatan kelembagaan paguyuban lansia

Tujuan dan sasaran kegiatan

Kegiatan ini bertujuan untuk menjaga keberlanjutan (*sustainability*) dari program paguyuban lansia yang telah di inisiasi dengan dana Depdiknas.

Fasilitas/sarana kegiatan yang digunakan

Fasilitas yang digunakan berupa ruang pertemuan.



Gambar 19. Para pembicara pada penguatan pelembagaan paguyuban lansia (dari kiri ke kanan : dr. Desi, dr. Farida, Prof. Clara M.K, Ibu Eny S, Prof. Dadang S.)

Langkah – langkah dan proses pelaksanaan kegiatan

Kegiatan dilakukan dengan temu wicara dua arah antara peserta dan pembina dengan pihak puskesmas/pemerintah.

Indikator kunci keberhasilan dan pencapaian

Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah di akuinya paguyuban lansia Wulan di dalam dan sekitar kampus IPB oleh Pemda (puskesmas) anggota Komda Kabupaten Bogor. Hasil dari program penguatan kelambagaan ini, paguyuban lansia telah terdaftar secara resmi di Puskesmas Cangkurawok dan kedepannya akan dilibatkan/diundang dalam berbagai kegiatan lansia seperti Posbindu, senam lansia, dan taman lansia. Selain itu, Departemen Gizi Masyarakat FEMA-IPB akan terus mendampingi paguyuban lansia melalui mata ajaran Gizi Remaja dan Dewasa serta Intervensi Gizi yang diasuh oleh Prof. Clara M.K. Adapun produk hasil pelatihan lifeskill lansia dapat di promosikan melalui Dinas Pendidikan Kabupaten Bogor.

Mitra kerja

Puskesmas Cangkurawok Desa Babakan Kecamatan Darmaga, Dinas Pendidikan Kabupaten Bogor, dan Departemen Gizi Masyarakat FEMA-IPB.

Rencana kegiatan pasca program

Rencana selanjutnya adalah pendampingan kelompok lansia yang di sinkronkan dengan tugas praktikum mahasiswa pascasarjana Departemen Gizi Masyarakat FEMA-IPB melalui mata ajaran dibawah asuhan Prof.Clara M.K.