

PENGELOLAAN PEMBELAJARAN PEMELIHARAAN KESEHATAN BAGI PESERTA PROGRAM PENDIDIKAN LANSIA DALAM PENINGKATAN KUALITAS HIDUP

Dra. Yeni Siti Rubaah

(NIM 1009553)

ABSTRAK

Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia mendorong pemerintah untuk memberikan perhatian dalam layanan pendidikan untuk memelihara kesehatan dan kesejahteraan dalam upaya meningkatkan kualitas hidupnya. Hal tersebut mendorong peneliti untuk meneliti bagaimana pengelolaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan lansia ditinjau dari : 1) perencanaan pembelajaran, 2) pelaksanaan pembelajaran, 3) hasil pembelajaran, dan 4) dampak pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup.

Teori yang mendasari pada penelitian ini meliputi : konsep lanjut usia, konsep pengelolaan pembelajaran, hakikat kesehatan, hakikat kualitas hidup, dan konsep program pendidikan luar sekolah.

Penelitian ini menggunakan metode kasus dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu melalui teknik wawancara, observasi, studi literatur dan studi dokumentasi. Subjek penelitian berjumlah 3 orang dengan tempat penelitian dilaksanakan di LPPM Rumah Belajar Kampung Nyingkir Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat.

Berdasarkan analisa data dan pembahasan hasil penelitian diperoleh data sebagai berikut : 1) Perencanaan pembelajaran yang dilakukan pengelola dan tutor melakukan diagnosis kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, menyusun desain pembelajaran serta menyiapkan perangkat yang berkaitan dengan unsur pembelajaran, 2) Pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh tutor dan pengelola meliputi ; (a). Materi yang berdasar pada kriteria, minat dan kebutuhan belajar warga belajar, (2) materi yang bersifat penunjang berupa keterampilan dan keagamaan, (b) Pendekatan yang digunakan yaitu partisipatif-andragogi, (c) metode/teknik yang digunakan yaitu diskusi, ceramah, praktek dan tanya jawab serta demonstrasi, (d) sarana/media utama yang digunakan yaitu alat kesehatan, alat dan bahan ketrampilan juga peralatan keagamaan, (e) evaluasi, (f) tindak lanjut dan (g) lingkungan belajar, 3) Hasil pelaksanaan pembelajaran yang meliputi (a) kognitif, (b) afektif, (c) psikomotorik mengalami peningkatan kearah yang progresif dibandingkan sebelum mengikuti program, 4) Dampak pembelajaran meliputi (a) perubahan taraf hidup dengan diperolehnya pengetahuan baru mengenai pemeliharaan kesehatan, keagamaan dan keterampilan (b) memiliki sikap dan prilaku hidup sehat, (c) meningkatnya partisipasi dalam kegiatan sosial (d) terciptanya kondisi saling membelajarkan dengan orang lain minimal dalam kelompok belajar lansia.

Adapun rekomendasi dalam penelitian ini adalah (1) pihak penyelenggara harus lebih intensif lagi dalam memonitor perkembangan kelompok belajar lansia terutama dalam hal pemeliharaan kesehatan, (2) perlu adanya jalinan kemitraan yang lebih banyak lagi dengan berbagai pihak, dan (3) bagi warga belajar agar terus bersemangat dalam mengikuti pembelajaran pendidikan wanita lanjut usia.

Kata Kunci : *Pengelolaan, Pemeliharaan Kesehatan, Lansia dan Kualitas Hidup*

A. Latar Belakang

Jumlah penduduk lanjut usia di dunia diperkirakan 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Di negara maju seperti Amerika Serikat pertambahan orang lanjut usia \pm 1000 orang perhari. Pada tahun 2020 jumlah penduduk usia lanjut di Indonesia diperkirakan sebesar 29,1 juta jiwa dan pada tahun 2030 mencapai 36 juta orang (Wamenkes, 2012).

Berkaitan dengan kondisi pendidikan lansia di Indonesia, bahwa hasil Susenas Juli 2009 (2009:44) memperlihatkan pendidikan penduduk lansia yang relatif masih rendah, yaitu tidak/belum pernah sekolah dan tidak tamat SD. Penduduk lansia yang tamat SD hanya sebesar 23,01 persen. Selanjutnya, data hasil Susenas juga memperlihatkan persentase penduduk lansia yang tamat SMP hanya sebesar 5,85 persen, SMA sebesar 6,83 persen dan Perguruan Tinggi (PT) hanya sebesar 2,51 persen. Rendahnya tingkat pendidikan penduduk lansia memperlihatkan kualitas SDM lansia yang rendah.

Selanjutnya yang masih rendah pada penduduk lansia adalah masalah faktor kesehatan. Budiharjo dalam Depkes (2008 : 25), menyatakan peningkatan jumlah penduduk usia lanjut akan diikuti dengan meningkatnya permasalahan faktor kesehatan seperti masalah kesehatan indera pendengaran dan penglihatan, kesehatan jiwa dan sebagainya. Pada lanjut usia terjadi kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit terutama penyakit degeneratif. Hal ini akan menimbulkan masalah kesehatan, sosial dan membebani perekonomian baik pada lanjut usia maupun pemerintah karena masing-masing penyakit tersebut cukup banyak memerlukan dana baik untuk terapi dan rehabilitasinya, untuk itu rencana hidup seharusnya sudah dirancang jauh sebelum memasuki masa lanjut usia, paling tidak individu sudah mempunyai bayangan aktivitas

apa yang akan dilakukan kelak sesuai dengan kemampuan dan minatnya.

Sejalan dengan pendapat tersebut, mengutip Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas : 2007) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan, tercatat 98,5% lansia berusia 60-69 mempunyai penyakit serius. Kondisi sakit serupa juga terjadi pada lansia usia 70-79 yang mencapai 98,2% dan lansia berusia 80 tahun ke atas yang mencapai 99,9%. Buruknya layanan kesehatan bagi lansia dan masih rendahnya kesadaran menerapkan hidup sehat menjadikan banyak lansia mengalami penyakit, untuk itu upaya pemeliharaan kesehatan bagi lansia harus dilakukan secara sistematis dan terorganisir.

Berdasarkan pendapat di atas, menurut Kementerian Kesehatan (2009: 40) ada beberapa faktor penyebab perlunya pemeliharaan kesehatan bagi lansia. Pertama, kondisi fisik yang sudah terbatas dari aksesibilitas (gerak) dikarenakan kemunduran fungsi sel-sel biologis yang tidak lagi optimal, kedua faktor pengetahuan yang minim mengenai pola hidup sehat bagi lansia, ketiga rendahnya daya dukung keluarga dalam mengurus lanjut usia. Untuk itu diharapkan para lanjut usia melakukan pola hidup sehat yakni dengan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, melakukan aktivitas fisik/olahraga secara benar dan teratur serta tidak merokok. Kegiatan ini perlu terus untuk disosialisasikan bagi masyarakat sejak berusia muda maupun yang telah berusia lanjut. Program pemerintah dalam peningkatan kesehatan yaitu dengan adanya latihan atau *exercise* sangat penting untuk menghindari perubahan tiba-tiba yang terjadi pada lansia ataupun resiko jatuh. Latihan yang meliputi komponen keseimbangan akan menurunkan insiden jatuh pada lansia. Untuk menanggulangi berbagai faktor-faktor kelemahan yang ada pada lansia yang meliputi ; faktor pendidikan, kesehatan, ekonomi, lingkungan sosial, kebiasaan, dan keagamaan, mendorong pemerintah untuk menyelenggarakan berbagai program dan aktifitas fasilitatif lansia dalam

rangka meningkatkan pemeliharaan kesehatan dan peningkatan aktifitas keagamaan (fisik maupun non fisik). Untuk mencapai produktifitas dan aktifitas itu, Pendidikan Non Formal sebagai salah satu jalur dalam pendidikan melakukan suatu upaya pemberdayaan masyarakat bagi wanita lanjut usia, dimana dilihat dari pendidikan masih perlu pembinaan dan layanan pendidikan dalam rangka memelihara kesehatan.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Sebagaimana latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, menunjukkan bahwa : a) Masyarakat di sekitar LPPM Rumah Belajar masih banyak yang mengeluhkan tentang kondisi kesehatannya, seperti mengeluhkan pusing-pusing, nyeri kepala, sulit tidur, mual/masalah lambung atau mag, tekanan darah tinggi/rendah, peningkatan dan penurunan berat badan, kolesterol tinggi, gula darah (diabetes), nyeri persendian, rematik, sering lupa (suspek pikun), serta masih banyak yang mengalami penurunan kondisi fisik lainnya, b) Kurangnya pengetahuan, kesadaran dan pengamalan tentang pemeliharaan kesehatan serta pola hidup sehat dalam meningkatkan kualitas hidup, dan c) Masih rendahnya pengelolaan pembelajaran tentang pemeliharaan kesehatan bagi lansia.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai pengelolaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup pada kelompok lansia di LPPM Rumah Belajar.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Atas dasar identifikasi di atas, maka dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM

Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat?

2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat?
3. Bagaimana hasil pelaksanaan pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat?
4. Bagaimana dampak pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini secara umum yaitu untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang pengelolaan pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup.

Secara khusus tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan data tentang perencanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat
2. Untuk mendeskripsikan data tentang pelaksanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung

Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat

3. Untuk mendeskripsikan data tentang hasil pelaksanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat
4. Untuk mendeskripsikan data tentang dampak pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritik, hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penyusun konsep belajar membelajarkan pendidikan orang dewasa (lansia) dalam rangka peningkatan kualitas sumber daya manusia Indonesia, memperkaya dan menunjang pengembangan keilmuan Pendidikan Luar Sekolah.
2. Secara Kebijakan, hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi praktisi kebijakan bahwa penanganan kesehatan bagi masyarakat lebih diarahkan kepada hidup dengan paradigma sehat dengan penanganan preventif dan bukan kuratif.
3. Secara Praktis
 - a. Bagi penyelenggara program temuan ini dapat dijadikan umpan balik untuk pengembangan lebih lanjut yang berhubungan dengan pengelolaan pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup.
 - b. Bagi aparat pemerintah dan tokoh masyarakat setempat, temuan ini dapat dijadikan alternatif program

dalam melakukan pembinaan kepada kelompok masyarakat lansia sehingga dapat memberikan layanan pendidikan yang tepat sesuai dengan kebutuhan.

4. Bagi peneliti lain diharapkan dapat mengkaji lebih dalam tentang pengembangan pemberdayaan kelompok masyarakat lansia diberbagai sektor kehidupan melalui layanan pemeliharaan kesehatan dalam peningkatan kualitas hidup.

F. Kajian Teoritik

1. Konsep Lanjut Usia

Pengertian lanjut usia menurut Undang-Undang No 4 Tahun 1965 Pasal 1 menyatakan bahwa “orang jompo ialah setiap orang yang berhubungan dengan lanjut usia, tidak mempunyai atau tidak berdaya mencari nafkah untuk keperluan pokok bagi hidupnya sehari-hari”. Sehubungan dengan itu Keputusan Menteri Sosial RI Nomor: HUK 3-1/50/107 tahun 1971, Pasal 1 menyatakan bahwa seseorang dinyatakan sebagai jompo, setelah yang bersangkutan mencapai umur 55 tahun, tidak mempunyai atau tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan menerima nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan menerima nafkah dari orang lain.

2. Konsep Pengelolaan Pembelajaran

Menurut Depdikbud (1996: 114), pengelolaan pembelajaran merupakan proses untuk mencapai tujuan pembelajaran. Untuk mencapai tujuan pembelajaran diperlukan proses panjang yang dimulai dengan perencanaan, pengorganisasian dan penilaian. Perencanaan meliputi kegiatan menetapkan apa yang ingin dicapai, bagaimana mencapai, waktu dan personel yang diperlukan. Sedang pengorganisasian merupakan pembagian tugas kepada personel yang terlibat dalam usaha mencapai tujuan pembelajaran, pengkoordinasian, pengarahan dan pemantauan. Evaluasi sebagai proses

dilaksanakan untuk mengetahui ketercapaian tujuan yang telah dicanangkan, faktor pendukung dan penghambatnya.

3. Hakikat Sehat

Dimulai pada zaman keemasan Yunani bahwa sehat itu *virtue*, sebagai sesuatu yang dibanggakan, sedangkan sakit sebagai sesuatu yang tak bermanfaat. Filosofi yang berkembang pada saat itu adalah filosofi Cartesian yang berorientasi pada kesehatan fisik semata-mata yang menyatakan bahwa seseorang disebut sehat bila tidak ditemukan disfungsi alat tubuh. Mental dan roh bukan urusan dokter melainkan urusan agama.

Pada tahun 1950-an definisi WHO tentang sehat sebagai keadaan sehat sejahtera fisik, mental dan sosial dan bukan hanya bebas dari penyakit dan kelemahan, dan tahun delapan puluhan kemudian definisi WHO mengalami perubahan seperti yang tertera dalam Undang-Undang Kesehatan RI No 23 tahun 1992 telah memasukan unsur hidup produktif sosial dan ekonomi.

4. Hakikat Kualitas Hidup

Salah satu tujuan pembangunan negara Republik Indonesia adalah peningkatan kualitas manusia dan kualitas masyarakat Indonesia. Ginanjar Kartasasmita (1996 : 293) menyatakan bahwa upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia dilakukan melalui empat jalur kebijaksanaan yaitu (1) peningkatan kualitas hidup yang meliputi baik kualitas manusianya seperti jasmani, rohani dan kejuangan, maupun kualitas kehidupannya, (2) peningkatan kualitas sumber daya yang produktif dan upaya penyebarannya, (3) peningkatan kualitas sumber daya manusia yang berkemampuan dalam memanfaatkan, mengembangkan dan menguasai IPTEK, (4) serta pengembangan pranata yang meliputi kelembagaan dan perangkat yang mendukung peningkatan kualitas sumber daya manusia. Usaha pencapaian kualitas SDM seperti yang

diharapkan di atas tidak terlepas dari peranan pendidikan.

Menurut Ekawati Sutikno (2011), hubungannya dengan lansia, kualitas hidup diartikan sebagai kondisi fungsional lansia pada kondisi optimal sehingga mereka bias menikmati masa tuanya dengan penuh makna, membahagiakan, dan berguna. Ada beberapa faktor yang menyebabkan lansia untuk tetap berguna di masa tuanya, yakni: kemampuan menyesuaikan diri dan menerima segala perubahan dan kemunduran yang dialami, adanya penghargaan dan perlakuan yang wajar dari lingkungan lansia tersebut, lingkungan yang menghargai hak-hak lansia serta memahami kebutuhan dan kondisi psikologis lansia dan tersedianya media atau sarana bagi lansia untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan yang dimiliki. Kesempatan yang diberikan akan memiliki fungsi memelihara dan mengembangkan fungsi-fungsi yang dimiliki oleh lansia.

5. Konsep Belajar Orang Dewasa

Andragogi berasal dari kata *andr* dan *agogos*. Dalam bahasa Yunani, *andr* berarti orang dewasa, sedangkan *agogos* berarti memimpin, mengamong atau membimbing. Knowles (Ihat Hatimah, dkk, (2007: 4.15) mendefinisikan *andragogi* : "sebagai seni dan ilmu dalam membantu peserta didik (orang dewasa) untuk belajar (*the science and art of helping adults learn*)."

Andragogi disebut juga teknologi pelibatan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran penerapan model. Andragogi diterapkan tidak hanya ketika menghadapi peserta didik yang sudah dewasa, tetapi dapat juga diterapkan ketika menghadapi anak-anak dan remaja. Penerapan model andragogi dalam pembelajaran, maka proses pembelajaran dapat terjadi dengan baik apabila metode dan teknik yang digunakan dapat melibatkan peserta didik secara maksimal. Keterlibatan peserta didik merupakan kunci keberhasilan dalam penggunaan pendekatan andragogi.

6. Program Pendidikan Luar Sekolah

Menurut Philip H. Coombs (1973) dalam D. Sudjana (2001:22) pendidikan non formal adalah setiap kegiatan terorganisir dan sistematis, di luar sistem persekolahan yang mapan, dilakukan secara mandiri atau merupakan bagian penting dari kegiatan yang lebih luas, yang sengaja dilakukan untuk melayani peserta didik tertentu di dalam mencapai tujuan belajarnya.

Pendidikan Luar Sekolah adalah setiap upaya pendidikan dalam arti luas yang didalamnya terdapat komunikasi yang teratur dan terarah, diselenggarakan di luar sekolah, sehingga seseorang atau kelompok memperoleh informasi mengenai pengetahuan, latihan dan bimbingan sesuai dengan tingkatan usia dan kebutuhan hidupnya (SEAMEO, D. Sudjana, 2001:46). Lebih lanjut, Sudjana mengemukakan tujuan dari PLS ialah untuk mengembangkan pengetahuan, sikap, keterampilan dan nilai-nilai yang memungkinkan bagi seseorang atau kelompok untuk berperan serta secara efisien dan efektif dalam lingkungan keluarganya, pekerjaannya, masyarakat dan bahkan negaranya.

G. Metodologi Penelitian

1. Lokasi dan Subyek Penelitian

Lokasi atau tempat penelitian dilaksanakan di lembaga pendidikan non formal yang beralamat di Kampung Nyingkir Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat dengan identitas lembaganya adalah Lembaga Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat Rumah Belajar (LPPM Rumah Belajar). Di lembaga ini ada beberapa program pendidikan non formal yang telah diselenggarakan maupun yang sedang berjalan, salah satu program yang sedang berjalan adalah Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Pendidikan Kecakapan Hidup Bagi Lansia, dengan kegiatannya mencakup ; 1) pemeriksaan kesehatan bagi lansia, 2) pendidikan keaksaraan, yaitu pembelajaran baca iqra bagi

lansia, 3) pembelajaran majlis ta'lim, 4) olah raga (senam lansia), dan 5) rekreasi.

Subjek penelitian atau responden dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang telah berusia lanjut dan mengikuti program pendidikan wanita lanjut usia di LPPM Rumah Belajar, Kampung Nyingkir Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat. Agar penelitian dapat dilakukan secara mendalam maka responden yang diteliti dibatasi jumlahnya. Nasution (1996:11) mengemukakan bahwa penelitian kualitatif umumnya mengambil responden (subjek penelitian) lebih kecil (sedikit) dan dipilih menurut tujuan (*purpose*) penelitian. Berdasarkan pertimbangan di atas dan atas informasi dari pihak penyelenggara di LPPM Rumah Belajar maka subjek penelitian (warga belajar) yang diteliti dalam penelitian ini sebanyak 1 (satu) orang sumber primer. Kemudian peneliti mengadakan triangulasi dengan 1 (satu) orang pengelola dan 1 (satu) orang nara sumber/tutor.

2. Metode Penelitian

Di dalam penelitian ini bermaksud memperoleh gambaran secara mendalam tentang pengelolaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lanjut usia dalam peningkatan kualitas hidup. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif ini berharap dapat menghasilkan gambaran tentang objek yang diteliti secara utuh sebagaimana diungkapkan oleh Taylor dalam Moleong (1995:3) bahwa metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.

Adapun terkait dengan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, karena dengan metode ini akan menggali lebih mendalam mengenai masalah penelitian (*deep description*) sehingga akan

terungkap keunikan dan kekhasan penelitian ini. Penelitian kasus adalah penelitian yang mendalam mengenai kehidupan sosial seperti individu, kelompok, keluarga, lembaga atau masyarakat yang hasilnya merupakan gambaran lengkap dan terorganisasi dengan baik mengenai unit tersebut. Hasil penelitian akan merupakan penggambaran (deskripsi) tentang latar belakang, kondisi, karakteristik dari responden dan juga mencakup dalam kegiatan pembelajaran antara lain yaitu materi, metode/teknik, nara sumber dan penyelenggara.

Kelebihan studi kasus dari studi yang lain adalah bahwa peneliti dapat mempelajari subjek secara mendalam dan menyeluruh. Hal ini sejalan dengan apa yang disampaikan oleh pendapat Suryabrata (1991:23) tujuan daripada metode studi kasus yaitu untuk mempelajari secara intensif tentang latar belakang, keadaan sekarang, dan interaksi lingkungan sesuatu unit sosial, individu, kelompok, lembaga atau masyarakat.

3. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam rangka memperoleh data semaksimal mungkin agar tercapai keutuhan yaitu sebagai berikut :

1. Wawancara

Wawancara merupakan suatu teknik pengumpulan data dimana terjadinya komunikasi secara verbal antara pewawancara dengan subjek wawancara. Sejalan dengan pengertian diatas, dapat diperjelas bahwa wawancara atau interview yaitu percakapan tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang berhadapan secara fisik dan diarahkan pada suatu masalah tertentu (Kartini Kartono, 1990: 187).

2. Teknik Observasi

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian (Margono, 1996: 158). Adapun tujuan dari observasi adalah

selain sebagai eksplorasi (untuk memperkaya atau memperluas pandangan peneliti terhadap suatu masalah) juga untuk mendeskripsikan kehidupan sosial dengan menjangkau perilaku individu sebagaimana perilaku itu terjadi dalam kenyataan yang sebenarnya.

3. Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan usaha penelaahan terhadap beberapa dokumen (barang-barang tertulis) atau arsip dari kegiatan pendidikan wanita lanjut usia. Suharsimi Arikunto (2002:206) mengemukakan bahwa “metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat, agenda dan sebagainya”.

4. Studi Literatur

Studi literatur adalah dimaksudkan untuk memberikan landasan teoritis atau pemahaman masalah dan studi perbandingan dengan jalan membaca buku-buku, pendapat-pendapat dan teori-teori sebagai pendukung terhadap permasalahan teori sehingga dapat memperluas wawasan berfikir yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.

H. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Perencanaan Pengelolaan Pembelajaran Pemeliharaan Kesehatan Bagi Peserta Program Pendidikan Lansia Dalam Peningkatan Kualitas Hidup di LPPM Rumah Belajar

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian pada pembelajaran kelompok belajar lansia di Lembaga Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) Rumah Belajar, dari hasil wawancara peneliti dengan pengelola, tutor, dan warga belajar dapat diketahui bahwa pihak pengelola melakukan identifikasi kebutuhan belajar terlebih dahulu sebelum melaksanakan pembelajaran. Begitu juga halnya dengan tutor. Para tutor melakukan identifikasi kebutuhan oleh tim sebelumnya dan terkadang identifikasi itu ada pada saat berlangsungnya pembelajaran.

Warga belajar juga dilibatkan dalam identifikasi kebutuhan belajar. Kegiatan identifikasi dilakukan secara bersama-sama dengan ibu RW dan ibu-ibu yang lainnya.

Pendapat tersebut didukung oleh pendapat Zainudin Arief (1981) bahwa dalam suatu penyelenggaraan suatu proses pembelajaran untuk orang dewasa perlu mendiagnosis kebutuhan belajar. Kegiatan mendiagnosis kebutuhan belajar ini dilakukan bersama-sama antara pengelola, tutor dan beberapa tokoh masyarakat sehingga materi yang disampaikan sesuai dengan harapan dan minat dari warga belajar.

Kegiatan identifikasi kebutuhan tersebut adalah untuk mencari, menemukan, mendaftar dan mencatat data informasi yang diperlukan dalam penyelenggaraan pembelajaran pendidikan bagi wanita lansia apa yang ingin dipelajari. Sehingga dari hasil identifikasi belajar dapat diketahui keinginan yang dirasakan dan dinyatakan oleh warga belajar untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa kegiatan identifikasi yang dilakukan pihak pengelola dan tutor dalam upaya mengungkap kebutuhan belajar warga belajar yaitu dengan sistem bertanya dan membaca kemampuan warga belajar masing-masing. Adapun langkah-langkah kegiatan identifikasinya adalah sebagai berikut : 1) Tutor bersama ibu RW datang dari rumah ke rumah lansia menjelaskan/mensosialisasikan program, 2) Menanyakan aktivitas sehari-hari, 3) Mengajak ibu-ibu untuk ikut belajar, 4) Mendata siapa yang mau ikut, serta 5) Bertanya ingin belajar apa dengan cara apa. Saat pendataan, warga belajar ditugaskan oleh tutor untuk menulis nama, usia, dan ingin belajar apa. Dari kegiatan itu akan terlihat mana yang bisa menulis mana yang tidak kemudian akhirnya dilakukan pendataan secara verbal.

Sekaitan dengan langkah-langkah identifikasi di atas, maka langkah-langkah dalam mengidentifikasi kebutuhan belajar menurut Sanjaya (2008) adalah sebagai berikut :

- a. Tahap Pengumpulan Informasi
- b. Tahap Identifikasi Kesenjangan
- c. Analisis *Performance*
- d. Mengidentifikasi kendala beserta sumber-sumbernya
- e. Identifikasi karakteristik warga belajar
- f. Identifikasi Prioritas dan Tujuan

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa setelah teridentifikasi kebutuhan belajar warga belajar, pengelola merumuskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dalam bentuk program kerja dan jadwal kegiatan. Sedangkan tutor merumuskan tujuannya secara verbal, karena tujuan pembelajaran sudah dirumuskan terlebih dahulu oleh pihak pengelola. Begitu juga warga belajar dilibatkan dalam merumuskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai, kadang-kadang dalam bentuk tertulis namun kebanyakan secara lisan.

Tujuan pembelajaran merupakan komponen utama yang terlebih dahulu harus dirumuskan tutor dalam proses belajar mengajar. Peranan tujuan pembelajaran sangat penting sebab menentukan arah proses belajar mengajar. Tujuan yang jelas akan memberi petunjuk yang jelas pula terhadap pemilihan bahan pelajaran, penetapan metode mengajar dan alat bantu/media pembelajaran serta memberi petunjuk terhadap penilaian.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa pengelola menyusun desain/rancangan pembelajaran terlebih dahulu setiap akan melakukan proses pembelajaran dengan menterjemahkan dari kurikulum kemudian menjabarkannya ke dalam RPP (rencana pelaksanaan pembelajaran) walaupun masih gradual. Namun tutor membuat rancangan pembelajarannya secara verbal saja, sebab rancangan pun sudah tersedia sebelumnya. Kadang apa yang direncanakan tidak sesuai dengan saat pelaksanaan, karena kadang warga belajar banyak keinginan. Warga belajar pun dilibatkan dalam menyusun rancangan pembelajaran terlebih dahulu setiap akan melakukan proses pembelajaran. Pengelola,

tutor dan warga belajar selalu melakukan koordinasi dalam penyusunan desain/rancangan pembelajaran dengan pengelola program.

Perencanaan pembelajaran adalah proses untuk menentukan kondisi belajar. Definisi ini sesuai dengan definisi desain sekarang yang mengacu pada penentuan spesifikasi (Ellington dan Harris, 1986; Reigeluth, 1983; Richey, 1986). Menurut Laurence Schauer (1971), rencana atau rancangan pembelajaran adalah perencanaan secara akal sehat untuk mengidentifikasi masalah belajar dan mengusahakan memecahkan masalah tersebut dengan menggunakan suatu rencana terhadap pelaksanaan, evaluasi, uji coba, umpan balik dan hasilnya.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa persiapan yang dilakukan oleh pengelola sebelum proses pembelajaran dimulai yaitu menyiapkan tempatnya, warganya, tutornya, bahannya, materinya, medianya, dananya dan sebagainya. Begitu pun halnya dengan tutor, mempersiapkan bahan-bahan, materi, buku tulis dan media lainnya saat dibutuhkan. Warga belajar melakukan persiapan dahulu sebelum mengikuti program yaitu dengan menyelesaikan terlebih dahulu urusan rumah tangga sehingga saat ditinggalkan belajar, di rumah sudah beres dan masakan untuk orang rumah sudah tersedia.

Sekaitan dengan persiapan yang harus disiapkan oleh pengelola sebelum proses pembelajaran dalam penyusunan rencana pembelajaran, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah:

- (a) Lakukan identifikasi minat dan kebutuhan warga belajar.
- (b) Buat topik-topik pembelajaran berdasarkan minat dan kebutuhan warga belajar tersebut.
- (c) Buat jadwal pertemuan untuk menggambarkan proses pembelajaran.
- (d) Tutor bersama warga belajar mencari bahan bacaan yang berkaitan dengan topik tersebut.
- (e) Membuat rencana kegiatan berdasarkan topik/materi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola dan tutor bahwa sebelum pelaksanaan pembelajaran, mereka menyusun rancangan pelaksanaan pembelajaran. Walaupun tutor membuatnya secara verbal dan jarang secara tertulis.

Sekaitan dengan penyusunan rancangan pelaksanaan pembelajaran yang disusun oleh pengelola meskipun tutor membuatnya secara verbal tetapi sebelum membuat rencana belajar, tutor perlu menggali minat dan kebutuhan warga belajar, serta mengumpulkan informasi tentang kemampuan awal yang dimiliki warga belajar. Selanjutnya tutor membantu warga belajar untuk menyusun rencana pembelajaran tersebut, dan menciptakan suasana agar mereka senang terhadap kegiatan pembelajaran. Dalam proses kegiatannya tutor perlu melibatkan warga belajar, dengan berdiskusi tentang harapan mengikuti kelompok belajar.

2. Pelaksanaan Pengelolaan Pembelajaran Pemeliharaan Kesehatan Bagi Peserta Program Pendidikan Lansia Dalam Peningkatan Kualitas Hidup di LPPM Rumah Belajar

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan pengelola, tutor dan warga belajar mengenai materi yang diberikan pada pendidikan wanita bagi lansia, dapat diambil kesimpulan bahwa materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan belajar warga belajar. Hal ini disebabkan faktor warga belajar yang berlatar belakang kurang pengetahuan tentang memelihara kesehatan sehingga banyak yang mengeluhkan kondisi fisiknya.

Sekaitan dengan faktor kondisi dan karakteristik warga belajar pendidikan wanita lansia mengenai materi pembelajaran secara garis besar dapat dikemukakan bahwa materi pembelajaran (*instructional materials*) adalah pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang harus dikuasai peserta didik dalam rangka memenuhi standar kompetensi yang ditetapkan. Kowalski (1988:136) mengungkapkan bahwa beberapa penulis tentang kurikulum pendidikan berpendapat bahwa materi pembelajaran

merupakan penerapan dari kurikulum. Dimana kurikulum dan pembelajaran merupakan dua hal yang tak terpisahkan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar mengenai materi penunjang yang diberikan dalam pendidikan wanita lansia yaitu keterampilan memasak dan membuat tasbih serta keagamaan. Selain itu ada juga penyuluhan pertanian dan belajar berhitung.

Berbicara materi penunjang pada hakekatnya merupakan materi yang disusun sebagai pendukung dan sesuai potensi dan kebutuhan warga belajar. Terdapat beberapa faktor yang harus dipertimbangkan ketika menyusun materi pembelajaran (baik materi yang sudah ada maupun materi pembelajaran yang dibuat sendiri oleh pendidik). Salah satu faktornya pada tahap urutan. Pendidik harus mengatur materi untuk menyediakan pelajaran yang berkelanjutan dan bersifat kumulatif untuk memberikan atensi untuk prasyarat keterampilan-keterampilan dan konsep. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa bobot materi yang diberikan dalam pendidikan wanita bagi lansia, lebih banyak praktek daripada teori. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa langkah-langkah pelaksanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan melalui pendidikan wanita lansia, yaitu : mengidentifikasi warga belajar, sosialisasi, merumuskan, melaksanakan dan mengevaluasi. Persiapan pelaksanaannya meliputi penyediaan media, sarana belajar, materi, narasumber dan bahan-bahan praktek.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar pendekatan yang digunakan dalam pendidikan wanita bagi lansia adalah pendekatan partisipatif-andragogi. Pendekatan pembelajaran dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran, yang merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum,

di dalamnya mawadahi, menginsiprasi, menguatkan, dan melatari metode pembelajaran dengan cakupan teoretis tertentu.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar metode dan teknik yang digunakan dalam pendidikan wanita bagi lansia yaitu metode demonstrasi, praktek, diskusi, tanya jawab, dan ceramah.

Pembelajaran pada hakikatnya membelajarkan warga belajar. Mengajar atau *teaching* adalah proses membantu warga belajar memperoleh informasi, ide, keterampilan, nilai, cara berpikir, sarana untuk mengekspresikan diri, dan cara-cara bagaimana belajar.

Dalam pembelajaran orang dewasa banyak metode yang diterapkan. Untuk memberhasilkan pembelajaran semacam ini, apapun metode yang diterapkan seharusnya mempertimbangkan faktor sarana dan prasarana yang tersedia untuk mencapai tujuan akhir pembelajaran, yakni agar peserta dapat memiliki suatu pengalaman belajar yang bermutu.

Berdasarkan, hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar pihak yang melakukan penilaian hasil pendidikan wanita bagi lansia yaitu pengelola dan tutor. Tutor secara langsung atau tidak, melaporkan ke pengelola.

Tuti Suartini, orang yang melakukan evaluasi adalah subjek evaluasi. Dalam evaluasi belajar dan pembelajaran, subjek evaluasi bisa warga belajar, tutor atau pengelola, tergantung dari aturan pembagian tugas atau ketentuan yang berlaku.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa aspek yang dinilai meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor serta dampaknya terhadap hidup yang berkualitas, seperti pengetahuan, kondisi kesehatan, pemeliharaan kesehatan, kedisiplinan mengikuti jadwal olahraga, pemahaman dan kemampuan dalam mempraktekkan pola hidup sehat dan keterampilan. Keaktifan, kehadiran, peningkatan pemahaman dan progress menulis,

membaca, saling kunjung, silaturahmi, peningkatan rasa empati dengan mengunjungi yang sakit. Rajin mengikuti olahraga, dan ikut serta berekreasi, serta silaturahmi dengan tetangga.

Menurut Benjamin Bloom (Nana Sudjana, 2009:22-23) hasil belajar terbagi menjadi 3 ranah, yaitu: 1) Ranah Kognitif, yaitu berkaitan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yaitu pengetahuan, ingatan, pemahaman, aplikasi, sintesis, dan evaluasi. 2) Ranah Afektif, yaitu berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yaitu: penerimaan, jawaban atau reaksi, penelitian, organisasi, dan internalisasi. 3) Ranah Psikomotor, yaitu berkenaan dengan hasil keterampilan dan kemampuan bertindak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar cara melakukan penilaian terhadap warga belajar program pendidikan wanita bagi lansia adalah penilaian langsung, spontanitas dikomentari saat sedang berlangsung dan saat setelah selesai. Selain itu, penilaian juga dilihat dari keaktifan, kehadiran, peningkatan pemahaman dan progress menulis, membaca.

Evaluasi (evaluation) adalah penilaian yang sistematis tentang manfaat atau kegunaan suatu objek (Mehrens & Lehmann, 1991). Dalam melakukan evaluasi terdapat *judgement* untuk menentukan nilai suatu program yang sedikit banyak mengandung unsur subjektif. Evaluasi memerlukan data hasil pengukuran dan informasi hasil penilaian yang memiliki banyak dimensi, seperti kemampuan, kreativitas, sikap, minat, keterampilan, dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar diambil kesimpulan bahwa tindak lanjut pasca pembelajaran, diantaranya: pemeriksaan kesehatan, senam, penyuluhan keluarga dan rekreasi yang rutin dilaksanakan tiap bulan, dan pemberian keterampilan.

Kegiatan akhir dalam pembelajaran wanita lansia tidak hanya diartikan sebagai

kegiatan untuk menutup pelajaran, tetapi juga sebagai kegiatan penilaian hasil belajar warga belajar dan kegiatan tindak lanjut. Kegiatan tindak lanjut harus ditempuh berdasarkan pada proses dan hasil belajar warga belajar. Secara umum kegiatan akhir dan tindak lanjut pembelajaran yang harus dilakukan oleh tutor di antaranya:

1. Menilai hasil proses belajar mengajar.
2. Memberikan tugas/latihan yang dikerjakan di luar jam pelajaran.
3. Memberikan motivasi dan bimbingan belajar.
4. Menyampaikan alternatif kegiatan belajar yang dapat dilakukan warga belajar di luar jam pelajaran.
5. Berdasarkan hasil penilaian belajar warga belajar, kemungkinan warga belajar harus diberikan pembelajaran secara perorangan atau kelompok untuk melaksanakan pengayaan dan atau perbaikan yang dilakukan di luar jam pelajaran.

Kegiatan akhir dan tindak lanjut harus dilakukan secara sistematis dan fleksibel, sehingga dalam prosesnya akan dapat menunjang optimalisasi hasil warga belajar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa ada monitoring dari pengelola dan para tutor terhadap warga belajar yang mengikuti pendidikan wanita bagi lansia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar bahwa faktor-faktor pendukung yang dapat dikembangkan oleh para lulusan untuk mengembangkan usahanya setelah lulus mengikuti pendidikan wanita bagi lansia, yaitu keadaan alam, komunitas lansia, para mahasiswa yang siap terjun. Selain itu terdapat faktor ekonomi, ilmu agama, kesehatan, keluarga, dan lain sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola, tutor dan warga belajar, bahwa keadaan lingkungan masyarakat sangat mendukung program pendidikan wanita bagi lansia di Rumah Belajar.

Lingkungan adalah sumber belajar *riil*, bukan tiruan atau model. Bila tutor memanfaatkan lingkungan sebagai sumber belajar, ini berarti tutor telah menggunakan sumber belajar *riil* (sesungguhnya), bukan berupa tiruan atau model. Tentu bila menggunakan sumber belajar yang riil maka kualitasnya lebih baik bila dibandingkan menggunakan model atau tiruan yang tentu memiliki keterbatasan-keterbatasan. Warga belajar akan lebih tertarik dengan sesuatu yang bersifat nyata dan asli dibanding tiruan atau model. Lingkungan sebagai sumber belajar adalah objek yang menarik untuk dipelajari. Dengan menariknya sumber belajar, maka warga belajar tentu akan lebih bersemangat dan termotivasi.

3. Hasil Pengelolaan Pembelajaran Pemeliharaan Kesehatan Bagi Peserta Program Pendidikan Lansia Dalam Peningkatan Kualitas Hidup di LPPM Rumah Belajar

Pengelolaan pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi lansia dalam meningkatkan kualitas hidup dari deskripsi penelitian terungkap bahwa hasil pembelajaran yang meliputi aspek pengetahuan (kognitif), sikap (afektif) dan keterampilan (psikomotor), pada umumnya warga belajar dapat dikategorikan baik.

Berikut disajikan dalam bentuk tabel mengenai hasil pembelajaran dalam penyelenggaraan pembelajaran bagi wanita lanjut usia di LPPM Rumah Belajar melalui program pendidikan kecakapan hidup lansia :

Tabel 4.4
Hasil Pembelajaran Dalam Penyelenggaraan Pembelajaran Bagi Wanita Lanjut Usia di LPPM Rumah Belajar

Aspek yang Dinilai	Keadaan Warga Belajar		Ket.
	Sebelum mengikuti proses pendidikan bagi wanita lanjut usia	Sesudah mengikuti proses pendidikan wanita lanjut usia	
A. Aspek Kognitif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak memiliki pengetahuan dalam bidang kesehatan khususnya mengenai pola hidup sehat melalui pola makan dan jenis makanan yang aman dikonsumsi bagi lansia serta pentingnya pemeriksaan rutin 2. Tidak memiliki pengetahuan tentang keterampilan membuat tasbih dan kewirausahaan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki pengetahuan dalam bidang kesehatan khususnya mengenai pola hidup sehat melalui pola makan dan jenis makanan yang aman dikonsumsi bagi lansia serta pentingnya pemeriksaan rutin 2. Memiliki pengetahuan tentang keterampilan membuat tasbih dan kewirausahaan 	
B. Aspek Afektif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kurang paham tentang Pola hidup sehat 2. Kurang dalam pergaulan 3. Sikap cuek dan kurang menghargai orang lain 4. Tidak berorientasi kerja 5. Kurang disiplin dalam menghargai waktu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Paham tentang pola hidup sehat. 2. Timbul rasa percaya diri dalam pergaulan 3. Peduli dan respek terhadap orang lain (empati) 4. Selalu berorientasi kerja 5. Menjadi orang yang disiplin dalam menghargai waktu 	

Aspek yang Dinilai	Keadaan Warga Belajar		Ket.
	Sebelum mengikuti proses pendidikan bagi wanita lanjut usia	Sesudah mengikuti proses pendidikan wanita lanjut usia	
	6. Tidak mempertimbangkan tanggung jawab dalam kehidupan 7. Tergantung pada orang lain 8. Sulit berkomunikasi dalam masyarakat	6. Menjadi orang yang bertanggung jawab dalam kehidupan 7. Percaya pada diri sendiri 8. Menjadi orang yang <i>supel</i> dalam masyarakat	
C. Aspek Psikomotor	1. Kurang memeriksakan kesehatan diri 2. Kurang tahu tentang Pola hidup sehat 3. Jarang mengikuti penyuluhan kesehatan 4. Jarang melakukan aktivitas fisik (senam lansia) 5. Tidak terampil dalam membuat tasbih dan manik-manik 6. Kurang bisa berkomunikasi di masyarakat	1. Rutin memeriksakan kesehatan diri 2. Paham tentang pola hidup sehat 3. Sering mengikuti penyuluhan kesehatan 4. Sering melakukan aktivitas fisik (senam lansia) 5. Menjadi terampil dalam membuat tasbih dan manik-manik 6. Menjadi orang yang pandai bergaul dan berkomunikasi di masyarakat.	

4. Dampak Pengelolaan Pembelajaran Pemeliharaan Kesehatan Bagi Peserta Program Pendidikan Lansia Dalam Peningkatan Kualitas Hidup di LPPM Rumah Belajar

Dari hasil pengolahan data sebagaimana telah dideskripsikan pada kegiatan terdahulu, dampak pembelajaran program pendidikan kecakapan hidup lansia kepada warga belajar dalam pemeliharaan kesehatan sangat besar manfaatnya. Warga belajar dalam mengikuti pendidikan wanita bagi lansia mengatakan banyak sekali pengetahuan baru yang ia dapatkan. Bila sebelum mengikuti program ini ia hanya cukup mengurus kehidupan sehari-hari seperti memasak, mencuci, bertani dan berkebun serta mengasuh cucu dan sebagainya, namun setelah mengikuti kegiatan pendidikan wanita bagi lansia ia merasakan adanya pengetahuan baru tentang masalah

pemeliharaan kesehatan, diantaranya jadi tahu mengenai pola hidup sehat diusia senja, pola makan dan jenis makanan yang aman dikonsumsi pada usia senja, aktifitas senam lansia, pemeriksaan kesehatan, belajar keterampilan membuat tasbih dan manik-manik, dimana pengelola dan tutor senantiasa berdasar pada kebutuhan dan kondisi empirik masyarakat sekitar dan selalu mengaitkan materi pembelajaran dengan pengalaman yang dialami/dimiliki oleh warga belajar sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik.

Sekaitan dengan hal tersebut, Cross (1981) dalam Ugi Suprayogi (2009:90), mengemukakan beberapa saran untuk membantu warga belajar lanjut usia yang berhubungan dengan menghafal dan nalar, yaitu sebagai berikut. *Pertama*, dalam menyampaikan suatu informasi harus jelas dan

mengaitkan pelajaran dengan pelajaran yang terdahulu yang mereka peroleh (miliki). *Kedua*, penyampaian ilmu itu harus diinformasikan oleh orang yang ahli dalam bidangnya. *Ketiga*, penyajian suatu topik hendaknya disampaikan pada satu kesempatan dan diberikan evaluasi secara langsung untuk memperkuat daya nalar.

Lebih jauh Hann dan Day (1974) dalam Ugi Suprayogi (2009:91), mengemukakan bahwa :

Faktor yang mempengaruhi kepribadian dari kebanyakan orang dalam masa mudanya tidak jauh berbeda dengan orang masa tuanya. Dimana orang yang sungguh-sungguh belajar di masa mudanya akan kelihatan pada masa pertengahan usia, misalnya dalam menghadapi suatu permasalahan akan lebih cepat mengantisipasinya di banding orang yang belajar santai di masa mudanya.

Dua pendapat di atas memberikan makna bahwa pengalaman belajar pada masa lalu yang dimiliki oleh lanjut usia sangat berpengaruh dalam proses belajar di masa lanjut usia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara kondisi empirik dilapangan dengan konsep selaras, dimana warga belajar mengalami peningkatan pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan, peningkatan keagamaan dan keterampilan, walaupun ada titik kelemahannya yakni pada daya ingat warga belajar lansia yang rendah (menurun), untuk itu diperlukan berbagai aneka layanan pembelajaran yang mampu memberikan penguatan memori/daya ingat lansia.

Perubahan orientasi ini diantaranya disebabkan oleh psikologis. Disatu pihak kemampuan fisik pada usia lanjut sedang mengalami penurunan. Sebaliknya dipihak lain memiliki khasanah pengalaman yang kaya. Kejayaan mereka dimasa lalu yang pernah diperoleh sedang tidak lagi memperoleh perhatian karena secara fisik mereka dinilai sudah lemah. Kesenjangan ini menimbulkan gejala dan kegelisahan-kegelisahan bathin. Apabila gejala-gejala tidak dapat dibendung lagi maka muncul gangguan kejiwaan, seperti

stres, putus asa, ataupun pengasingan diri dari pergaulan sebagai wujud rasa rendah diri. Dalam kasus-kasus seperti ini umumnya dapat difungsikan dan diperankan sebagai penyelamat.

Aktifitas pembelajaran pemeliharaan kesehatan yang telah teragendakan di rumah belajar ternyata mampu dipraktekkan di rumah masing-masing. Warga belajar melakukan proses membuka kembali pelajaran tentang kesehatan yang disampaikan oleh tutor melalui belajar mandiri di rumahnya dengan ditemani oleh anak cucunya. Selain belajar di rumah, di kelompok juga difasilitasi oleh ketua kelompok menjadwalkan ulang belajar bersama ketika selesai mengikuti penyuluhan kesehatan sehingga warga belajar saling membelajarkan dengan saling bertanya dan membimbing warga belajar lainnya. Lebih lanjut, warga belajar saling mengingatkan dengan warga belajar lainnya tentang pentingnya menjaga pola hidup sehat melalui menjaga pola makan, jenis makanan yang dikonsumsi pada usia lanjut dan aktifitas fisik melalui olah raga ringan seperti senam lansia, jalan-jalan sehat dan senantiasa mengecek tekanan darah, gula darah dan berat badan.

Hal ini sesuai dengan konsep yang diutarakan oleh Sudjana (Sudjana, 2001 : 38) bahwa salah satu dampak atau pengaruh dari pembelajaran pendidikan luar sekolah adalah mampu membelajarkan orang lain. Implementasi yang dilakukan oleh warga belajar melalui aktifitas sharing, diskusi-dialogis, bertanya diluar aktifitas pembelajaran adalah salah satu dampak dari pembelajaran pendidikan kecakapan hidup bagi lansia, sehingga dapat disimpulkan bahwa antara kondisi empirik/lapangan dengan konsep selaras.

Selain itu, intensitas warga belajar lansia untuk mengikuti berbagai macam kegiatan sosial baik di keluarga maupun dimasyarakat mengalami peningkatan seperti: mengikuti pengajian rutin/majelis taklim yang diselenggarakan oleh DKM, menengok orang

sakit, melayat dan membantu mereka yang terkena musibah (orang meninggal) dengan ikut membantu memasak, membantu menyediakan makanan ringan di kegiatan pengajian, mengikuti pengajian dalam rangka syukuran atau PHBI, sholawatan dan sebagainya. Warga belajar berkeyakinan bahwa usia boleh senja atau lansia, tetapi semangat untuk terus memperbaiki diri, tekun, rajin, memanjangkan silaturahmi, menambah amal sholeh dan menjaga dari perbuatan buruk serta rajin melakukan pengecekan kesehatan memberikan kekuatan untuk terus berkarya dalam hidup yang fana ini.

Sejalan dengan hal tersebut diatas, hal ini relevan dengan apa yang dikemukakan oleh pendapat Djudju Sudjana (Sudjana, 2001 : 38) yang mengatakan bahwa tujuan akhir dari penyelenggaraan program Pendidikan Luar Sekolah diharapkan dapat menimbulkan dampak (pengaruh/*outcome* atau *impact*) yang merupakan tujuan akhir program pendidikan luar sekolah. Pengaruh meliputi: (a) perubahan taraf hidup lulusan yang ditandai dengan perolehan pengetahuan baru, pekerjaan, atau berwirausaha, perolehan/peningkatan pendapatan, kesehatan dan penampilan diri, (b) membelajarkan orang lain terhadap hasil yang telah dimiliki dan dirasakan manfaatnya oleh lulusan, (c) peningkatan partisipasinya dalam kegiatan sosial dan pembangunan masyarakat, baik partisipasi buah pikiran, tenaga, harta benda dan dana.

Berkaitan dengan peningkatan kualitas hidup warga belajar lansia dari data empirik ditemukan data bahwa warga belajar memiliki kualitas hidup, tidak menganggap tujuan hidupnya dimasa lalu dan tidak memiliki keyakinan dalam hidup. Selanjutnya mempunyai keinginan mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman baru, menyadari potensi diri yang dimiliki serta memperbaiki diri dan tingkah laku individu.

Hal ini sejalan dengan pendapat Chang, Viktor dan Weissman (2004), bahwa aspek kualitas hidup dapat dikatakan sebagai suatu

pencapaian atau suatu kepuasan yang dirasakan oleh lansia pada khususnya dan masyarakat pada umumnya. Lebih lanjut Chang, Viktor dan Weissman (2004), menyatakan bahwa;

Kualitas hidup merupakan derajat dimana seseorang menikmati kemungkinan dalam hidupnya, kenikmatan tersebut memiliki dua komponen yaitu pengalaman, kepuasan dan kepemilikan atau pencapaian beberapa karakteristik dan kemungkinan-kemungkinan tersebut merupakan hasil dari kesempatan dan keterbatasan setiap orang dalam hidupnya dan merefleksikan interaksi faktor personal lingkungan.

Aspek kesehatan dan pembinaan fisik dan psikis memberikan manfaat yang besar bagi lansia seperti lebih terkontrolnya kondisi kesehatan dan gizi lansia, bertambahnya pengetahuan tentang kesehatan dan kebersihan diri dan lingkungan hidup lansia.

Kondisi kesehatan lansia di LPPM Rumah Belajar rata-rata lansia memiliki kondisi kesehatan yang baik dan merasa kondisi kesehatannya lebih terkontrol dengan adanya program pemeriksaan kesehatan rutin yang diadakan oleh pengelola program pendidikan kecakapan hidup lansia.

Peningkatan kualitas hidup pada bidang pendidikan dilakukan melalui penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan secara rutin selama satu bulan satu kali dengan narasumber dari Fakultas Kedokteran UNPAD. Secara umum hasil penyuluhan menunjukkan pengaruh yang baik kepada warga belajar dengan peningkatan berbagai aspek pengetahuan mulai dari pola hidup sehat (makan teratur, pemilahan makanan, istirahat yang cukup), aktivitas fisik melalui kegiatan olahraga (jalan sehat, senam lansia dan rekreasi edukatif).

Peningkatan kualitas hidup dilakukan melalui berbagai upaya pembinaan pada berbagai bidang, yang telah disesuaikan dengan masalah dan kondisi lansia yang cukup bervariasi, sebagaimana menurut Irwan (2008) bahwa lansia memiliki karakteristik sebagai berikut; yaitu berusia lebih dari 60 tahun;

kebutuhan dan masalah yang bervariasi dari rentang sehat sampai sakit, dari kebutuhan biopsikososial sampai spiritual, serta dari kondisi adaptif hingga kondisi maladaptif; dan lingkungan tempat tinggal bervariasi.

Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan akhir dari penyelenggaraan program pendidikan wanita bagi lansia di lapangan, selaras dengan konsep.

I. Simpulan dan Rekomendasi

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada pengelolaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup di LPPM Rumah Belajar di Desa Cihideung Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup, yaitu :
 - a. Pengelola dan tutor melakukan diagnosis kebutuhan belajar (*need analysis*) terlebih dahulu sebelum melaksanakan pembelajaran. Kebutuhan belajar juga terkadang dilakukan tutor pada saat berlangsungnya pembelajaran.
 - b. Setelah teridentifikasi kebutuhan belajar warga belajar, pengelola merumuskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dalam bentuk program kerja dan jadwal kegiatan. Adapun tutor merumuskan tujuan pembelajaran baru secara verbal saja belum secara tertulis, karena tujuan pembelajaran sudah dirumuskan terlebih dahulu oleh pihak pengelola.
 - c. Pengelola menyusun desain/rancangan pembelajaran terlebih dahulu setiap akan melakukan proses pembelajaran dengan menterjemahkan dari kurikulum kemudian menjabarkannya ke dalam

RPP (rencana pelaksanaan pembelajaran) walaupun masih bersifat gradual. Namun tutor membuat rancangan pembelajarannya secara verbal saja, sebab rancangan pun sudah tersedia sebelumnya, dalam proses penyusunan rancangan pembelajaran yang disusun tidak hanya sepihak saja, namun semua komponen ikut terlibat yang berbasis pada kebutuhan, diantaranya; pengelola, tutor dan warga belajar.

- d. Sebelum pelaksanaan pembelajaran dimulai, penyelenggara dan tutor telah mempersiapkan perangkat yang berkaitan dengan unsur pembelajaran meliputi; silabus atau RPP, bahan ajar, peralatan kesehatan, media, sarana dan prasarana.
2. Pelaksanaan pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup yaitu sebagai berikut :
 - a. Materi yang diberikan oleh tutor dalam proses pembelajaran relevan (sesuai) dengan kriteria warga belajar lanjut usia yang berdasar pada kebutuhan dan minat. Materi utama yang diberikan yaitu tentang pemeliharaan kesehatan, adapun materi penunjang yakni keterampilan, keagamaan, penyuluhan pertanian, serta membaca dan berhitung.
 - b. Langkah-langkah pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh pengelola dan tutor pada program pendidikan wanita lansia di LPPM Rumah Belajar diawali dengan identifikasi kebutuhan belajar, perumusan tujuan pembelajaran, penyiapan instrumen kebutuhan, evaluasi awal pembelajaran, pemilihan/pengelompokan, proses pembelajaran, analisis proses, evaluasi akhir pembelajaran dan tindak lanjut pembelajaran.

- c. Pendekatan yang digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan wanita lanjut usia adalah pendekatan partisipatif-andragogi yaitu pelibatan warga belajar sebagai sumber belajar dalam pembelajaran dengan mengangkat pengalaman-pengalaman yang dialaminya. Adapun teknik pembelajaran yang digunakan yaitu diskusi, ceramah, praktek, tanya jawab serta demonstrasi.
 - d. Sarana belajar yang digunakan dalam proses pembelajaran kondisinya relatif baik yang meliputi tempat/ruang Rumah Belajar, alat tulis dan buku Iqro, papan tulis, timbangan, mesin jahit, bahan biji manik, jarum, benang kenur, karet, gunting, penitik, Al-Quran, alat memasak, alat kesehatan dan *tape recorder*. Adapun media belajar yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan wanita lanjut usia yakni media visual, media audio, *projected still* media dan *projected motion* media.
 - e. Evaluasi atau penilaian terhadap warga belajar dilakukan melalui pengamatan sikap dan prilaku, keaktifan, kehadiran serta pengetahuan warga belajar melalui tes-non tes sehingga dapat diketahui keberhasilannya.
 - f. Tindak lanjut pembelajaran dilakukan melalui penugasan yang diberikan oleh tutor kepada warga belajar melalui belajar mandiri yang dilakukan di rumahnya masing-masing
 - g. Lingkungan belajar pada program pendidikan wanita bagi lanjut usia tidak hanya dilakukan di dalam ruangan (*in-door*) tetapi di luar ruangan (*out-door*) yang memberikan motivasi, dorongan dan pengalaman belajar untuk warga belajar lansia
3. Hasil pembelajaran pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup mengalami peningkatan yang signifikan,

hal ini dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu : (a). Pengetahuan (kognitif) peserta meningkat tentang pemeliharaan kesehatan, hal ini berbanding terbalik dengan pengetahuan awal warga belajar sebelum mengikuti program pendidikan wanita lanjut usia (b). Afektif ; kepercayaan diri, simpati dan empati, kepedulian terhadap sesama, semangat dalam belajar, saling tolong menolong, bijak dalam mengambil keputusan, bekerja keras, berani untuk belajar merintis dalam berusaha meningkatkan setelah mengikuti program. Kondisi sebaliknya terjadi ketika sebelum mengikuti program seperti malas, tidak percaya diri, individualis, kurang peduli, malu untuk bertanya, rasa toleransi antar sesama yang kurang dan sebagainya. (c) Psikomotorik ; keterampilan peserta meningkat hal ini bisa dilihat dari kemampuan WB dalam menerapkan pengetahuan (teori) diantaranya terampil membuat tasbih dan manik-manik, pandai bergaul dengan orang lain, mulai merintis usaha, menjaga kesehatan diri melalui olah raga/senam teratur, menjaga pola makan teratur, memilah dan memilih jenis makanan.

4. Dampak pembelajaran dalam pemeliharaan kesehatan bagi peserta program pendidikan lansia dalam peningkatan kualitas hidup, yaitu ;
 - a. Perubahan taraf hidup dengan diperolehnya pengetahuan baru tentang masalah pemeliharaan kesehatan, diantaranya jadi tahu mengenai pola hidup sehat diusia senja, pola makan dan jenis makanan yang aman dikonsumsi pada usia senja, aktifitas senam lansia, pemeriksaan kesehatan, belajar keterampilan membuat tasbih dan manik-manik. Selain itu peningkatan keagamaan sangat bermanfaat sekali untuk bekal amal sholeh sebagai bekal di yaumul akhir nanti dan memperoleh kebahagiaan dan

ketenangan. Apalagi yang dipelajari adalah belajar membaca al-qur'an melalui metode iqro, surat-surat pendek, masalah ubudi'ah (fiqih), pergaulan dalam keluarga dan masyarakat (mu'amalah)

- b. Rasa toleransi dan kebersamaan dalam berbuat sosial bertambah hal ini ditandai intensitas warga belajar lansia untuk mengikuti berbagai macam kegiatan sosial baik di keluarga maupun di masyarakat mengalami peningkatan seperti: mengikuti pengajian rutin/majelis taklim yang diselenggarakan oleh DKM, menengok orang sakit, melayat dan membantu mereka yang terkena musibah (orang meninggal) dengan ikut membantu memasak, membantu menyediakan makanan ringan di kegiatan pengajian, mengikuti pengajian dalam rangka syukuran atau PHBI, sholawatan
- c. Setelah terbentuk kelompok belajar lanjut usia tercipta kondisi saling membelajarkan di dalam kelompok dalam bentuk kegiatan *sharing*, dialog di dalam kegiatan pembelajaran dan setelah kegiatan pengajian di majelis taklim

B. Rekomendasi

Rekomendasi dalam penelitian ini ditujukan kepada pihak-pihak sebagai berikut:

1. Pihak Penyelenggara Program
 - a. Pihak penyelenggara yang harus lebih intensif lagi dalam memonitor perkembangan kelompok belajar lansia terutama dalam hal pemberian keterampilan dan pemeriksaan kesehatan.
 - b. Perlu adanya jalinan kemitraan yang lebih banyak lagi dengan berbagai pihak misal toko/grosir yang menjual cinderamata oleh pihak pengelola dalam memasarkan produk tasbih

sehingga pemasaran tidak hanya di wilayah sekitar LPPM Rumah Belajar

- c. Bagi warga belajar agar terus bersemangat dalam mengikuti pembelajaran pendidikan wanita lanjut usia
2. Bagi Aparat Pemerintah dan Tokoh Masyarakat
 - a. Bagi aparat pemerintah (Desa/Kecamatan) dan tokoh masyarakat setempat agar senantiasa memonitor perkembangan kelompok belajar lansia sehingga motivasi warga belajar akan senantiasa stabil karena merasa diperhatikan
 - b. Mengadakan bimbingan dan pendampingan yang berhubungan dengan permasalahan kesehatan lansia oleh keluarga, pola hidup sehat dan menjaga pola makan, dan partisipasi mereka dalam pembangunan di lingkungan masyarakat sekitar serta kegiatan sosial masyarakat
 - c. Diadakannya pembelajaran dan pelatihan manajemen usaha atau apa saja yang bermanfaat dan berkesinambungan bagi lansia
3. Peneliti Lain
 - a. Penelitian dapat dilakukan dengan tema yang sama tetapi pada lokasi sasaran dan konten yang berbeda sehingga dapat diketahui keberhasilan dan efektivitas program pembelajaran dalam mencapai tujuan pembelajaran pendidikan wanita lanjut usia
 - b. Peneliti lain diharapkan dapat mengkaji lebih dalam tentang hasil penelitian ini untuk lebih disempurnakan dalam penelitian pengembangan program pendidikan lansia, khususnya pemberdayaan wanita lansia diberbagai sektor kehidupan selain bidang pemanfaatan kesehatan.

J. Daftar Pustaka

- Abdulahak, I. (1995). Metodologi Pembelajaran Pada Pendidikan Orang Dewasa. Bandung: Cipta Intelektual
- Ali, M, dkk (2007). Ilmu dan Aplikasi Pendidikan. Bandung : Pedagogiana Press
- Arikunto, S. (1986). Pengelolaan Kelas dan Siswa. Jakarta : CV Rajawali
- . (1992). Prosedur Penelitian. Jakarta : Rhineka Cipta.
- Arif, Z. (2012). Andragogi. Bandung: Angkasa.
- Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (2006). Modul Bina Keluarga Lansia. Medan : BKKBD.
- Badudu, J.S (1958). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Depdikbud : Jakarta
- Departemen Kesehatan RI, (2005). Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan. Jakarta: Depkes
- Departemen Kesehatan RI bekerjasama dengan Direktorat Bina Kesehatan Keluarga, (1998). Pedoman Model Pelayanan Kesehatan Usia Lanjut Usia di Masyarakat. Jakarta : Depkes.
- Ditjen PLSP. (2004). Pedoman Penyelenggaraan Program Kecakapan Hidup (Life Skills) Pendidikan Non Formal. Jakarta : Ditjen PLSP
- Djaramah, S. B. dan Zain, A. (1996). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fauzi, A. (2012) .Manajemen Pembelajaran. Yogyakarta : Deepublish.
- Hatimah, Ihat dkk (2008). Pembelajaran Berwawasan Kemasyarakatan. Bandung: Universitas Terbuka
- Heni, N. H. (2007). Psikologi Agama. Jakarta: UIN Jakarta Press
- Hilgard dan Bower, (1996). Learning and Teaching, Bonoma : Published Press
- Ife, J, (1998), Community Development, New York : Macmillan Publishing Company.
- Kartono, K. (1990). Metode Penelitian. Jakarta ; Rhineka Cipta
- Margono, S. (1996). Metodologi Penelitian. Jakarta : Rajawali Press.
- Mariyana, R. dkk. (2010). Pengelolaan Lingkungan Belajar. Jakarta ; Kencana Prenada Media Group
- Moleong, L.J. (1995). Penelitian Naturalistik. Jakarta : Program Pascasarjana - Universitas Negeri Jakarta
- Nasution, (1996). Metode Penelitian, Jakarta : Rhineka Cipta
- Roesmidi , H. dan Risyanti, R. (2008). Pemberdayaan Masyarakat. Jatinangor: Alqaprint.
- Ruhimat, T. (2007). Prosedur Pembelajaran. Bandung : UPI
- Schramm. (1977). Men, messages, and media: a look at human communication. Harper & Row. *Language Arts & Disciplines*
- Sanjaya, W. (2008). Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sudjana, D. (1993), Strategi Pembelajaran Pendidikan Luar Sekolah. Bandung: Nusantera Press
- . (1993). Metode dan teknik Pembelajaran Partisipatif Dalam Pendidikan Luar Sekolah. Bandung : Nusantera Press.
- . (1996). Strategi Membangun Motivasi Dalam Pembelajaran Orang Dewasa. Bandung: AGTA Manunggal Utama
- Sudjana, N. (2008). Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- . (2009). Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Suprayogi, Ugi (2009). Pembelajaran Lanjut Usia. Bandung : Widya Aksara

- Suryadi, A. dan Budimansyah, D. (2009). Paradigma Pembangunan Pendidikan Nasional : Konsep, Teori, dan Aplikasi dalam Analisis Kebijakan P u b l i k Bandung : Widya Aksara Press.
- Suryadi, A. (2012). Mewujudkan Masyarakat Pembelajar : Konsep, Kebijakan dan Implementasi (Edisi ke-2). Bandung : Widya Aksara Press.
- Sutikno, M. S. (2005). Pembelajaran Efektif. Mataram: NTP Press
- Tim Pengembang Ilmu Pendidikan FIP-UPI. (2007). Ilmu & Aplikasi Pendidikan. Bandung: PT IMTIMA.
- Trianto. (2007). Model Pembelajaran Terpadu Dalam Teori Dan Praktek. Jakarta : Prestasi Pustaka
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003. Jakarta : Depdiknas
- Undang-Undang Tentang Kesehatan No 23 Tahun 1991, Jakarta: Kemenkes.
- Witherington, H.C.(1983). Psikologi Pendidikan (Terjm. M. Buchori). Jakarta : Aksara Baru.
- Knowles, M. (1986). The Adult Learner A Neglected Species, Third Edition. Hauston: Gulf Publishing Company.
- Coomb H.Philip. (1984). Memerangi Kemiskinan di Pedesaan Melalui Pendidikan Non Formal, yayasan Ilmu-ilmu Sosial.
- Sumber lainnya :**
- As'ari, A. (2013). Pendekatan, Strategi dan Model Pembelajaran. Tersedia: <http://www.btqsman1grati39.htm>. [Online: 02 Mei 2014]
- Friedman, (1999). The Adult Learner Family in Home. Tersedia: <http://www.pengantarpendidikan.keluarga.co.id>. [Online: 20 Oktober 2013]
- Ginanjar, R. (2007). Pengelolaan Program Bina Keluarga Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lanjut Usia. Bandung: Skripsi S1 Jurusan Pendidikan Luar Sekolah, FIP UPI.
- Kuswardani, H.I. (2009). Gambaran Peranan Keluarga Terhadap Prilaku Hidup Sehat Lanjut Usia. Medan: Skripsi S1 FKM USU.
- Olim, A (1999). Kemampuan Membelajarkan Diri Pemuda Pelopor dan Pengembangannya. Bandung : Disertasi PPSIKIP Bandung.
- Rosmia, A.R. (2008). Peningkatan Motivasi Belajar Lanjut Usia Sebagai Proses Belajar Sepanjang Hayat Melalui Program Pelatihan Kreatif Mandiri (PKM). Bandung: Skripsi S1 Jurusan Pendidikan Luar Sekolah, FIP UPI.
- Sutikno, E. (2001). Hubungan Antara Fungsi Keluarga dan Kualitas Hidup Lansia. Jurnal Kedokteran Indonesia. Vol.2 No.1. Kediri: Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata.
- Yunus, Dadang (2010). Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skills) Dalam Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (PEKKA) Untuk Peningkatan Pendapatan Dan Kemandirian Berwirausaha. Bandung : Tesis Prodi PLS SPs UPI
- . (2013). Strategi Pembelajaran. Tersedia: <http://dputrapamungkas93.blogspot.com/2013/02/01/archive.html>. [Online : 02 Mei 2014]
- . (2011). Pengertian Belajar dan Pembelajaran. Tersedia: <http://fatih-io.biz/pengertian-belajar-dan-pembelajaran-menurut-para-ahli.html>. [Online: 02 Mei 2014]