

**PKM PENGUATAN KAPASITAS KELEMBAGAAN
PIMPINAN RANTING AISYIAH BORO DALAM
MENGELOLA PROGRAM PEMBERDAYAAN LANSIA
MANDIRI**

Lely Ika Mariyati¹, Zaki Nur Fahmawati², Andika Aliviameta³, Amalia
Dinda Oktavia⁴, Dhia Kesuma Qatrunnada Rinaldi⁵,

^{1,2,3,4,5} Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Corresponding Author E-mail: ikalely@umsida.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat kapasitas kelembagaan Pimpinan Ranting Aisyiah (PR Aisyiah) Boro dalam mengelola program pemberdayaan lansia mandiri yang berbasis komunitas melalui pengembangan *daycare* lansia. Program ini dilatar belakangi meningkatnya jumlah lansia berserta permasalahan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi di wilayah sub-urban (Sidoarjo). Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) dengan melibatkan mitra secara aktif pada seluruh tahapan kegiatan, meliputi persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan pendampingan. Kegiatan utama mencakup *pre-test self-efficacy*, studi tiru ke PC Aisyiah Sukodono tepatnya di *daycare* “Siti Walidah”. Selanjutnya adalah *workshop* dan *focus group discussion* (FGD), serta penyusunan rancangan program dan Standar Operasional Prosedur (SOP) *Daycare* Lansia. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kapasitas kader PR Aisyiah Boro dalam memahami kebutuhan lansia dan mengelola program berbasis komunitas. Skor *self-efficacy* meningkat dari 361 menjadi 380 atau sebesar 5,25%. Peserta juga berhasil menyusun rancangan awal program *daycare* lansia yang berkelanjutan dan sesuai dengan kebutuhan lokal. Program ini menegaskan efektivitas pendekatan PAR dalam meningkatkan kesiapan lembaga dalam menyediakan layanan lansia yang lebih inklusif, partisipatif dan berorientasi pada pemberdayaan komunitas.

Kata Kunci: Penguatan kapasitas kelembagaan, *daycare* lansia, PR Aisyiah, *participatory action research* (PAR).

1. PENDAHULUAN

Manusia mengalami berbagai proses perkembangan sepanjang kehidupan, mulai dari masa bayi, anak, remaja, dewasa hingga lanjut usia (lansia). Lansia merupakan tahap akhir perkembangan yang ditandai dengan penurunan kemampuan fisik, psikologis dan sosial akibat proses penuaan (Hurlock, 1999; Sumanto, 2014). Menurut *World Health Organization* dalam Asih (2025), lansia adalah tahap akhir dari rangkaian proses kehidupan. Lansia mencakup kelompok usia 60 tahun ke atas yang mengalami penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan dan perubahan kehidupan sehari-hari.

Pada tahap perkembangan psikososial, Erikson menyebutkan bahwa lansia berada pada fase *integrity versus despair* yaitu fase ketika individu melakukan evaluasi terhadap perjalanan hidupnya, merefleksikan pengalaman kehidupan seseorang, dan selalu menafsirkan perubahan hidup (Santrock, 2018). Ketidakmampuan dalam mencapai integritas diri dapat menghadirkan rasa putus asa, kesepian, serta hilangnya makna hidup, khususnya saat lansia mengalami perubahan peran, menanggung tuntutan untuk merawat pasangan, mengalami perpisahan/kehilangan dengan pasangan, ataupun mengalami penurunan kondisi kesehatan (Livina dkk., 2018).

Menurut data dunia, populasi lansia terus mengalami peningkatan. Laporan *World Population Ageing* (WHO, 2025), jumlah lansia di dunia diprediksi mengalami peningkatan hingga 1,4 miliar pada tahun 2050. Sedangkan jumlah lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan yang signifikan. Data Badan Pusat Statistik (BPS) 2020 menyatakan jumlah penduduk lansia mencapai 9,92%. Hal ini menandakan Indonesia telah memasuki era *aging structure* sehingga menuntut upaya intensif untuk meningkatkan kesejahteraan lansia.

Peningkatan jumlah lansia juga berpotensi menimbulkan permasalahan yang memerlukan perhatian dengan disertai langkah antisipatif yang tepat. Karena itu, kebijakan pembangunan menitikberatkan pada upaya pemberdayaan serta peningkatan kesejahteraan lanjut usia dengan memperhatikan keterampilan, peningkatan pengetahuan, keberfungsian, serta kondisi fisik, mental dan spiritual yang mereka miliki (Pangribowo, 2022). Pemberdayaan lansia menjadi urgen dan mendesak karena mereka termasuk kelompok rentan yang harus didukung dan dikembangkan sesuai dengan potensi yang dimiliki, baik melalui keluarga atau masyarakat di lingkungannya.

Pada lansia yang tinggal di wilayah sub urban seperti desa Boro-Tanggulangun Kabupaten Sidoarjo, mereka berhadapan dengan tantangan unik dan multidimensi, yakni: 1). Tantangan kesehatan fisik, seperti lansia sangat rentan terhadap penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes (Pangribowo, 2022), sementara akses terhadap program Posbindu yang inovatif dan teratur masih memerlukan optimalisasi. 2). Tantangan psikologis yakni isu isolasi sosial, kesepian, dan risiko depresi dimana hal ini merupakan masalah yang krusial. Selain itu perubahan peran dalam keluarga dan hilangnya pasangan hidup seringkali memicu krisis identitas dan perasaan tidak berguna (Livina dkk, 2018). 3). Tantangan sosial dan ekonomi seperti tidak memiliki sumber pendapatan tetap sehingga lansia rentan mengalami kemiskinan. Keterbatasan fisik dan diskriminasi usia membuat mereka sulit berpartisipasi dalam kegiatan produktif (WHO,

2025).

Pimpinan Ranting (PR) Aisyiyah Boro telah lama aktif sebagai wadah kegiatan keagamaan dan sosial bagi lansia. Namun, program yang ada masih bersifat event-based dan belum terintegrasi dalam program pemberdayaan lansia yang berkelanjutan. Padahal, PR Aisyiyah Boro memiliki potensi kelembagaan dan kader yang dapat dikembangkan sebagai basis pelayanan lansia berbasis komunitas. Upaya transformasi PR Aisyiyah Boro bukan hanya intervensi langsung kepada lansia, tetapi juga peningkatan kapasitas (*capacity building*) kelembagaan kader Aisyiyah agar mampu mengelola program secara mandiri. Penguatan kapasitas meliputi peningkatan pengetahuan, keterampilan, kelembagaan, dan kemampuan membangun jejaring kemitraan (Kanni, 2009). Dengan *capacity building*, kader PR Aisyiyah Boro diharapkan mampu menjadi fasilitator sekaligus pengelola program pemberdayaan lansia secara berkelanjutan, sehingga dapat meningkatkan partisipasi, kemandirian, dan kualitas hidup lansia di masyarakat.

Pada *setting* penguatan kapasitas SDM PR Aisyiyah Boro, upaya yang dapat dilakukan meliputi pelatihan kepemimpinan dalam pengelolaan komunitas, peningkatan pemahaman mengenai pentingnya pemberdayaan lansia, pembentukan kelompok kader, serta penguatan jejaring/komunikasi dengan eksternal seperti Puskesmas, Posyandu, organisasi masyarakat dan perusahaan swasta. Program ini bertujuan untuk menghasilkan model pemberdayaan lansia yang berkelanjutan (*sustainable*) dan dapat dikembangkan dan diperluas manfaatnya. Hal ini sejalan dengan prioritas Riset Muhammadiyah (RISETMU) dalam membangun masyarakat serta mendukung capaian Sustainable Development Goals (SDGs) poin 3, yakni *Good Health and Well-Being*.

Masalah krusial yang dihadapi PR Aisyiyah Boro adalah keterbatasan kompetensi sumber daya manusia serta manajemen program sosial dan kesehatan terpadu. Walaupun semangat *ta'awun* dan berkhidmat pada kemanusiaan, namun masih kurang didukung dengan kemampuan dalam merancang program (*program design*), menggerakkan sumberdaya yang ada (*resource mobilization*), dan perencanaan yang berkelanjutan (*sustainability planning*). Oleh karena itu, diperlukan pelatihan *community organizer* untuk membentuk kader dan pimpinan ranting menjadi fasilitator serta pengelola program yang lebih proaktif dan terampil. Penguatan kapasitas kelembagaan menjadi langkah penting karena tanpa adanya kemampuan yang memadai, program pemberdayaan lansia berisiko berhenti setelah kegiatan pengabdian selesai dan tidak dapat dijalankan secara mandiri oleh masyarakat setempat.

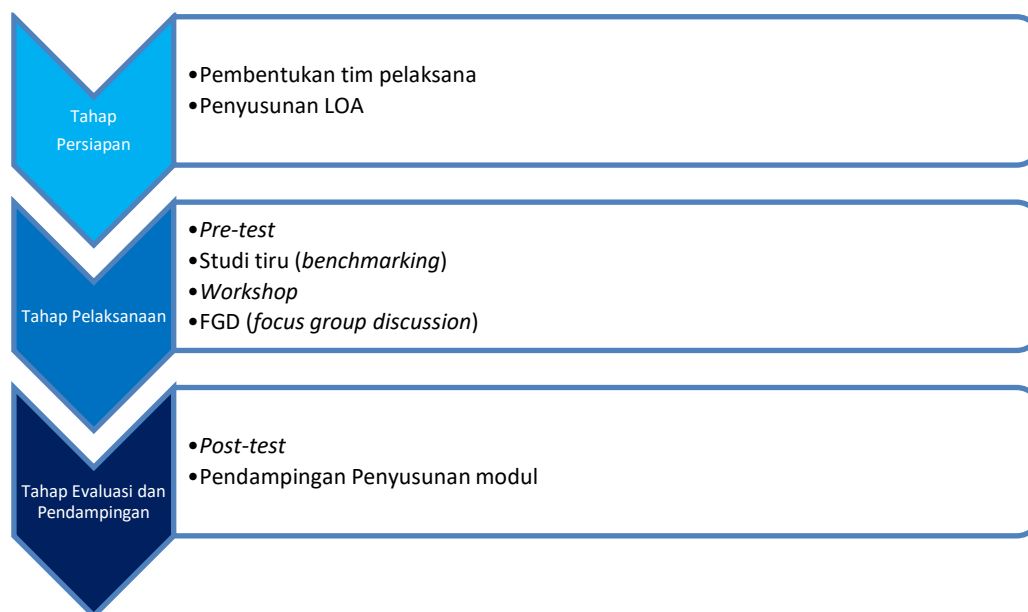
Solusi yang ditawarkan berfokus pada penguatan kapasitas berbasis kaderisasi dan transfer pengetahuan berkelanjutan dengan model *capacity building* dengan pendekatan *participatory action research* (PAR), dimana mitra (Aisyiyah Boro) tidak hanya menjadi penerima manfaat, tetapi juga terlibat aktif dalam merancang dan melaksanakan program sesuai kebutuhan lokal (Baum dkk, 2006). Salah satu bentuk layanan berbasis komunitas yang dikembangkan adalah *daycare* lansia, yaitu layanan harian yang menyediakan aktivitas fisik, sosial, dan psikologis secara terstruktur. Namun, hingga saat ini Pimpinan Ranting Aisyiyah Boro belum memiliki model layanan tersebut serta belum memiliki pengalaman dalam pengelolaannya. Oleh karena itu, diperlukan

pendampingan melalui proses pembelajaran langsung (studi tiru) dan diskusi partisipatif untuk merancang program *daycare* lansia yang sesuai dengan kebutuhan lokal.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif yang mengacu pada prinsip *participatory action research* (PAR), yaitu pendekatan yang menempatkan mitra sebagai subjek aktif dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi masalah hingga perumusan solusi. Pendekatan ini dipilih karena mampu meningkatkan rasa kepemilikan program serta keberlanjutan intervensi berbasis komunitas (Baum dkk, 2006; Chambers, 1994)

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan sebagai berikut:



Gambar 1. Tahap pelaksanaan kegiatan

Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi internal bersama Pimpinan Ranting (PR) Aisyiyah Boro untuk memastikan kesiapan program pengabdian masyarakat. Di tahap ini, tim pengabdian menyusun *letter of agreement* (LOA) kerja sama antara PR Aisyiyah Boro dan PC Aisyiyah Sukodono sebagai wujud dukungan kelembagaan terhadap pelaksanaan program. Selain itu juga membentuk tim pelaksana, menyusun rangkaian kegiatan, hingga persiapan materi *workshop* beserta berbagai kebutuhan teknis lainnya seperti tempat kegiatan, ATK, konsumsi, perlengkapan dan dokumentasi kegiatan. Tahap persiapan dilakukan guna memastikan kesiapan administrasi, teknis dan substansi program sebelum kegiatan dilaksanakan.

Tahap Pelaksanaan

DedikasiMU (Journal of Community Service)**Volume 8, Nomor 3, September 2026**

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian *pre-test* kepada peserta dari PR Aisyiyah Boro untuk mengukur tingkat *self-efficacy* dalam mengelola hambatan kelembagaan pada pengembangan program *daycare* lansia berbasis komunitas. Instrumen *pre-test* digunakan untuk mengetahui keyakinan peserta terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan seperti pembagian peran kader, pengelolaan program, komunikasi tim, pengambilan keputusan, serta kemampuan membangun kerja sama dengan pihak eksternal. Pengukuran *self-efficacy* penting dilakukan untuk mengetahui kesiapan awal peserta sebelum diberikan intervensi program, karena keyakinan individu terhadap kemampuannya akan memengaruhi keberhasilan dalam menjalankan suatu program kelembagaan (Bandura, 1995).

Selanjutnya, peserta mengikuti kegiatan studi tiru (*benchmarking*) ke Pimpinan Cabang Aisyiyah Sukodono yang telah memiliki program *daycare* lansia. Kegiatan ini bertujuan memberikan pengalaman belajar langsung mengenai praktik pengelolaan *daycare* lansia berbasis komunitas melalui observasi, diskusi dengan pengelola, serta identifikasi praktik baik yang dapat diadaptasi sesuai kondisi lokal. Studi tiru merupakan bentuk pembelajaran berbasis pengalaman yang memungkinkan peserta memperoleh pemahaman secara langsung melalui proses observasi dan keterlibatan aktif dalam situasi nyata (Kolb, 2015).

Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan *workshop daycare* lansia yang berfokus pada peningkatan pemahaman mengenai kebutuhan lansia dari aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual agar peserta mampu merancang layanan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Setelah *workshop*, dilakukan *focus group discussion* (FGD) partisipatif bersama anggota PR Aisyiyah Boro untuk mengidentifikasi permasalahan lansia, merumuskan program kegiatan *daycare* lansia, menyusun kebutuhan lansia, merumuskan program kegiatan *daycare* lansia, menyusun kebutuhan sarana dan prasarana, serta mengidentifikasi potensi dukungan dari pihak eksternal seperti puskesmas dan organisasi masyarakat. Pendekatan partisipatif dalam FGD memungkinkan peserta terlibat aktif dalam proses refleksi dan pengambilan keputusan bersama sebagai bagian dari pendekatan *participatory action research* (PAR) (Baum dkk, 2006).

Tahap Evaluasi dan Pendampingan

Tahap evaluasi dilakukan melalui pemberian *post-test* setelah peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan studi tiru dan *workshop*. *Post-test* bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat *self-efficacy* peserta dalam mengelola hambatan kelembagaan setelah memperoleh intervensi program pengabdian masyarakat. Evaluasi *post-test* digunakan untuk mengukur efektivitas program pelatihan dalam meningkatkan keyakinan peserta terhadap kemampuan mereka dalam mengelola program, bekerja sama dalam tim, menyelesaikan permasalahan lembaga, serta menjalankan program *daycare* lansia secara mandiri dan berkelanjutan. Menurut (Bandura, 1995) peningkatan *self-efficacy* dapat terbentuk melalui pengalaman langsung, observasi terhadap keberhasilan orang lain, serta proses pembelajaran partisipatif.

Selain evaluasi kuantitatif, tim pengabdian juga melakukan analisis deskriptif kualitatif terhadap hasil diskusi dan pengalaman peserta untuk menghasilkan rancangan program *daycare* lansia yang kontekstual dan aplikatif sesuai kebutuhan masyarakat. Berdasarkan hasil analisis tersebut, disusun

rancangan program kegiatan, rekomendasi aktivitas berbasis kebutuhan lansia, serta model awal pengelolaan *daycare* lansia yang dapat diimplementasikan oleh mitra. Pada tahap akhir, tim pengabdian melakukan pendampingan perencanaan kepada PR Aisyiyah Boro melalui penyusunan rencana operasional, pengembangan jejaring kerja sama dengan pihak eksternal, serta penguatan kapasitas kelembagaan agar mitra memiliki kesiapan dalam mengelola program secara mandiri dan berkelanjutan sesuai prinsip *capacity building* (Kanni, 2009).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Studi Tiru (Benchmarking)

Kegiatan studi tiru yang dilakukan di Pimpinan Cabang Aisyiyah (PC. Aisyiyah) Sukodono memberikan pengalaman pembelajaran langsung bagi peserta dalam memahami pengelolaan *daycare* lansia berbasis komunitas. Melalui observasi dan diskusi bersama dalam pengelolaan, peserta memperoleh gambaran mengenai sistem layanan yang terstruktur, mulai dari pelaksanaan kegiatan harian, pembagian tugas kader, manajemen operasional, hingga strategi pelibatan lansia dalam aktivitas produktif dan sosial.



Gambar 2. Studi tiru (benchmarking)

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mampu memahami berbagai praktik baik (*best practices*), seperti penyelenggaraan kegiatan rutin yang terjadwal, integrasi layanan kesehatan, sosial, dan spiritual, serta pentingnya kerja sama dengan fasilitas kesehatan dan organisasi masyarakat. Peserta juga memahami bahwa keberhasilan *daycare* lansia tidak hanya bergantung pada kegiatan pelayanan, tetapi juga pada kekuatan sistem kelembagaan dalam mendampingi lansia dan keberlanjutan program.

Temuan ini mengindikasikan bahwa studi tiru berperan sebagai sarana pembelajaran kontekstual yang efektif dalam meningkatkan wawasan dan kesiapan mitra dalam mengembangkan program serupa. Hal ini sejalan dengan konsep pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang lebih menekankan bahwa pengetahuan terbentuk melalui transformasi pengalaman langsung.

Dengan demikian, studi tiru menjadi bentuk *experiential learning* yang efektif karena peserta memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui observasi terhadap situasi nyata,

praktik lapangan, serta interaksi dengan pelaksanaan program. Melalui kegiatan ini, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga motivasi dan keyakinan bahwa program *daycare* lansia dapat diterapkan di Wilayah Boro sesuai dengan kebutuhan lokal. Temuan ini sejalan dengan teori *experiential learning* yang menyatakan bahwa pembelajaran lebih efektif ketika individu terlibat langsung dalam pengalaman nyata dan melakukan refleksi terhadap pengalaman tersebut (Kolb, 2015).

b. Workshop Daycare Lansia

Workshop daycare lansia dilaksanakan sebagai bagian dari upaya penguatan kapasitas kader dan pengurus PR Aisyiyah Boro dalam memahami kebutuhan lansia serta pengelolaan program, berbasis komunitas. Materi *workshop* difokuskan pada pemahaman kebutuhan lansia (aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual). Serta strategi penyusunan program layanan yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat. Selain penyampaian materi “ransformasi Pelayanan Lansia: Dari Posyandu Menuju Daycare Lansia yang Aktif dan Komprehensif” dan “Tatakelola *Daycare Lansia* Yang Sehat Dan Membahagiakan”, peserta juga dilibatkan secara aktif dalam diskusi kelompok untuk memperdalam pemahaman dan merumuskan langkah implementasi program.



Gambar 3. *Workshop daycare* lansia

Hasil *workshop* menunjukkan bahwa peserta memahami pentingnya pendekatan holistik dalam pelayanan lansia. Peserta menyadari bahwa lansia tidak hanya membutuhkan perhatian pada kesehatan fisik saja, namun juga perlu mendapatkan dukungan sosial, terlibat dalam aktivitas produktif dan terlibat dalam kegiatan spiritual yang mampu meningkatkan kualitas hidup mereka. Selain itu, *workshop* juga meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pembagian peran kader, komunikasi kelembagaan, dan keberlanjutan program berbasis komunitas.

Selain itu kegiatan *workshop* ini juga berkontribusi secara psikologis terutama meningkatkan *self-efficacy* pada para peserta. Peserta memperoleh pengetahuan baru, serta pengalaman belajar partisipatif yang relevan dengan kebutuhan mereka. Proses diskusi dan simulasi kegiatan juga membantu peserta menjadi lebih percaya diri dalam menyusun program maupun dalam menjalankan rencana kegiatan lembaga. Dengan demikian, *workshop* tidak hanya berfungsi

sebagai sarana penyampaian informasi namun juga sebagai proses penguatan kapasitas individu dan kelembagaan.

c. Focus Group Discussion (FGD)

Pelaksanaan FGD menghasilkan pemetaan masalah lansia di wilayah Boro secara lebih komprehensif. Hasil diskusi menunjukkan bahwa permasalahan lansia dapat dikategorikan ke dalam tiga aspek utama, yaitu aspek fisik, psikologis dan sosial. Pada aspek fisik, lansia mengalami penurunan kondisi kesehatan dan rentan terhadap penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes, serta keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari. Kondisi ini didukung oleh laporan (Asih dkk, 2025) yang menyatakan bahwa lansia memiliki kerentanan tinggi terhadap penyakit kronis sehingga berdampak pada kualitas hidup mereka.

Pada aspek psikologis, ditemukan adanya perasaan kesepian, penurunan makna hidup, serta kurangnya interaksi sosial akibat perubahan peran dalam keluarga. Kondisi ini sejalan dengan tahap perkembangan lanjut usia dalam pendekatan psikososial Erik Erikson, yaitu fase *integrity versus despair* (integritas versus keputusasaan). Pada fase ini lansia melakukan refleksi terhadap kehidupan yang telah dijalani. Apabila lansia mampu menerima perjalanan hidupnya dengan baik, maka akan muncul perasaan integritas diri dan kepuasan hidup. Sebaliknya jika merasa gagal mencapai integritas maka dapat menimbulkan perasaan menyesal, tidak bermakna, putus asa, serta kesepian (Santrock, 2018). Sementara pada aspek sosial, lansia masih memiliki keterbatasan wadah untuk berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan masyarakat. Hal ini berpotensi meningkatkan isolasi sosial yang merupakan salah satu faktor risiko penurunan kesejahteraan lansia (WHO, 2025).



Gambar 4. Focus group discussion

Selain mengidentifikasi permasalahan, FGD juga menghasilkan rumusan awal program *daycare* lansia yang disesuaikan dengan kebutuhan lokal, seperti kegiatan senam lansia, pemeriksaan kesehatan berkala, pengajian, aktivitas keterampilan ringan, serta kegiatan sosial untuk memperkuat interaksi antar lansia. Peserta juga mulai menyusun kebutuhan sarana dan prasarana

serta mengidentifikasi potensi kerja sama dengan pihak eksternal seperti puskesmas dan organisasi masyarakat. Temuan ini menunjukkan bahwa FGD efektif dalam menggali kebutuhan masyarakat secara mendalam melalui interaksi kelompok (Krueger & Casey, 2015).

d. Pendampingan Penyusunan Modul *Daycare* Lansia

Berdasarkan hasil studi tiru dan FGD, mitra bersama tim pengabdian berhasil menyusun rancangan awal program *daycare* lansia yang mencakup:

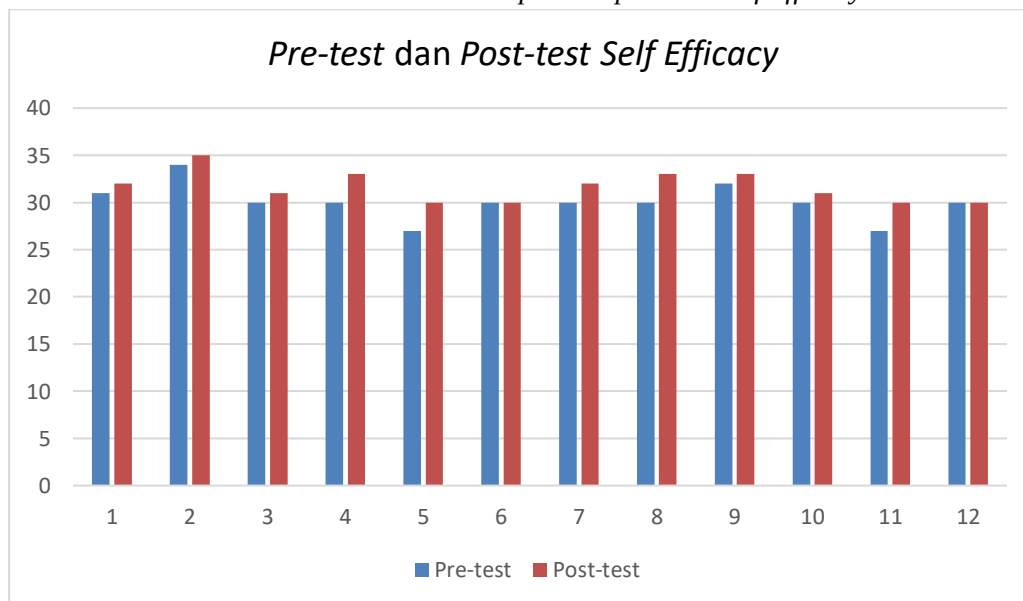
- 1) Jenis kegiatan harian dan mingguan,
- 2) Struktur pengelola dan pembagian tugas kader,
- 3) Serta alur pelayanan bagi lansia.

Selain itu, disusun pula draft standar operasional prosedur (SOP) yang mengatur mekanisme pelaksanaan program secara sistematis. Penyusunan SOP ini merupakan bagian dari upaya penguatan kapasitas kelembagaan yang penting dalam memastikan efektivitas dan keberlanjutan program (Kanni, 2009). Keberadaan SOP juga mencerminkan adanya peningkatan kemampuan lembaga dalam mengelola program secara lebih profesional, yang merupakan salah satu indikator keberhasilan *capacity building* pada tingkat kelembagaan (Kanni, 2009).

e. Hasil Evaluasi *Self-efficacy* Pre-test dan Post-test

Pengukuran *self-efficacy* dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat keyakinan peserta dalam mengelola hambatan kelembagaan pada pengembangan program *daycare* lansia berbasis komunitas. Aspek yang diukur meliputi kemampuan peserta dalam mengelola program, bekerja sama dalam tim, menyelesaikan permasalahan lembaga, membagi peran kader, serta membangun komunikasi dan jejaring dengan pihak eksternal.

Tabel 1. Hasil asesmen *pre* dan *post-test self-efficacy*



Berdasarkan diagram hasil perhitungan skor *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan skala *general self-efficacy* yang telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Ismail (2023). Hasilnya menunjukkan sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor setelah mengikuti rangkaian kegiatan studi tiru, *worksop*, dan *focus group discussion* (FGD). Pada skor *pre-test* peserta berada pada rentang 27-34, sedangkan pada *post-test* meningkat menjadi 30-35. Secara keseluruhan total skor peserta meningkat dari 361 menjadi 380. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan sebesar 19 poin atau sekitar 5,25% setelah peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Secara kualitatif, yang ditunjukkan dari hasil wawancara kepada beberapa peserta saat FGD menunjukkan hasil yang sama yaitu adanya peningkatan keyakinan akan kemampuan diri dalam mengelola daycare lansia. Seperti dalam kutipan ini;

“Awalnya saya pesemis untuk mendirikan daycare lansia. Namun setelah mengikuti kegiatan ini ada keyakinan diri bahkan saya tertantang untuk bisa mendirikan daycare lansia. Kalau sebelumnya keyakinan saya 20% sekarang jadi 80% tinggal bagaimana kerja sama tim nantinya”.

Peningkatan skor tampak pada hampir seluruh peserta. Kenaikan yang cukup signifikan pada peserta no 6 dan 12 menunjukkan skor yang relatif stabil. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat keyakinan diri mereka telah berada pada kategori cukup baik sejak awal kegiatan berlangsung. Kedua sumberdaya merupakan kader posyandu desa yang telah memiliki pengetahuan dan pendampingan lansia.

Secara garis besar, hasil ini menunjukkan adanya peningkatan *self-efficacy* peserta setelah mengikuti program pengembangan kapasitas sumber daya. Peningkatan ini mengidentifikasi bahwa rangkaian kegiatan yang diberikan mampu memperkuat keyakinan peserta terhadap kemampuan mereka dalam mengelola program *daycare* lansia berbasis komunitas. Pengalaman belajar langsung melalui studi tiru memberikan gambaran kongkret mengenai praktek pengelolaan *daycare* lansia yang berhasil, sehingga peserta memperoleh model pembelajaran yang dapat dijadikan acuan dalam implementasi program. Selain itu, kegiatan *workshop* dan FGD juga memberikan ruang bagi peserta untuk berdiskusi, memecahkan masalah secara kolaboratif, serta menyusun rancangan program secara partisipatif. Proses tersebut turut membantu peserta merasakan lebih siap dan kompeten yang akhirnya meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai hambatan lembaga.

Menurut Albert Bandura (1995), peningkatan *self efficacy* dipengaruhi oleh empat sumber utama, yakni *mastery experience* (pengalaman keberhasilan secara langsung), *vicarious experience* (pengalaman belajar melalui pengalaman terhadap keberhasilan orang lain), *verbal persuasion* (dukungan maupun motivasi sosial), serta *physiological states* (kondisi psikologis individu). Dalam konteks ini, studi tiru berperan sebagai bentuk *vicarious experience*. Peserta memperoleh kesempatan untuk mengamati dan mendengarkan secara langsung pengelolaan *daycare* lansia PC Aisyiyah Sukodono. Selain itu *workshop* dan FGD menjadikan sarana *mastery experience* melalui keterlibatan aktif semua peserta dalam merancang program serta menyelesaikan berbagai persoalan lembaga secara kolaboratif.

Hasil evaluasi selanjutnya menunjukkan bahwa peserta yang aktif mengikuti seluruh rangkaian kegiatan cenderung mengalami peningkatan skor yang lebih tinggi dibandingkan peserta kurang aktif (tidak hadir secara keseluruhan) dalam beberapa sesi kegiatan. Hal ini menggambarkan bahwa keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran partisipatif memiliki pengaruh terhadap peningkatan *self-efficacy* peserta. Selain itu, peningkatan skor *post-test* mencerminkan bahwa program penguatan kapasitas yang dilakukan telah berhasil meningkatkan kesiapan kader PR Aisyiyah Boro dalam mengembangkan program *daycare* lansia secara lebih mandiri dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* mengindikasikan bahwa pendekatan penguatan kapasitas berbasis *experiential learning* dan *participatory action research* berkontribusi positif terhadap peningkatan *self-efficacy* peserta dalam mengelola hambatan lembaga, dalam hal ini adalah kesiapan dalam menggerakkan *daycare* lansia. Temuan ini memperkuat bahwa pengembangan kapasitas lembaga tidak hanya memerlukan pemberian materi, tetapi juga pengalaman langsung, partisipasi aktif, dan proses refleksi bersama agar peserta memiliki keyakinan dan kesiapan dalam menjalankan program berbasis komunitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada Pimpinan Ranting (PR) Aisyiyah Boro menunjukkan bahwa pendekatan penguatan kapasitas kelembagaan berbasis *participatory action research* (PAR) efektif dalam meningkatkan kesiapan kader dalam mengembangkan program *daycare* lansia berbasis komunitas. Melalui rangkaian kegiatan *pre-test*, studi tiru, *workshop*, *focus group discussion* (FGD), dan *post-test*, peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai kebutuhan lansia serta peningkatan *self-efficacy* dalam

mengelola hambatan lembaga. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan skor *self-efficacy* dari total skor 361 menjadi 380 atau meningkat sebesar 5,26%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penguatan kapasitas mampu meningkatkan keyakinan peserta dalam mengelola program, bekerja sama dalam tim, menyelesaikan permasalahan lembaga, serta membangun jejaring kerja sama dengan pihak eksternal. Temuan ini sejalan dengan teori *self-efficacy* Bandura (1995) yang menyatakan bahwa keyakinan individu dapat berkembang melalui pengalaman langsung, observasi terhadap keberhasilan pihak lain, dan proses pembelajaran partisipatif.

Kegiatan studi tiru di PCA Sukodono memberikan pengalaman belajar langsung mengenai praktik pengelolaan *daycare* lansia berbasis komunitas yang terstruktur, sedangkan *workshop* dan FGD membantu peserta memahami kebutuhan lansia dari aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual sekaligus merumuskan rancangan program *daycare* lansia yang sesuai dengan kebutuhan lokal. Pendekatan partisipatif dalam kegiatan ini juga meningkatkan *sense of ownership* peserta terhadap program yang dirancang, sehingga mendukung keberlanjutan program berbasis komunitas (Baum dkk, 2006). Selain itu, hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kapasitas peserta pada aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap dalam pengelolaan program pemberdayaan lansia. Mitra mulai mampu menyusun rancangan program, pembagian tugas kader, serta draf Standar

Operasional Prosedur (SOP) *daycare* lansia sebagai dasar implementasi program secara mandiri dan berkelanjutan.

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, disarankan agar PR Aisyiyah Boro melanjutkan dan mengimplementasikan program *daycare* lansia secara bertahap dengan mengoptimalkan potensi kader (kader posyandu lansia dan memiliki latar belakang kesehatan, keagamaan) serta memperkuat jejaring kerja sama dengan berbagai pihak eksternal yang berkompeten, seperti puskesmas, perangkat desa, dan organisasi/individu yang memiliki kepedulian yang sama. Selain itu PR Aisyiyah Boro juga perlu memperkuat pendampingan lanjutan dalam aspek pengelolaan program, monitoring dan evaluasi serta penguatan kapasitas kader guna mendukung keberlanjutan program secara optimal. Selain itu, kegiatan pengabdian dan penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan evaluasi yang lebih mendalam terkait dampak implementasi *daycare* lansia terhadap kualitas hidup lansia dari aspek fisik, psikologis, dan sosial, serta mengembangkan model pemberdayaan lansia berbasis komunitas yang dapat direplikasi di wilayah lain.

- Asih, M. K., Widyawati, S., & Savitri, A. D. (2025). Psikoedukasi Pengenalan Gangguan Psikologis pada Lansia. *Tematik*, 5(1), 14–19. <https://doi.org/10.26623/tmt.v5i1.10302>
- Bandura. (1995). *Albert_Bandura_Self_Efficacy_The_Exercis. Boox*.
- Baum, F., MacDougall, C., & Smith, D. (2006). Participatory action research. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(10), 854–857. <https://doi.org/10.1136/jech.2004.028662>
- Pangribowo, S. 2022 *InfoDATIN : Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera*. Pusat Data Dan Teknologi Informasi Kementerian Kesehatan RI. <https://kemkes.go.id/id/empowered-elderly-prosperous-nation>
- BPS. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. <https://www.bps.go.id/id/publication/2020/12/21/0fc023221965624a644c1111/statistik-penduduk-lanjut-usia-2020.html>
- Chambers, R. (1994). Participatory Rural Appraisal (PRA): Analysis of Experience*. In *World Development* (Vol. 22, Issue 9). <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0305750X94900035>
- Ismail, F. R. (2023). Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Angkatan 2019 – 2020 Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia. Skripsi: Universitas Pendidikan Indonesia [online].
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Kanni, W. (2009). Capacity Development: A UNDP Primer. In *Undp*. <http://www.undp.org/capacity>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning : experience as the source of learning and development*. Pearson Education, Inc. https://www.researchgate.net/publication/235701029_Experiential_Learning_Experience_As_The_Source_Of_Learning_And_Development
- Krueger & Casey. (2015). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. Sage Publications Asia-Pacific.
- Livana, S. Y., Darwati, L. E., & Anggraeni, R. (2018). Gambaran Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran ilmiah*, 80– 93. https://www.researchgate.net/publication/333216516_DESCRIPTION_OF_ELDERLY_DEPRESSION_LEVELS
- Santrock, J. W. (2018). Educational psychology. In *Educational psychology*, 6th ed. (6th ed.). McGraw-Hill Higher Education, New Jersey: United States.
- Sumanto. (2014). *Psikologi Perkembangan : Fungsi dan Teori*. Center of Academic Publisging Service: Yogyakarta
- WHO (2025). *World report on ageing and health*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>