



MENINGKATKAN SIKAP PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA DI PANTI WERDHA TROPODO MELALUI KEGIATAN KELOMPOK KECIL EVANGELISASI

Bergita Layon Herin

Sekolah Tinggi Pastoral Yayasan IPI, Malang, Indonesia

e-mail: gitalayon04@gmail.com

Abstrak : Lanjut usia atau lansia adalah tahap kehidupan yang dimulai pada usia sekitar 60 tahun ke atas. Secara biologis penduduk lansia juga adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Tahap ini ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Oleh sebab itu aspek yang penting dari kesejahteraan seseorang, terutama di usia lanjut adalah sikap penerimaan diri. Penerimaan diri mengacu pada kemampuan untuk menerima dan mencintai diri sendiri, termasuk kekuatan, kelemahan, dan keterbatasan diri. Penerimaan diri sangat penting bagi lansia karena dapat mempengaruhi kualitas hidup, kebahagiaan, dan kepuasan hidup mereka secara keseluruhan dimasa tua mereka. Tujuan dari penulisan ini untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan kelompok kecil Evangelisasi dapat meningkatkan sikap penerimaan diri lansia di Panti Werdha Bhakti Luhur Tropodo, Sidoarjo Jawa Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara sebagai alat utama untuk mengumpulkan data. Jumlah subjek yang digunakan berjumlah lima orang lansia di Panti Werdha Bhakti Luhur Tropodo. Hasil Penelitian menemukan bahwa KKE memberikan dampak positif dalam proses penerimaan diri lansia. Kegiatan ini membantu lansia menerima kelemahan dan keterbatasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta memberikan dukungan emosional yang penting. KKE berperan penting dalam mendukung lansia untuk lebih menerima diri mereka sendiri dan hidup dalam komunitas iman yang mendukung. KKE tidak hanya memberikan ruang untuk pertumbuhan rohani, tetapi juga menjadi tempat di mana lansia dapat merasakan kebersamaan, dukungan, dan kasih persaudaraan dalam menjalankan panggilan iman, sehingga meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Kata Kunci : Evangelisasi, Penerimaan diri, Lansia, kegiatan kelompok

Abstract : Elderly or elderly is a stage of life that begins at the age of around 60 years and above. Biologically, the elderly population is also a population that experiences a continuous aging process, which is characterized by a decrease in physical endurance, namely increasing susceptibility to disease attacks that can cause death. This stage is characterized by significant physical, psychological, and social changes. Therefore, an important aspect of a person's well-being, especially in old age, is an attitude of self-acceptance. Self-acceptance refers to the ability to accept and love oneself, including one's strengths, weaknesses and limitations. Self-acceptance is very important for the elderly because it can affect their quality of life, happiness and overall life satisfaction in their old age. The purpose of this writing is to determine whether the implementation of small group Evangelization activities can improve the attitude of self-acceptance for the elderly at the Bhakti Luhur Tropodo Nursing Home, Sidoarjo, East Java. This research uses a qualitative approach with the interview method as the main tool for collecting data. The number of subjects used was five

elderly people at the Bhakti Luhur Tropodo Nursing Home. The research results found that KKE had a positive impact on the self-acceptance process of the elderly. These activities help seniors accept weaknesses and limitations, increase self-confidence, and provide important emotional support. KKE plays an important role in supporting older people to better accept themselves and live in supportive faith communities. KKE not only provides space for spiritual growth, but is also a place where seniors can feel togetherness, support and brotherly love in carrying out the call of faith, thereby improving their overall well-being.

Keywords : Evangelization, Self-acceptance, Elderly, group activities

PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu, setiap individu akan mencapai titik dalam hidupnya yang dikenal sebagai lanjut usia, atau usia tua. Lansia (lanjut usia) merupakan sebuah proses manusia menjadi semakin tua atau bertambah usia. Lanjut usia juga didefinisikan dengan menurunnya secara bertahap sistem organ tubuh manusia menuju kepada akhir kehidupan atau kematian (Situmorang et al., n.d.) Pada tahap ini, banyak perubahan yang terjadi, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Tubuh yang dulu kuat dan bugar mungkin mulai menunjukkan tanda-tanda penuaan. Berdasarkan definisi yang umum digunakan, seseorang masuk ke dalam kategori lansia ketika mereka telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Selain itu menurut WHO Klasifikasi usia lanjut usia (lansia) meliputi usia pertengahan/ middle age (45-59 tahun), lanjut usia /eldery (60-74 tahun), lanjut usia/old (75 –90 tahun), usia sangat tua/ very old (di atas 90 tahun) (Dayaningsih et al., 2021). Menurut data yang ditemukan, populasi lansia (usia lanjut) di Indonesia terus meningkat. Pada tahun 2023, persentase penduduk lansia di Indonesia mencapai 63,59% untuk lansia muda (usia 60-69 tahun), 26,76% untuk lansia madya (usia 70-79 tahun), dan 8,65% untuk lansia tua (usia 80 tahun ke atas) Mayoritas provinsi di Indonesia memiliki persentase penduduk lanjut usia di atas 6%, bahkan ada delapan provinsi yang persentase penduduk lanjut usianya sudah melebihi 10%. Selain itu Diperkirakan pada tahun 2050, populasi lansia di Indonesia akan meningkat tiga kali lipat dari tahun 2019. Pada tahun 2019, jumlah lansia di Indonesia sekitar 25 juta jiwa, dan diperkirakan akan mencapai 80 juta jiwa pada tahun 2050.

Secara biologis penduduk lansia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian (Ani Marni, 2015). Seringkali keberadaan lansia dianggap menjadi beban bagi keluarga dan masyarakatnya. Kenyataan ini mendorong semakin banyak anggapan bahwa menjadi tua selalu identik dengan banyaknya masalah pada kesehatan dan cenderung dipandang oleh masyarakat sebagai kelompok orang-orang yang tergantung pada orang lain dan kelompok yang sering sakit-sakitan, bahkan ada yang sampai beranggapan bahwa kehidupan masa tua seringkali dipresepsikan secara negatif sebagai beban keluarga dan masyarakat. Hal ini jugalah yang menyebabkan para lansia sering mengalami kemunduran dalam hal sikap menerima diri mereka sehingga kebanyakan dari mereka dititipkan oleh keluarga di berbagai panti-panti dan yayasan-yayasan sosial.

Seperti panti jompo atau panti werdha pada umumnya, panti werdha lansia yang dimiliki oleh Bhakti Luhur juga menerima para lansia dari berbagai daerah dan dengan berbagai macam latar belakang yang berbeda. Para lansia yang tinggal di Panti Werdha Bhakti Luhur dirawat di beberapa Wisma yang ada di Tropodo siodoarjo. Di panti ini para lansia dilibatkan berbagai kegiatan-kegiatan yang bisa membuat mereka menjalani kehidupannya dengan baik tanpa merasa terisolasi atau mengalami perubahan besar dalam hidup mereka. Salah satu kegiatan yang diikuti oleh para lansia di panti Werdha Bhakti Luhur adalah kegiatan kelompok kecil Evangelisasi. Dalam kelompok ini, para lansia berkumpul untuk saling berbagi pengalaman, mendalami ajaran agama katolik, serta membantu mereka menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka di usia lanjut.

Kelompok kecil Evangelisasi yang dimaksudkan adalah persekutuan kaum beriman yang terdiri antara 4 sampai dengan 16 orang (paling banyak 20 orang), yang berhubungan dengan oikos dan kemudian berlipat ganda, yang berupaya untukewartakan Injil, menjadikan murid dan menggembalakan sesama melalui hubungan sehari-hari. (Bernadeta Sri Jumilah, n.d. 2023). Kelompok Kecil Evangelisasi bukan merupakan sesuatu yang baru di dalam Gereja Katolik, karena sejak dahulu dalam Gereja sudah dikenal dengan istilah Gereja yang missioner (Bernadeta Sri Jumilah, n.d.) Paus Fransiskus dalam berbagai dokumen dan pidatonya, seperti dalam ensiklik "Evangelii Gaudium" (Sukacita Injil), menjelaskan bahwa evangelisasi bukan hanya tentang menyebarkan ajaran Kristen, tetapi juga tentang membawa sukacita Injil ke dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menekankan pentingnya perhatian khusus terhadap kaum miskin dan tersisih dalam masyarakat termasuk para lansia. Injil memanggil orang-orang Kristen untuk peduli dan melayani mereka yang paling membutuhkan. Dengan demikian, melalui perhatian dan pelayanan yang khusus untuk para lansia, Gereja menjalankan tugasnya untukewartakan karya keselamatan Allah dengan cara yang nyata dan relevan. Gereja menjadi tempat di mana semua orang, termasuk para lansia, dapat merasakan kasih dan hiburan yang berasal dari Sabda Allah (Soko & Nini, 2023), dan menjadi sumber hiburan dan kekuatan yang sangat dibutuhkan dalam hidup para lansia dimana mereka bisa berbagi pengalaman dan perasaan serta mendapatkan dukungan dari sesama yang mengalami hal serupa.

Menurut Jersild (dalam Meilinda, 2013), penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologi sosial dan pencapaian dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. (Psikologi et al., 2017) Dalam menghadapi berbagai tantangan yang datang dalam proses penuaan, penerimaan diri menjadi elemen kunci untuk mencapai kesejahteraan dan kedamaian batin. Para lansia sering kali mengalami perubahan besar dalam hidup mereka, seperti, kehilangan orang-orang terkasih, atau perubahan dalam peran sosial dan produktivitas, dan juga fisik tubuh yang dulu kuat dan tangguh mungkin mulai menunjukkan tanda-tanda kelelahan, sementara ingatan yang tajam dan kemampuan kognitif yang cepat mungkin sedikit melambat. Di sisi lain, pengalaman hidup yang kaya dan kebijaksanaan yang mendalam sering kali menjadi aset berharga yang tidak ternilai. Namun, penyesuaian terhadap perubahan ini tidak selalu mudah, dan dukungan yang tepat sangatlah penting untuk memastikan kualitas hidup yang

optimal bagi para lansia. Para lansia yang mampu menerima diri mereka dengan jujur cenderung lebih bahagia dan damai. Mereka memahami bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan, serta bahwa kegagalan adalah bagian alami dari kehidupan. Dengan sikap ini, mereka dapat lebih mudah mengatasi perasaan penyesalan, rasa tidak berharga, atau ketidakpuasan dimasa tua mereka. Oleh karena itu, penting bagi gereja untuk mendukung mereka dalam proses penerimaan diri melalui berbagai kegiatan evangelisasi yang penuh kasih dan empati.

Dengan pendekatan yang holistik dan penuh kasih, Gereja dapat membantu para lansia dalam proses penerimaan diri melalui kegiatan kelompok kecil Evangelisasi. Sikap penerimaan diri yang tulus tidak hanya membawa kedamaian dan kebahagiaan pribadi, tetapi juga memperkuat hubungan mereka dengan Allah dan komunitas sekitar. Dalam cahaya kasih Kristus, setiap individu dapat menemukan kekuatan dan pengharapan untuk menerima diri mereka sepenuhnya, dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Proses ini adalah langkah penting dalam perjalanan menuju kedewasaan emosional dan spiritual, terutama bagi para lansia yang sedang menghadapi berbagai tantangan dimasa tua mereka. Ketika seseorang dapat menerima diri mereka dengan tulus, mereka juga lebih mampu untuk mengasihi dan menerima orang lain. Hal ini menciptakan suasana saling mendukung dan menghargai dalam komunitas terkhususnya di Panti Werdha Bhakti Luhur, di mana setiap para lansia merasa diterima dan dicintai apa adanya. Dalam kehidupan sehari-hari, sikap penerimaan diri ini akan terlihat dalam cara mereka berinteraksi dengan orang lain, mengambil bagian dalam pelayanan, dan menjalani hidup dengan penuh sukacita dan rasa syukur. Dengan begitu, Gereja menjadi saksi nyata dari kasih Allah yang menyelamatkan, merangkul, dan menguatkan setiap umatnya termasuk para lansia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) sebagai alat utama untuk mengumpulkan data. Metode ini dipilih karena dapat menggali pengalaman, pandangan, dan perasaan lansia secara lebih mendalam terkait sikap penerimaan diri mereka melalui keterlibatan dalam kegiatan evangelisasi. Subjek penelitian ini adalah para lansia yang aktif terlibat dalam kegiatan evangelisasi di panti werdha Bhakti Luhur. Kriteria pemilihan subjek dilakukan secara purposive, yaitu memilih lansia yang aktif terlibat dalam berbagai kegiatan dipanti. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa mereka memiliki pengalaman yang cukup untuk dieksplorasi dalam wawancara. Sebanyak lima orang lansia dipilih untuk diwawancarai, dengan rentang usia 60 hingga 75 tahun. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara semi-terstruktur.

Pedoman ini memuat sejumlah pertanyaan terbuka yang disusun berdasarkan tujuan penelitian, namun tetap memberikan fleksibilitas bagi peneliti untuk mengeksplorasi lebih lanjut topik-topik yang muncul selama wawancara berlangsung. Dengan indikator: 1) Menjelaskan pemahaman tentang Kelompok Kecil Evangelisasi. 2) Menjelaskan pemahaman tentang penerimaan diri. 3) Menyadari sikap penerimaan diri selama menjalani proses kegiatan kelompok kecil Evangelisasi. Kegiatan kelompok kecil evangelisasi

dilaksanakan dilaksanakan di Aula Janssen Panti Werdha Bhakti Luhur Tropodo, dengan tiga tema yang berbeda Setiap sesi dirancang untuk memberikan pemahaman yang mendalam dan mendukung sikap penerimaan diri di antara para lansia. Setelah pelaksanaan ketiga sesi tersebut, wawancara mendalam dilakukan dengan para lansia untuk mengeksplorasi perasaan, pandangan, dan pengalaman mereka terkait penerimaan diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan evengelisasi ini mengikuti pola kelompok kecil Evangelisasi. Pola-pola tersebut meliputi (Jumilah, 2022)

1. Pertemuan pengenalan bersama anggota kelompok kecil evangelisasi
2. Menyusun tema yang cocok mengenai penerimaan diri bagi para Lansia. Dengan langkah- langkah berikut:
 - Menentukan hari/tanggal, tempat/waktu, dan sasaran
 - Menentukan Tujuan Umum dan Khusus
 - Membuat Materi
 - Pelaksanaan pertemuan

Melliputi: Kata pengantar, lagu pembuka, Ibadat pembuka, bacaan kitab suci, renungan , sharingan berdasarkan kitab suci, pendalaman materi, sharing pengalaman, doa permohonan, doa penutup dan lagu penutup.

Berikut ini, penulis memaparkan data tentang kelompok kecil evangelisasi.

Tabel 1. Kelompok Kecil Evangelisasi

Kata kunci	Jumlah	Responden
Bagian dari Panggilan Hidup sebagai orang kristen	3	R1, R3, R5
Menghidupi Firman Tuhan	2	R2, R5
Kegiatan Mendukung dan Membimbing	2	R3, R5
Mendengarkan sabda Tuhan	1	R3
Kegiatan rohani untuk berdoa bersama, belajar Kitab Suci, dan berbagi pengalaman hidup	3	R1, R2, R5
Membagikan kabar sukacita kepada sesama	2	R3, R5

Menyebarkan Injil, baik dengan kata-kata maupun dengan tindakan	1	R1
Tidak mengetahui	1	R4

Tabel diatas menyajikan hasil wawancara dengan lima responden lansia tentang kelompok kecil Evangelisasi, dimana ada 3 (tiga) responden menjawab KKE adalah kegiatan yang merupakan bagian dari panggilan hidup setiap orang kristen, selanjutnya ada 2 (dua) respoonden mengatakan bahwa KKE adalah kegiatan menghidupi firman Tuhan, kemudian ada 2 (dua) respoonden juga mengatakan bahwa KKE merupakan Kegiatan Mendukung dan Membimbing, berikutnya ada 1 (satu) respoonden mengatakan bahwa KKE adalah suatu kegiatan mendengarkan sabda Tuhan, selanjutnya adapun 3 (tiga) respoonden mengatakan bahwa KKE adalah kegiatan rohani untuk berdoa bersama, belajar kitab suci, dan berbagi pengalaman hidup, kemudian ada 2 (dua) respoonden mengatakan bahwa KKE adalah membagikan labar sukacita kepada sesama, berikutnya ada 1 (satu) respoonden mengatakan bahwa KKE adalah Menyebarkan Injil, baik dengan kata-kata maupun dengan tindakan, dan yang terakhir ada 1 (satu) responden tidak mengetahui seperti apa kelompok kecil evangelisasi itu.

Tabel 2. Sikap Penerimaan Diri Bagi Lansia

Kata kunci	Jumlah	Responden
Menerima keterbatasan dan keadaan	5	R1, R2, R3,R4, R5
Mensyukuri apa yang dimiliki	1	R2
Berdamai dengan masa lalu	2	R1, R2,
Mencintai diri sendiri	2	R4, R5
Menerima usia tua dengan lapang dada	1	R3
Menerima Diri dalam Kehidupan Spiritual	1	R2
Mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan	3	R1, R3, R5
Tidak membandingkan diri sendiri dengan orang	2	R2, R4
Tetap Bersyukur dalam Setiap Kondisi	4	R1, R3, R4, R5

Tabel diatas menyajikan hasil wawancara dengan lima responden lansia tentang pemahaman mereka mengenai sikap penerimaan diri, dimana ada 5 (lima) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap menerima keterbatasan dan keadaan mereka sendiri. Selanjutnya ada 1 (satu) responden

mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap mensyukuri apa yang dimiliki dari dirinya sendiri, berikutnya ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap berdamai dengan masa lalu mereka, kemudian ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap mencintai dirinya sendiri, berikutnya ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap menerima usia tua mereka dengan lapang dada, berikutnya ada 1 (satu) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri adalah menerima diri mereka dalam kehidupan spritual, kemudian ada 3 (tiga) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan, selanjutnya ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri adalah sikap yang tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain, dan yang terakhir ada 4 (empat) responden mengatakan bahwa sikap penerimaan diri merupakan sikap yang selalu bersyukur dalam dalam setiap kondisi baik suka maupun duka.

Tabel 3. Menyadari sikap penerimaan diri selama mejalani proses kegiatan kelompok kecil Evangelisasi

Kata kunci	Jumlah	Responden
Membantu Menerima Kelemahan dan Kekurangan	3	R2, R3, R5
Percaya Diri	5	R1, R2, R3, R4, R4, R5
Lebih dihargai, mendapatkan dukungan emosional dari anggota kelompok	5	R1, R2, R3, R4, R4, R5
Merasa lebih terhubung dan diterima	1	R3
memahami siapa diri saya dan bagaimana Tuhan bekerja dalam hidup saya	2	R1, R3
Menyadari Bahwa Setiap Orang Memiliki Pergumulannya Sendiri	4	R1, R3, R4, R5
Mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan	2	R4, R5
Penerimaan Diri Sebagai Bagian dari Pertumbuhan Iman	1	R3
Belum sepenuhnya	1	R2

Tabel diatas menyajikan hasil wawancara dengan lima responden lansia selama menjalani proses pelaksanaan kegiatan KKE, dimana ada 3 (tiga) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE membantu mereka menerima kelemahan dan kekurangan dari diri mereka, kemudian dimana ada 5 (lima) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE mereka dapat percaya diri, berikutnya

dimana ada 5 (lima) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE mereka merasa lebih diharagai, mendapatkan dukungan emosional dari anggota kelompok, selanjutnya dimana ada 1 (satu) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE mereka merasa lebih terhubung dan diterima, kemudian ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE mereka dapat memahami siapa diri mereka dan bagaimana Tuhan bekerja dalam hidupnya, berikutnya ada 4 (empat) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE menyadari bahwa setiap orang memiliki pergumulannya sendiri, selanjutnya ada 2 (dua) responden mengatakan bahwa dengan mengikuti kegiatan KKE mereka dapat mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan, kemudian ada 1 (satu) responden mengatakan bahwa penerimaan diri sebagai bagian dari pertumbuhan iman, dan yang terakhir ada 1 (satu) responden mengatakan belum sepenuhnya memiliki sikap penerimaan diri.

1. Kelompok Kecil Evangelisasi

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan lima responden lansia mengenai persepsi mereka tentang Kelompok Kecil Evangelisasi (KKE), terlihat bahwa Kelompok Kecil Evangelisasi dipahami sebagai kegiatan yang beragam, mencakup aspek panggilan hidup, penerapan firman Tuhan, dukungan sosial, pembelajaran, dan penyebaran Injil. terdapat variasi pemahaman mengenai Kelompok Kecil Evangelisasi. Sebagian besar responden memahami KKE sebagai bagian integral dari panggilan hidup seorang Kristen, baik sebagai tempat untuk menghidupi firman Tuhan, mendukung dan membimbing sesama, maupun sebagai sarana untuk mendengarkan Sabda Tuhan dan berdoa bersama. Aspek misioner KKE juga cukup menonjol, dengan beberapa responden menekankan pentingnya menyebarkan kabar sukacita melalui kata dan tindakan nyata. Namun, temuan bahwa ada responden yang tidak mengetahui tentang KKE menunjukkan bahwa pemahaman dan keterlibatan lansia dalam kegiatan ini tidak merata. Ini mungkin mencerminkan perlunya pendekatan yang lebih inklusif dan penyampaian informasi yang lebih jelas agar semua lansia dapat memahami dan berpartisipasi aktif dalam KKE. Secara keseluruhan, KKE dapat berperan penting dalam mendukung lansia untuk lebih menerima diri mereka sendiri dan hidup dalam komunitas iman yang mendukung. KKE tidak hanya memberikan ruang untuk pertumbuhan rohani, tetapi juga menjadi tempat di mana lansia dapat merasakan kebersamaan, dukungan, dan kasih persaudaraan dalam menjalankan panggilan iman mereka.

2. Menjelaskan pemahaman tentang Sikap penerimaan diri

Berdasarkan hasil wawancara memberikan gambaran yang mendalam tentang sikap penerimaan diripada lansia, yang ternyata merupakan proses yang tidak sederhana. Penerimaan diri pada lansia mencakup berbagai dimensi yang saling berkaitan, mulai dari fisik, mental, hingga spiritual. Lansia menghadapi tantangan unik seiring bertambahnya usia, seperti penurunan kemampuan fisik, perubahan dalam hubungan sosial, serta kesadaran akan keterbatasan yang mungkin tidak mereka hadapi sebelumnya. Berdasarkan jawaban dari responden, Lansia tampaknya memiliki pemahaman mendalam bahwa kehidupan mereka, pada titik ini, tidak selalu berjalan sesuai dengan keinginan atau kemampuan seperti masa-masa muda. Namun, kesadaran ini diterima dengan sikap yang lebih matang. Mereka memahami bahwa kehidupan tidak sempurna

dan memiliki keterbatasan tertentu, baik dari segi fisik maupun mental. Dalam konteks ini, penerimaan keterbatasan diri menjadi wujud dari kebijaksanaan hidup, yang membantu mereka untuk tetap merasa damai meskipun menghadapi berbagai keterbatasan. Penerimaan keterbatasan ini tidak dipandang sebagai bentuk kekalahan, tetapi sebagai proses yang aktif dan positif dalam memahami dan menghadapi realitas kehidupan dengan lapang dada. Di luar kesadaran akan keterbatasan, penerimaan diri pada lansia juga mencakup aspek mental dan emosional, seperti rasa syukur, mencintai diri sendiri, serta kemampuan untuk berdamai dengan masa lalu.

Para lansia menyadari pentingnya mensyukuri apa yang dimiliki dan mencintai diri sendiri sebagai langkah penting dalam mencapai penerimaan diri. Mereka tidak lagi terfokus pada apa yang tidak mereka miliki atau yang hilang seiring bertambahnya usia, tetapi lebih pada menghargai apa yang masih ada dalam hidup mereka. Rasa syukur ini memberikan landasan bagi mereka untuk menikmati setiap momen hidup, terlepas dari segala tantangan atau kekurangan yang mereka hadapi. Selanjutnya, perdamaian dengan masa lalu juga menjadi bagian penting dalam proses penerimaan diri pada lansia. Pada usia yang lebih tua, lansia mungkin memiliki pengalaman hidup yang kompleks, termasuk kesalahan, penyesalan, atau trauma. Proses berdamai dengan masa lalu memungkinkan mereka untuk melepaskan beban emosional yang mungkin masih mereka bawa. Mereka belajar untuk menerima bahwa masa lalu adalah bagian dari diri mereka, tetapi itu bukanlah sesuatu yang harus terus-menerus mereka perjuangkan atau tangisi. Dengan berdamai dengan masa lalu, lansia dapat hidup lebih tenang di masa kini dan menghadapi masa depan dengan lebih ringan. Aspek lain yang tidak kalah penting adalah penerimaan diri dalam konteks penuaan.

Responden menyadari bahwa menerima usia tua dengan lapang dada adalah bagian tak terhindarkan dari penerimaan diri. Proses penuaan sering kali membawa perubahan signifikan dalam tubuh, peran sosial, dan gaya hidup mereka. Namun, mereka yang mampu menerima usia tua dengan sikap yang terbuka dan positif cenderung lebih mampu mengatasi tantangan ini. Sikap ini menunjukkan kematangan emosional dan kesiapan untuk menghadapi fase kehidupan baru yang penuh dengan perubahan. Di sisi lain, penerimaan diri juga mencakup aspek spiritual yang sangat mendalam pada lansia. Spiritualitas memainkan peran yang besar dalam membantu mereka mencapai ketenangan batin. Lansia melihat hidup mereka sebagai bagian dari rencana Tuhan, di mana setiap pengalaman, baik yang menyenangkan maupun yang sulit, dianggap sebagai bagian dari perjalanan spiritual mereka. Mereka percaya bahwa dengan mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan, mereka dapat menerima hidup mereka dengan lebih ikhlas dan lebih sedikit kekhawatiran. Keyakinan ini memberikan rasa aman dan ketenangan yang sangat penting bagi mereka dalam menghadapi berbagai tantangan di usia lanjut. Penerimaan diri juga berkaitan erat dengan kemampuan untuk bersyukur dalam segala situasi, baik dalam kondisi suka maupun duka. Lansia yang mampu melihat kebaikan dalam setiap situasi, bahkan yang paling sulit sekalipun, menunjukkan kebijaksanaan hidup yang mendalam. Mereka mampu menghargai momen-momen kecil kebahagiaan dan belajar dari tantangan yang mereka hadapi. Sikap syukur ini menjadi fondasi bagi penerimaan diri yang stabil dan matang, di mana mereka tidak hanya menerima kondisi fisik dan mental, tetapi juga memaknai hidup dengan cara yang lebih positif dan bijaksana.

3. Menyadari sikap penerimaan diri selama menjalani proses kegiatan kelompok kecil Evangelisasi

Berdasarkan hasil wawancara dengan lima responden lansia yang mengikuti kegiatan Kelompok Kecil Evangelisasi (KKE) menunjukkan adanya dampak positif yang signifikan dalam proses penerimaan diri mereka. Salah satu aspek utama adalah bagaimana kegiatan ini membantu mereka menerima kelemahan dan kekurangan diri. Kegiatan KKE memberikan kesempatan bagi mereka untuk merefleksikan kondisi fisik, mental, dan emosional yang mereka alami, sehingga mereka mampu menerima keterbatasan diri dengan lebih terbuka. Proses penerimaan ini tidak hanya terkait dengan aspek fisik tetapi juga mencakup aspek spiritual, di mana mereka merasa lebih mampu merangkul kelemahan sebagai bagian dari perjalanan hidup mereka. Kepercayaan diri juga merupakan hasil yang penting dari partisipasi dalam kegiatan ini.

Berdasarkan jawaban dari responden bahwa mengikuti KKE dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka. Melalui diskusi, berbagi pengalaman, dan dukungan dari sesama anggota kelompok, mereka merasa lebih mampu mengekspresikan diri tanpa rasa takut atau malu. Dukungan ini memperkuat keyakinan mereka bahwa apa yang mereka alami adalah hal yang wajar dan tidak perlu disembunyikan. Rasa percaya diri ini menjadi fondasi penting dalam membangun sikap penerimaan diri yang lebih utuh. Selain itu, lebih dihargai dan mendapatkan dukungan emosional dari anggota kelompok, terutama ketika mereka mulai kehilangan peran sosial yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui dukungan kelompok, mereka tidak hanya merasa lebih dihargai tetapi juga merasa bahwa mereka memiliki tempat di mana mereka dapat berbagi beban hidup tanpa penilaian. Hal ini penting karena lansia sering kali mengalami keterasingan sosial akibat perubahan dalam peran sosial, pensiun, atau kehilangan anggota keluarga dan teman-teman. KKE menciptakan ruang bagi lansia untuk membangun kembali hubungan sosial yang bermakna, memberikan mereka kesempatan untuk merasakan kedekatan dengan orang lain dalam suasana yang penuh kasih dan pengertian. Secara keseluruhan, menunjukkan bahwa Kelompok Kecil Evangelisasi (KKE) berperan penting dalam membantu lansia meningkatkan sikap penerimaan diri. Melalui interaksi sosial, dukungan emosional, dan refleksi spiritual, para lansia merasa lebih percaya diri, dihargai, dan mampu menerima diri mereka sendiri. Dimensi spiritualitas dalam KKE juga memberikan kedalaman dalam proses penerimaan diri, membantu mereka melihat hidup dari sudut pandang iman, dan mempercayakan segala sesuatu kepada Tuhan. Meskipun beberapa responden masih dalam proses mencapai penerimaan diri yang penuh, kegiatan ini memberikan landasan yang kuat bagi mereka untuk terus tumbuh dan berkembang secara emosional dan spiritual.

KESIMPULAN

Lanjut usia merupakan fase kehidupan yang penuh dengan tantangan dan perubahan, baik fisik, mental, maupun emosional. Selama fase ini, individu sering kali menghadapi penurunan kesehatan, kehilangan orang-orang terkasih, dan perubahan dalam peran sosial. Namun, dengan dukungan yang tepat, lansia dapat menemukan cara untuk menghadapi tantangan tersebut dan mempertahankan atau bahkan meningkatkan kualitas hidup mereka. Partisipasi dalam kelompok kecil evangelisasi merupakan salah satu bentuk dukungan yang sangat bermanfaat bagi lansia. Melalui kegiatan rohani dan sosial yang terstruktur,

lansia memiliki kesempatan untuk memperkuat iman, membangun hubungan baru, dan memperoleh dukungan emosional. Ini sangat penting karena hubungan sosial yang kuat dan dukungan rohani terbukti berperan besar dalam kesejahteraan psikologis dan emosional.

Dalam kelompok kecil evangelisasi, lansia dapat berbagi pengalaman hidup, berbicara tentang tantangan yang mereka hadapi, dan menerima dukungan dari sesama anggota kelompok yang memiliki nilai-nilai dan keyakinan yang sama. Kegiatan seperti doa bersama, belajar kitab suci, dan membagikan pengalaman mereka, tidak hanya memperkuat iman mereka tetapi juga memberikan mereka alat untuk menghadapi perubahan dan kehilangan dengan lebih tenang dan tabah. Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan kelompok memberikan lansia rasa tujuan dan makna, yang sangat penting dalam menghadapi proses penuaan. Mereka merasa dihargai dan berguna, yang berkontribusi pada peningkatan penerimaan diri dan harga diri. Dengan merasa diterima dan didukung, lansia lebih mampu menerima kondisi fisik dan situasi hidup mereka dengan positif, sehingga meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, kelompok kecil evangelisasi tidak hanya berfungsi sebagai tempat untuk beribadah, tetapi juga sebagai komunitas dukungan yang memberikan lansia kekuatan untuk menghadapi fase penuaan dengan lebih baik. Program-program semacam ini sangat penting untuk diintegrasikan ke dalam strategi pelayanan lansia, karena menawarkan manfaat yang signifikan bagi kesehatan mental, emosional, dan spiritual lansia. Dan program ini diharapkan dapat terus dilaksanakan dan dikembangkan lebih lanjut untuk manfaat yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Marni, R. Y. (2015). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta*. 3(1), 1–7.
- Bernadeta Sri Jumilah. (N.D.). *Pelaksanaan Kelompok Kecil Evangelisasi Oleh Alma Dan Mahasiswa Prodi Pelayanan Pastoral Stp Ipi Di Paroki Kota Malang*. 07, 116–131.
- Bernadeta Sri Jumilah, Y. T. a. (2023). *Meningkatkan Motivasi Pelayanan Penyandang Disabilitas Mahasiswa Prodi Pelayanan Pastoral Melalui Kegiatan Kelompok Kecil Evangelisasi*. 3(1), 18–28.
- Dayaningsih, D., Yuni Astuti, Nadya Tri Yuwinda, & Niken Dwi Rahayu. (2021). Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 6(2), 44–47. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v6i2.76>
- Dewi, L. (2017). *Gereja Dan Kaum Lansia*.
- Filsafat, J. (n.d.). *Pengaruh Pendidikan Kursus Evangelisasi Pribadi Terhadap Perilaku Mengasihi Dalam Keluarga*. 87–120.
- Jumilah, B. S. (2022). Materi Evangelisasi. *Natural B*, 10(V), 01–223.
- Nugroho, A. (2020). Persepsi Anak Muda Terhadap Keberadaan Lansia Di Indonesia. *Journal of Urban Sociology*, 2(2), 44. <https://doi.org/10.30742/jus.v2i2.996>
- Psikologi, P. M., Pascasarjana, S., & Surakarta, U. M. (2017). *Dinamika penerimaan orang tua yang memiliki*

anak berkebutuhan khusus. 4(1), 18–23.

Siti Raudhoh, D. P., & Fakultas. (n.d.). *Lansia asik, lansia aktif, lansia produktif*.

Situmorang, M. H., Mickhaelhermantogmailcom, E., & Marpay, B. (n.d.). *Kajian Pastoral Lansia Sebagai Dasar Pelayanan Pendampingan Terhadap Kaum Usia Emas Di Lingkungan Gereja Kristen Oikoumene Indonesia (GKOI) Jemaat Perumnas II Bekasi*. 105–115.

Soko, A., & Nini, K. (2023). Meningkatkan Semangat Pengasuh Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Kelompok Kecil Evangelisasi di Bhakti Luhur Halimun. *Amare*, 1(2), 60–64. <https://doi.org/10.52075/ja.v1i2.106>

Sustrami, D. (2021). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Dan Kemandirian Pada Lansia : Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 11–18. <https://doi.org/10.36916/jkm.v6i1.119>

Zandro, A. (2023). Peran Gereja Partikular Dalam Konteks Misi Evangelisasi Di Era Digital. *SAPA - Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, 8(1), 10–24. <https://doi.org/10.53544/sapa.v8i1.363>