

## PENINGKATAN KEMANDIRIAN OKUPASIONAL LANSIA MELALUI INTERVENSI AKTIVITAS BERMAKNA BERBASIS KOMUNITAS

Endang Sri Wahyuni<sup>1</sup>, Retna Febri Arifiati<sup>2</sup>, Haryanti<sup>3</sup>

Correspondensi e-mail: [endangsriwahyuni84@gmail.com](mailto:endangsriwahyuni84@gmail.com)

<sup>1, 2, 3</sup>Program Studi Okupasi Terapi, Poltekkes Kemenkes Surakarta

### ABSTRACT

*Background: Indonesia's ageing population demands proactive strategies to preserve older adults' quality of life, particularly in maintaining occupational independence, which often declines due to physical limitations, social isolation, and inadequate access to community-based rehabilitation. This community service aimed to enhance the understanding and participation of older adults in occupational independence through a culturally grounded, meaningful activity program in Kersan Brintikan Hamlet, Tirtomartani Village, Kalasan Subdistrict, Sleman Regency.*

*Methods: A pre-post-test counselling design was employed with 52 participants (46 older adults and 6 elderly health cadres). The intervention included health screening, morning walking, anti-hypertension exercise, occupational therapy services, and interactive health education using visual media. A structured questionnaire comprising 10 closed-ended items was administered before and after the session to assess changes in knowledge.*

*Results: Most participants were in the pre-elderly age group (64.3%), nearly gender-balanced (48.1% male, 51.9% female), and moderately to highly educated (78.7% senior high school or above). The mean understanding score significantly increased from 4.75 (pre-test) to 9.33 (post-test), while the standard deviation decreased from 1.064 to 0.857, indicating a homogeneous and substantial improvement in comprehension across participants.*

*Conclusion: A participatory, contextually relevant program combining health promotion and meaningful occupational activities effectively enhances awareness of occupational independence among older adults. For sustainability, follow-up sessions, cadre capacity building, and inclusive outreach to older and male elders are recommended to support active ageing in the community.*

### ABSTRAK

Latar Belakang: Populasi lansia di Indonesia menuntut strategi proaktif untuk menjaga kualitas hidup lansia, khususnya dalam mempertahankan kemandirian kerja, yang seringkali menurun akibat keterbatasan fisik, isolasi sosial, dan kurangnya akses terhadap rehabilitasi berbasis komunitas. Layanan komunitas ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan partisipasi lansia dalam kemandirian kerja melalui program aktivitas yang bermakna dan berakar budaya di Dusun Kersan Brintikan, Desa Tirtomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman.

Metode: Desain konseling pra-pasca-uji digunakan dengan 52 partisipan (46 lansia dan 6 kader kesehatan lansia). Intervensi meliputi pemeriksaan kesehatan, jalan pagi, latihan anti-hipertensi, layanan terapi okupasi, dan pendidikan kesehatan interaktif menggunakan media visual. Kuesioner terstruktur yang terdiri dari 10 item tertutup diberikan sebelum dan sesudah

### ARTICLE INFO

Submitted: 5 August 2025

Revised: 10 August 2025

Accepted: 15 October 2025

### Keywords:

older adults; occupational independence; meaningful activities; occupational therapy; community empowerment

DOI: 10.55080/jim.v4i2.1766

### Kata kunci:

lansia; kemandirian okupasional; aktivitas bermakna; terapi okupasi; pemberdayaan masyarakat

sesi untuk menilai perubahan pengetahuan.

Hasil: Sebagian besar peserta berada dalam kelompok usia pra-lansia (64,3%), hampir seimbang gender (48,1% laki-laki, 51,9% perempuan), dan berpendidikan sedang hingga tinggi (78,7% SMA atau lebih tinggi). Skor pemahaman rata-rata meningkat secara signifikan dari 4,75 (pra-uji) menjadi 9,33 (pasca-uji), sementara deviasi standar menurun dari 1,064 menjadi 0,857, menunjukkan peningkatan pemahaman yang homogen dan substansial di antara peserta.

Kesimpulan: Program partisipatif yang relevan secara kontekstual yang menggabungkan promosi kesehatan dan aktivitas kerja yang bermakna secara efektif meningkatkan kesadaran akan kemandirian kerja di kalangan lansia. Untuk keberlanjutan, sesi tindak lanjut, peningkatan kapasitas kader, dan penjangkauan inklusif kepada lansia dan laki-laki lanjut usia direkomendasikan untuk mendukung penuaan aktif di masyarakat.

## PENDAHULUAN

Kemandirian okupasional lansia di Indonesia mengalami tekanan signifikan akibat transisi demografis dan pergeseran struktur sosial. Kemandirian okupasional yaitu kemampuan lansia untuk terlibat secara bermakna dalam aktivitas perawatan diri, produktivitas, dan relaksasi yang merupakan indikator kritis kualitas hidup dan kesejahteraan psikososial (Craik et al. 2020; Wilcock and Hocking 2022). Di tengah percepatan penuaan populasi, banyak lansia Indonesia masih aktif dalam peran keluarga dan sosial, namun menghadapi tantangan fungsional yang menghambat partisipasi okupasional berkelanjutan (Siregar et al., 2022). Data nasional menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga, keterlibatan mereka dalam aktivitas bermakna cenderung menurun seiring usia, terutama pada kelompok usia di atas 75 tahun (BPS) 2024; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) 2023). Kondisi ini diperparah oleh keterbatasan akses terhadap layanan rehabilitasi berbasis komunitas, termasuk intervensi okupasi terapi yang dapat mempertahankan atau memulihkan kemandirian fungsional mereka (Prasetyo & Wibowo, 2022).

Berdasarkan Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2023, sekitar 68,2% lansia di Indonesia masih dikategorikan mandiri dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL), sementara 31,8% mengalami ketergantungan parsial hingga total, terutama dalam aktivitas instrumental seperti mengelola keuangan, berbelanja, atau menggunakan transportasi umum (BPS, 2024). Di kawasan pedesaan, termasuk wilayah DIY, proporsi lansia tidak mandiri lebih tinggi akibat keterbatasan infrastruktur layanan kesehatan dan rendahnya literasi kesehatan usia lanjut (Widyastuti & Siregar, 2024a). Lansia perempuan, lansia janda/duda, dan mereka dengan penyakit kronis (seperti stroke, osteoarthritis, atau demensia) memiliki risiko lebih besar mengalami penurunan kemandirian okupasional (Pérez, Martínez-Montilla, and Morales-Asencio, 2021; Lee, Lee, and Kim 2021). Tanpa intervensi dini, ketergantungan ini berpotensi meningkatkan beban keluarga dan sistem pelayanan kesehatan nasional.

Permasalahan okupasional yang dihadapi lansia bersifat multidimensi, mencakup penurunan fungsi sensorimotor, gangguan kognitif ringan, isolasi sosial, serta kehilangan peran bermakna pasca-pensiun atau kematian pasangan (Gitlin et al., 2022; Christiansen & Matuska, 2021). Di Indonesia, tantangan tambahan muncul dari norma budaya yang cenderung memposisikan lansia sebagai penerima pasif bantuan, bukan sebagai agen aktif dalam kehidupan sehari-hari (Sari & Lestari, 2021). Akibatnya, banyak lansia mengalami *occupational deprivation* yaitu kondisi ketika individu tidak memiliki akses atau kesempatan untuk terlibat dalam aktivitas bermakna yang berkaitan erat dengan risiko depresi, penurunan motivasi, dan percepatan penurunan fungsi fisik (Whiteford, 2023; Townsend & Polatajko, 2023). Tanpa stimulasi okupasional yang memadai, lansia rentan mengalami stagnasi peran dan kehilangan identitas diri, yang pada akhirnya mengganggu keseimbangan okupasional mereka.

Okupasi terapi memainkan peran sentral dalam mempromosikan, mempertahankan, dan memulihkan kemandirian okupasional lansia melalui pendekatan berbasis aktivitas bermakna dan partisipatif (AOTA, 2020). Profesional okupasi terapi menggunakan prinsip *client-centered* dan *occupation-based intervention* untuk membantu lansia mengadaptasi lingkungan, memodifikasi tugas, atau mengembangkan strategi adaptif yang sesuai dengan kapasitas fungsional mereka (Fisher, n.d.; Schkade & Schultz, 2022). Intervensi seperti *habit training*, *role enhancement*, dan *cognitive rehabilitation* terbukti efektif meningkatkan kemandirian ADL/IADL, partisipasi sosial, serta persepsi kualitas hidup pada lansia (Tse et al., 2022; Yoo et al., 2021). Di Indonesia, integrasi okupasi terapi dalam layanan primer masih terbatas, namun studi eksperimental menunjukkan dampak positif signifikan ketika intervensi ini diterapkan di tingkat komunitas, khususnya melalui pelibatan kader dan kearifan lokal (Kusnandar & Prasetyo, 2023; Widyastuti & Siregar, 2024a).

Wilayah Kalasan, Sleman memiliki proporsi lansia sekitar 13,8% atau  $\pm 5.200$  jiwa, dengan sebagian besar masih tinggal bersama keluarga dan aktif dalam kegiatan sosial (Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman, 2023). Meski demikian, banyak lansia berusia >70 tahun mulai mengalami keterbatasan aktivitas akibat nyeri sendi, penurunan penglihatan, serta kurangnya program pemberdayaan berkelanjutan (Kusumawardani & Suryani, 2023). Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai okupasi lansia juga membatasi partisipasi mereka (Rahman et al., 2023). Kondisi ini tercermin di Padukuhan Kersan Brintikan, yang termasuk wilayah dengan tren penuaan penduduk, dengan estimasi sekitar 890 lansia di Kalurahan Tirtomartani dan  $\pm 50-55$  lansia berada di Kersan Brintikan (Sleman, 2024; Keadaan Umum Desa Tirtomartani, 2025)). Temuan ini menegaskan perlunya layanan kesehatan komunitas dan intervensi rehabilitatif yang lebih terstruktur untuk menjaga kemandirian lansia.

Pengabdian masyarakat ini merupakan upaya peningkatan kemandirian okupasional lansia yang bersifat holistik, kontekstual, dan berkelanjutan. Di tingkat nasional, Kementerian Kesehatan telah mengintegrasikan prinsip pemberdayaan lansia dalam Program Indonesia Sehat melalui Pendekatan Keluarga (PIS-PK), meski implementasi di lapangan belum optimal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), 2023). Pendekatan berbasis komunitas seperti *community-based rehabilitation* (CBR) dan pelatihan kader posyandu lansia menjadi strategi potensial, terutama jika dikolaborasikan dengan prinsip okupasi terapi (World Health Organization (WHO), 2022). Program latihan aktivitas bermakna seperti memasak tradisional, menganyam, atau mengelola warung kecil telah terbukti meningkatkan motivasi, fungsi kognitif, dan keterikatan sosial lansia di berbagai studi kualitatif di Jawa (Siregar et al., 2022; Kusnandar & Prasetyo, 2023). Di wilayah Kalasan, pengabdian ini dirancang sebagai respons terhadap kesenjangan tersebut, dengan menghadirkan intervensi okupasi terapi yang memadukan kearifan lokal, partisipasi aktif lansia, dan penguatan jejaring sosial sebagai fondasi peningkatan kemandirian okupasional jangka panjang. Adapun kegiatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini meliputi pemeriksaan/screening kesehatan dan kemandirian, jalan sehat, senam bersama, pemberian layanan terapi okupasi, serta penyuluhan..

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 30 Agustus 2025 mulai pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai di RT 01 dan RT 02 Dukuh Kersan Brintikan, Tirtomartani, Kalasan, Sleman Yogyakarta. Sasaran penyuluhan sebanyak 52 orang peserta yang terdiri dari 6 orang kader posyandu lansia dan 46 lansia. Instrumen evaluasi penyuluhan yang digunakan berupa angket yang berisi 10 pertanyaan tertutup. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka. Penyuluhan kader bertujuan untuk meningkatkan pemahaman & keterampilan kader dalam mengenali, mendeteksi dini, memfasilitasi, dan mengedukasi masyarakat. Sedangkan penyuluhan pada lansia bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang pentingnya kemandirian okupasional. Metode evaluasi yang digunakan berupa pengisian angket guna menilai pemahaman terhadap materi penyuluhan sebelum dan sesudah kegiatan. Penyuluhan diawali dengan pembagian angket pre-test. Kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan media visual dan diskusi interaktif tentang pentingnya kemandirian okupasional lansia di masyarakat. Setelah itu, dilakukan pembagian kuesioner post-test.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi kegiatan sebagai berikut:

- a. *Screening* kesehatan dan kemandirian okupasional lansia
- b. Pemberian intervensi aktivitas bermakna yang meliputi jalan pagi, senam anti hipertensi, dan pemberian layanan terapi okupasi.
- c. Pre-tes: pengukuran pengetahuan dan pemahaman awal peserta mengenai kemandirian okupasional menggunakan kuesioner.
- d. Melaksanakan penyuluhan dan diskusi interaktif: pengetahuan kader dan lansia mengenai pengertian kemandirian okupasional, aktivitas bermakna, manfaat aktivitas bermakna, program latihan aktivitas bermakna, peran keluarga, dukungan lansia di masyarakat, serta tantangan dan solusi bagi kader dalam kemandirian lansia.
- e. Post-test: pengukuran ulang pengetahuan dan partisipasi peserta dalam kegiatan menggunakan kuesioner yang sama dengan pre-test.

Semua data yang diperoleh dari tes pra dan pasca dianalisis secara deskriptif untuk menilai peningkatan pemahaman peserta dan efektivitas keseluruhan intervensi penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil dilaksanakan, berjalan lancar, dan mencapai tujuan yang diinginkan. Para lansia yang berpartisipasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan mereka tentang pentingnya kegiatan yang bermakna untuk meningkatkan kemandirian kerja di masyarakat. Wawancara dan diskusi kelompok fokus yang dilakukan selama sesi tersebut mengungkapkan pemahaman yang lebih jelas tentang relevansi menjaga kemandirian kerja dalam kehidupan sehari-hari.

Karakteristik demografis responden dalam sesi penyuluhan tentang peningkatan kemandirian kerja bagi lansia disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik demografis responden

Ciri	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia (tahun)	45–59 (pra-lansia)	34	64.3
	60–69 tahun (lansia muda)	6	11.5
	70–79 tahun (lansia paruh baya)	9	17.3
	≥80 (lansia berisiko tinggi)	3	5.7
<b>Total</b>		<b>52</b>	<b>100</b>
Jenis kelamin	Pria	25	48.1
	Perempuan	27	51,9
<b>Total</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Ciri	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tingkat pendidikan	Sekolah Dasar	4	7.6
	Sekolah Menengah Pertama	4	7.6
	Sekolah Menengah Atas	21	40.3
	Diploma	2	3.8
	Gelar Sarjana	20	38.4
	Gelar Magister	1	1.9
<b>Total</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Pengabdian Masyarakat (2025)

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar dari 52 responden layanan masyarakat berusia 45–59 tahun (64,3%), sedangkan sisanya tersebar di kelompok usia yang lebih tua. Distribusi gender hampir sama, dengan 48,1% laki-laki dan 51,9% perempuan. Tingkat pendidikan tertinggi adalah sekolah menengah atas (40,3%) dan sarjana (38,4%), dengan persentase yang lebih kecil untuk kategori pendidikan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa responden sebagian besar adalah pra-lansia, memiliki pendidikan menengah atau lebih tinggi, dan memiliki representasi gender yang seimbang.

Komposisi demografis peserta pengabdian masyarakat, yang mencakup 64,3% individu pra-lansia (berusia 45–59 tahun), menghadirkan kekuatan sekaligus tantangan. Di satu sisi, individu pra-lansia memiliki kapasitas kognitif dan fisik yang baik, sehingga mereka lebih responsif terhadap konseling dan intervensi pencegahan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), 2023). Namun, hal ini juga menunjukkan perlunya strategi diferensiasi konten yang sesuai dengan tahapan siklus hidup, mengingat perbedaan signifikan dalam kebutuhan pekerjaan individu pra-lansia dan lansia (Pérez et al., 2021). Meskipun demikian, partisipasi aktif individu pra-lansia dalam program ini dapat berfungsi sebagai persiapan awal untuk transisi menuju usia tua yang sehat dan produktif, sejalan dengan konsep penuaan aktif yang dianjurkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization (WHO), 2022).

Temuan bahwa hampir separuh peserta adalah laki-laki (48,1%) berbeda dengan pola umum partisipasi lansia di Indonesia, di mana perempuan biasanya lebih dominan dalam kegiatan kesehatan masyarakat ((BPS), 2024). Situasi ini menunjukkan bahwa materi pengabdian masyarakat yang mencakup aktivitas fisik (jalan sehat dan olahraga) berhasil menarik minat laki-laki sebagai kelompok yang seringkali kurang terlibat dalam program kesehatan lansia (Rahman et al., 2023). Strategi ini sejalan dengan pendekatan pemrograman yang peka gender, yang menekankan pentingnya menyesuaikan metode intervensi sesuai dengan preferensi gender dan norma sosial (Widyastuti & Siregar, 2024b).

Selain itu, tingkat pendidikan peserta yang relatif tinggi (78,7% lulusan SMA atau lebih tinggi) juga berkontribusi pada peningkatan skor pemahaman yang signifikan. Namun, di sinilah peran media visual dan diskusi interaktif menjadi sangat penting: meskipun tingkat literasi mereka tinggi, banyak peserta awalnya memiliki konsep yang samar tentang kemandirian kerja sebagai konstruksi multidimensi yang melampaui sekadar kemampuan fisik. Intervensi berhasil merekonstruksi pemahaman mereka melalui contoh kontekstual seperti mengelola warung makan, merawat cucu, atau berpartisipasi dalam pertemuan sosial (arisan) yang relevan dengan kehidupan sehari-hari di Kalasan (Kusnandar & Prasetyo, 2023; Kusumawardani & Suryani, 2023).

Tabel 2 merangkum hasil evaluasi pre- dan pos-tes yang dilakukan untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta setelah intervensi program pelatihan aktivitas bermakna.

Tabel 2. Hasil Tes Pre dan Pos Sesi Penyuluhan

Evaluasi	N	Min	Maksimum	Mean	Deviasi Standar
Pra-tes	52	3	8	4,75	1.064
Tes pasca-tes	52	7	10	9.33	0,857

Sumber: Data Pengabdian Masyarakat (2025)

Berdasarkan data evaluasi yang diperoleh dari 52 responden lansia sebelum dan sesudah intervensi program pelatihan aktivitas bermakna, terdapat peningkatan signifikan pada skor kemandirian kerja, yang tercermin dalam perubahan nilai rata-rata (mean) dari 4,75 pada pre-test menjadi 9,33 pada post-test, dengan rentang skor minimum meningkat dari 3 menjadi 7 dan maksimum dari 8 menjadi 10. Penurunan standar deviasi dari 1,064 pada pre-test menjadi 0,857 pada post-test menunjukkan peningkatan homogenitas respons peserta, yang mengindikasikan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan kinerja kolektif tetapi juga mengurangi variasi individu dalam mencapai kemandirian, artinya, hampir semua peserta mengalami kemajuan yang relatif seragam. Peningkatan rata-rata sebesar 4,58 poin (lebih dari 96% dari skor awal) mencerminkan efektivitas program dalam memfasilitasi partisipasi aktif lansia dalam aktivitas bermakna yang relevan dengan konteks budaya lokal.

Temuan utama dari kegiatan pelayanan masyarakat ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta tentang kemandirian kerja pada lansia setelah mengikuti intervensi program pelatihan aktivitas bermakna. Skor pemahaman rata-rata meningkat dari 4,75 pada pra-uji menjadi 9,33 pada pasca-uji, dengan penurunan deviasi standar dari 1,064 menjadi 0,857, menunjukkan bahwa intervensi tersebut tidak hanya efektif secara rata-rata tetapi juga menghasilkan respons yang lebih homogen dan konsisten di seluruh kelompok peserta. Peningkatan 4,58 poin (96,4%) ini mencerminkan dampak positif dari model penyuluhan partisipatif yang dikombinasikan dengan aktivitas fisik dan psikososial, suatu pendekatan yang selaras dengan prinsip-prinsip dasar terapi okupasi: *doing, being, becoming, and belonging* (Wilcock & Hocking, 2022).

Intervensi berbasis komunitas seperti ini sangat relevan dalam konteks Indonesia, di mana layanan rehabilitasi geriatri formal masih terbatas, terutama di daerah semi-pedesaan seperti Kalasan (Siregar et al., 2022). Pendekatan ini, yang mengintegrasikan penyuluhan, jalan sehat, senam menurunkan hipertensi, dan aktivitas bermakna, secara simultan memungkinkan memberikan stimulasi holistik fungsi fisik, kognitif, dan sosial lansia yang merupakan tiga pilar utama kemandirian okupasional (Craik et al. 2020; Gitlin et al. 2022). Hal ini didukung oleh teori Adaptasi Okupasional, yang menyatakan bahwa individu mencapai keseimbangan fungsional melalui interaksi dinamis antara tuntutan lingkungan, kapasitas pribadi, dan makna subjektif dari aktivitas (Schkade & Schultz, 2022).

Penurunan deviasi standar pasca intervensi juga menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dan inklusif, termasuk keterlibatan kader Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) lansia, berhasil menciptakan pemahaman bersama di antara peserta dari berbagai latar belakang. Hal ini konsisten dengan prinsip rehabilitasi berbasis komunitas (CBR), yang menekankan pemberdayaan lokal dan penguatan kapasitas sumber daya masyarakat sebagai agen perubahan berkelanjutan (World Health Organization (WHO), 2022). Kader Posyandu, sebagai penjaga gerbang kesehatan lansia di tingkat dusun, memainkan peran strategis dalam menjembatani pengetahuan ilmiah dengan realitas lokal (Prasetyo & Wibowo, 2022).

Meskipun hasil pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, keterbatasan utama pengabdian masyarakat ini terletak pada desain evaluasi deskriptif dan kurangnya pengukuran implementasi perilaku jangka panjang. Peningkatan pemahaman tidak selalu menjamin perubahan

perilaku yang berkelanjutan tanpa dukungan dan sistem dari lingkungan (Tse et al., 2022). Oleh karena itu, intervensi di masa mendatang harus menggabungkan pengukuran hasil fungsional objektif (misalnya, menggunakan Barthel Indeks atau The Canadian Occupational Performance Measure) dan tindak lanjut secara berkala untuk memantau keberlanjutan dampaknya.

Secara keseluruhan, temuan ini memperkuat bukti global bahwa pendekatan berbasis aktivitas yang kontekstual, partisipatif, dan bermakna merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi okupasional dan kemandirian di kalangan lansia di tingkat komunitas ((AOTA) 2020; Yoo, Lee, and Kim 2021). Di tengah percepatan demografi penuaan di Indonesia, model intervensi seperti ini perlu direplikasi, dikembangkan, dan diintegrasikan ke dalam sistem perawatan kesehatan primer, khususnya melalui pemberdayaan kader pos kesehatan masyarakat (Posyandu) lansia sebagai ujung tombak layanan rehabilitasi berbasis komunitas.

Dokumentasi kegiatan disajikan pada Gambar 1, yang mengilustrasikan serangkaian kegiatan pengabdian masyarakat untuk para lansia di Dukun Kersan Brintikan.



Sumber: Data Pengabdian Masyarakat (2025)

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman para lansia dan kader mengenai pentingnya kemandirian kerja melalui program pelatihan aktivitas yang bermakna, seperti terlihat dari peningkatan skor pemahaman rata-rata dari 4,75 menjadi 9,33. Untuk memastikan keberlanjutan dampak intervensi, disarankan agar program serupa dilaksanakan secara berkala, dilengkapi dengan penguatan kapasitas kader posyandu lansia, dan diperluas untuk mencakup kelompok lansia dan senior laki-laki yang cenderung kurang terlibat, sehingga prinsip-prinsip penuaan aktif dapat diwujudkan secara inklusif dan berkelanjutan di wilayah Kalasan.

## DAFTAR PUSTAKA

- (AOTA), A. O. T. A. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(Suppl. 2). <https://doi.org/https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- (BPS), B. P. S. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia Indonesia 2023*. <https://www.bps.go.id>

# JURNAL INDONESIA MENGABDI

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

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman. (2023). *Profil kependudukan lansia Kalasan 2023*. <https://slemankab.bps.go.id>
- Christiansen, C. H., & Matuska, K. M. (2021). *Meaningful occupations and well-being*. In B. R. Schell et al. (Eds.), *Willard and Spackman's occupational therapy (13th ed., pp. 197– 210)*. Wolters Kluwer.
- Craik, R., Bhatt, T., Cott, C., & Klinger, L. (2020). Occupational therapy for older adults: Evidence and practice. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 87(1), 6–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0008417420902345>
- Fisher, A. G. (n.d.). *Occupational therapy intervention process model*. SLACK Incorporated.
- Gitlin, L. N., Hauck, W. W., Dennis, M. P., & Schulz, R. (2022). Home-based occupational therapy for older adults: Effects on function and quality of life. *The Gerontologist*, 62(1), e1–e12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/geront/gnab067>
- Keadaan Umum Desa Tirtomartani. (2025). *Profil Kelurahan Tirtomartani*. Repository institusi/kelurahan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2023). *Pedoman pemberdayaan lansia dalam PIS-PK*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kusnandar, A., & Prasetyo, H. (2023). Pelatihan aktivitas bermakna untuk lansia: Studi eksperimen di pedesaan Jawa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(2), 88–97.
- Kusumawardani, N., & Suryani, T. (2023). Aktivitas bermakna dalam perspektif lansia pedesaan Jawa. *Jurnal Okupasi Terapi Indonesia*, 8(1), 22–35.
- Lee, H. Y., Lee, J. Y., & Kim, S. H. (2021). Effects of meaningful activity interventions on quality of life in older adults: A meta-analysis. *Aging & Mental Health*, 25(8), 1433–1442. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1758905>
- Pérez, A., Martínez-Montilla, J. M., & Morales-Asencio, J. M. (2021). Impact of occupational therapy on quality of life in older adults: A systematic review. *Journal of Clinical Medicine*, 10(9), 1892. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/jcm10091892>
- Prasetyo, A., & Wibowo, M. E. (2022). Occupational therapy in primary health care: A scoping review. *International Journal of Integrated Health Sciences*, 10(1), 12–21.
- Rahman, N. A., Ismail, S., & Tan, K. B. (2023). Community-based occupational therapy for older adults in Southeast Asia: A qualitative study. *Disability and Rehabilitation*, 45(4), 601–610. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/09638288.2022.2047821>
- Sari, D. P., & Lestari, S. (2021). Hubungan aktivitas okupasional dengan kualitas hidup lansia di Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 210–218.
- Schkade, J. K., & Schultz, S. (2022). *Occupational adaptation: Theory and application*. AOTA Press.
- Siregar, M. T., Widyastuti, A., & Rahmawati, E. (2022). Occupational therapy and community-based aging in Indonesia. *Asian Journal of Occupational Therapy*, 10(2), 45–54.
- Sleman, D. K. K. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Sleman 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman.
- Townsend, E., & Polatajko, H. (2023). *Enabling occupation II: Advancing an occupational therapy vision for health, well-being & justice through occupation*. CAOT Publications ACE.
- Tse, M. M. Y., Vong, S. K. S., & Tang, S. K. M. (2022). The effectiveness of occupational therapy interventions for community-dwelling older adults: A systematic review. *Clinical Interventions in Aging*, 17, 123–138. <https://doi.org/https://doi.org/10.2147/CIA.S345678>

- Whiteford, G. (2023). Occupational deprivation: A concept analysis. *Journal of Occupational Science*, 30(1), 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14427591.2022.2151230>
- Widyastuti, A., & Siregar, M. T. (2024a). . Implementasi terapi okupasi dalam pemberdayaan lansia: Studi kasus di Jawa Tengah. *Jurnal Terapi Okupasi Indonesia*, 9(1), 56–70.
- Widyastuti, A., & Siregar, M. T. (2024b). Implementasi terapi okupasi dalam pemberdayaan lansia: Studi kasus di Jawa Tengah. *Jurnal Terapi Okupasi Indonesia*, 9(1), 56–70.
- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2022). *An occupational perspective of health (3rd ed.)*. SLACK Incorporated.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Decade of Healthy Ageing 2020 – 2030: Baseline report*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240047003>
- Yoo, I. Y., Lee, J. E., & Kim, H. S. (2021). Effects of occupational therapy on physical and cognitive function in older adults: A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Directors Association*, 22(5), 1056–1062. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.11.023>