

PEMBERDAYAAN POSYANDU DESA CIKAKAK: MENCIPTAKAN LANSIA BERDAYA DENGAN MIND SET KEWIRAUSAHAAN SOSIAL DALAM MENINGKATKAN NILAI SLOW LIVING BANYUMAS

Titi Rahmawati ¹, M. Musa Al Hasyim ², Dimas Purbo Pambudi ³, Muhammad
Riyan Fitria Ramdlani⁴, Resya Nur Intan Putri ⁵, Shinta Julianti ⁶

^{1 2 3 4 5 6}Universitas Jenderal Soedirman

¹Email: titi.rahmawati@unsoed.ac.id

Abstract

Community health cadres in Cikakak Village lack adequate knowledge about empowerment programs for the elderly to promote social entrepreneurship, with a predominant condition where young elderly individuals in Cikakak Village generally experience memory decline, occasional excessive worries, and a lack of self-confidence. There are 30 cadres who received training in Cikakak Village. The goal of empowering the elderly is to serve as a stimulus for them to develop a positive spirit and motivation regarding the importance of social entrepreneurship, thereby creating social value through collaboration among individuals, organizations, and communities as a form of social innovation. This allows for the establishment of a simple yet meaningful relaxed lifestyle mindset as a manifestation of a slow living lifestyle in Banyumas Regency. The methodology used is quantitative. This collaborative movement is carried out through several stages, including training, the establishment of discussion forum groups, and mentoring of posyandu cadres as facilitators. The results of the empowerment show an average increase in productivity of 69, sustainability of 82.5, equity of 79.5, and empowerment of 7.0 among the cadres in the context of social entrepreneurship thinking and efforts to implement a slow lifestyle in Banyumas. The existence of procedures and rules for the happy empowerment program is outlined in the cadre guidebook and has successfully established a pioneer discussion forum for the elderly in Cikakak village.

Keywords: 3-5 words or important phrase, specific or representative for this article

Abstrak

Kader Posyandu di Desa Cikakak kurang memiliki pengetahuan yang memadai tentang program pemberdayaan lansia untuk mendorong kewirausahaan sosial dengan dominasi kondisi individu lansia muda di Desa Cikakak umumnya mengalami penurunan memori, kekhawatiran berlebihan sesekali, dan kurangnya percaya diri. Terdapat 30 kader yang menerima pelatihan di Desa Cikakak. Tujuan pemberdayaan lansia yang dibantu berfungsi sebagai stimulus bagi lansia untuk mengembangkan semangat positif dan motivasi mengenai pentingnya kewirausahaan sosial, sehingga menciptakan nilai sosial melalui kolaborasi antara individu, organisasi, dan komunitas sebagai inovasi sosial. Hal ini memungkinkan terjalannya pola pikir gaya hidup santai yang sederhana namun bermakna sebagai manifestasi gaya hidup slow living di Kabupaten Banyumas. Metode yang digunakan adalah kuantitatif. Gerakan kolaboratif ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, termasuk pelatihan, pembentukan kelompok forum diskusi, dan pendampingan kader posyandu sebagai fasilitator. Hasil pemberdayaan menunjukkan peningkatan rata-rata dalam aspek produktivitas 69, keberlanjutan 82,5, keadilan

79,5, dan pemberdayaan 7,0 di antara kader dalam pemikiran kewirausahaan sosial dan upaya untuk menerapkan gaya hidup lambat di Banyumas. Keberadaan prosedur dan aturan program pemberdayaan bahagia dituangkan dalam buku panduan kader, dan berhasil mendirikan forum diskusi perintis untuk lansia di desa Cikakak.

Kata kunci: gerakan kolaboratif; lansia berdaya; slow living; posyandu; kewirausahaan sosial

PENDAHULUAN

Berdasarkan analisis situasional mitra, identifikasi isu-isu yang dihadapi oleh mitra secara umum telah disepakati dalam surat kesediaan kerjasama yang ditandatangani oleh Kepala Posyandu, Kepala Desa, kader Posyandu, dan tim pemberdayaan sebagai berikut: 1) Kader Posyandu di Desa Cikakak belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang program potensial bagi lansia untuk mempromosikan kesehatan mental bagi lansia; 2) Kader Posyandu di Desa Cikakak kurang memiliki pengetahuan yang memadai tentang program pemberdayaan lansia untuk mendorong kewirausahaan sosial; 3) Individu lansia muda di Desa Cikakak umumnya mengalami penurunan memori, kekhawatiran berlebihan sesekali, dan kurangnya percaya diri. Para lanjut usia muda di Desa Cikakak umumnya juga tidak terlibat secara aktif dalam kegiatan sosial masyarakat, baik dalam hal partisipasi aktif maupun memberikan saran selama proses pengembangan di Desa Cikakak; 4) Terdapat kekurangan fasilitas dan infrastruktur yang mendukung untuk kegiatan konseling kesehatan mental serta stimulasi pola pikir kewirausahaan sosial.

Dari perspektif kekuatan kelompok lanjut usia muda, berdasarkan survei dan observasi awal, ditemukan bahwa mereka berusia antara 60-69 tahun dan secara aktif berpartisipasi dalam kegiatan posyandu, dengan total 753 individu di Desa Cikakak. Kondisi ini mencerminkan potensi dan kekuatan yang baik dalam mewujudkan kesehatan mental serta semangat kewirausahaan sosial dalam pelaksanaan program posyandu yang direncanakan, didukung oleh sistem dukungan lingkungan dari bidan dan kader di Desa Cikakak, yang memiliki potensi untuk membantu para lansia.

Pemberdayaan populasi lanjut usia semakin diakui sebagai upaya multidimensional, yang memerlukan tidak hanya perbaikan dalam kesehatan fisik tetapi juga perhatian terhadap kesejahteraan mental, partisipasi sosial, dan pengembangan pola pikir kewirausahaan. Di Desa Cikakak, Kabupaten Banyumas—yang merupakan rumah bagi salah satu konsentrasi tertinggi lanjut usia di Jawa Tengah—lanjut usia muda (usia 60–69 tahun) sering menghadapi tantangan psikososial seperti penurunan memori,

kecemasan, dan rendahnya rasa percaya diri. Masalah ini semakin diperburuk oleh kurangnya sumber daya dan kapasitas di antara kader Posyandu, yang diharapkan dapat memberikan layanan berbasis komunitas tetapi tetap tidak siap untuk menangani kesehatan mental atau mempromosikan penuaan yang proaktif.

Penelitian terbaru telah menunjukkan bahwa pemberdayaan lanjut usia paling efektif ketika menggabungkan dukungan kesehatan mental, keterlibatan komunitas, dan stimulasi kewirausahaan. Misalnya, Fuller et al. (2022) menemukan bahwa pelatihan kewirausahaan sosial secara signifikan meningkatkan rasa tujuan dan koneksi sosial orang dewasa yang lebih tua, terutama ketika dukungan dari teman sebaya terlibat. Demikian pula, Dacin et al. (2021) menekankan bahwa model kewirausahaan berbasis komunitas dapat mengurangi eksklusi berdasarkan usia dan mempromosikan martabat di antara peserta lanjut usia. Liu dan Li (2021) juga berargumen bahwa melibatkan individu lanjut usia sebagai wirausahawan sosial mendorong penuaan aktif, memperkuat solidaritas antargenerasi, dan menghidupkan kembali peran sipil.

Perspektif ini sejalan dengan teori Erikson, Erikson, dan Kivnick (1986) mengenai keterlibatan yang vital di usia tua, yang menekankan kebutuhan psikologis bagi orang dewasa yang lebih tua untuk tetap terlibat secara sosial dan sipil. Ketika orang tua diundang untuk berkontribusi dalam pengambilan keputusan kolektif—seperti dalam pembentukan forum diskusi desa atau dewan penasihat—mereka mengalami peningkatan rasa harga diri, generativitas, dan kohesi sosial. Pengembangan usaha sosial berbasis komunitas juga telah terbukti efektif dalam mengatasi isolasi dan mendorong inklusi. Borges et al. (2020) menggarisbawahi bagaimana mikroperusahaan yang dipimpin oleh atau untuk orang tua dapat berfungsi sebagai platform untuk partisipasi ekonomi dan inovasi sosial. Marquardt et al. (2023) lebih lanjut berargumen bahwa program kewirausahaan paling efektif ketika mereka mengintegrasikan identitas dan pengalaman pribadi orang dewasa yang lebih tua ke dalam penciptaan nilai sosial.

Secara paralel, dimensi kesehatan mental dalam pemberdayaan lansia tidak boleh diabaikan. Egmore et al. (2021) melakukan tinjauan scoping terhadap intervensi dukungan sebaya dan menemukan bahwa bimbingan berbasis kelompok meningkatkan harga diri, mengurangi gejala depresi, dan memperbaiki hasil pemulihan. Wang et al. (2022) dan Cahyani et al. (2023) mengonfirmasi temuan ini dalam konteks berbasis masyarakat, menunjukkan bahwa program kesehatan mental yang dipimpin sebaya

mendorong ketahanan, khususnya di kalangan wanita lansia di daerah pedesaan. Menurut Rowe dan Kahn (1998), penuaan yang sukses terdiri dari tiga komponen yang saling terkait: menghindari penyakit, menjaga fungsi kognitif dan fisik yang tinggi, serta mempertahankan keterlibatan dalam kehidupan. Komponen-komponen ini selaras dengan inti dari inisiatif "Diberdayakan dan Bahagia" di Cikakak, yang bertujuan untuk mengaktifkan lansia tidak hanya sebagai penerima kesehatan tetapi juga sebagai kontributor dan pemimpin di komunitas mereka.

Selain itu, kegiatan kelompok yang terstruktur dan ekspresi kreatif telah terbukti mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis (Lee & Hong, 2022; Martinez et al., 2022). Temuan ini memperkuat kebutuhan untuk melatih kader Posyandu tidak hanya sebagai pekerja kesehatan, tetapi juga sebagai fasilitator partisipasi sosial. Narushima, Liu, dan Diestelkamp (2018) juga berpendapat bahwa program pendidikan orang dewasa yang berakar pada pemberdayaan dapat membangun kapasitas kewarganegaraan di kalangan populasi lanjut usia, terutama ketika mereka terlibat dalam desain dan implementasi program. Sebagai pelengkap temuan empiris ini, ada wacana yang muncul mengenai gaya hidup lambat, sebuah filosofi yang memprioritaskan kesadaran, kesederhanaan, dan hidup dengan tujuan. Tanaka dan Abe (2023) melaporkan bahwa orang dewasa yang lebih tua yang mengadopsi gaya hidup lambat menunjukkan penurunan stres dan peningkatan keseimbangan emosional. Palmer (2004), dalam karya seminalnya tentang keseluruhan batin, menekankan pentingnya refleksi pribadi dan rasa memiliki dalam komunitas—elemen-elemen yang tercermin dalam aspirasi gaya hidup banyak orang dewasa yang lebih tua di pedesaan Indonesia. Müller et al. (2021) menambahkan bahwa intervensi berbasis kesadaran mendukung regulasi emosi dan meningkatkan kualitas hidup pada orang dewasa yang lebih tua, sementara Parkins dan Craig (2020) menunjukkan bahwa lingkungan yang berkecepatan lambat dan terhubung secara sosial, atau "kota lambat," meningkatkan kepuasan secara keseluruhan di antara populasi yang menua.

Determinasi lingkungan dan sosial juga sangat penting. Ferreira et al. (2021) menunjukkan faktor-faktor seperti akses ke ruang terbuka hijau, lingkungan yang aman, dan infrastruktur komunitas yang penting untuk kesejahteraan di usia lanjut. Wijaya et al. (2022) menekankan peran keterlibatan yang bermakna—seperti sukarelawan dan bimbingan antar generasi—dalam berkontribusi terhadap kebahagiaan lanjut usia. Dari

perspektif tata kelola, melibatkan lanjut usia dalam proses pengambilan keputusan meningkatkan kualitas layanan dan kepuasan pengguna. Noh dan Kim (2021) mengamati bahwa ketika orang dewasa yang lebih tua bertindak sebagai pelaksana bersama dalam program komunitas, retensi dan dampaknya meningkat. Temuan ini didukung oleh Sousa dan Alves (2023), yang menunjukkan bahwa partisipasi lanjut usia dalam pemerintahan desa mendorong responsivitas kebijakan dan kebanggaan sipil. Lin et al. (2022) dan Olsson et al. (2021) menambahkan bahwa desain komunitas yang inklusif—baik fisik maupun sosial—menguatkan mobilitas, agensi, dan partisipasi jangka panjang.

Akhirnya, Bornstein dan Davis (2010) berargumen bahwa kewirausahaan sosial tidak hanya tentang menciptakan bisnis, tetapi tentang menangani tantangan sosial yang kompleks melalui inovasi, kolaborasi, dan kepemimpinan etis. Kerangka kerja mereka sejalan dengan tujuan inisiatif Cikakak, yang berusaha untuk mengembangkan bukan hanya potensi ekonomi tetapi juga rasa tujuan sosial dan martabat di antara orang dewasa yang lebih tua. Singkatnya, tubuh literatur yang semakin berkembang mendukung integrasi kewirausahaan sosial, dukungan sejawat, kesadaran, dan partisipasi sipil dalam strategi pemberdayaan lansia. Model kolaboratif yang diterapkan di Desa Cikakak—menggabungkan keahlian berbasis universitas, kepemimpinan komunitas, dan infrastruktur Posyandu—menawarkan pendekatan yang sesuai secara kontekstual dan berbasis teori untuk meningkatkan kesejahteraan, agensi, dan ketahanan orang dewasa yang lebih tua di Indonesia.

Selanjutnya, dari perspektif kelemahan, keterbatasan sumber pendanaan belum mencakup inovasi dalam program posyandu. Kondisi ini berdampak pada ketidakfleksibelan modifikasi kegiatan yang diselenggarakan oleh posyandu dan terbatasnya fasilitas pendukung untuk kegiatan tersebut. Oleh karena itu, fokus bantuan pada kader posyandu saat ini tetap hanya pada isu kesehatan fisik. Kelompok lansia muda yang mandiri secara ekonomi berharap untuk mendapatkan dukungan kesehatan mental guna menciptakan pola pendampingan dalam komunitas konseling sebaya dan forum diskusi, sehingga stimulus pola pikir kewirausahaan sosial dapat berfungsi sebagai langkah awal menuju semangat berkontribusi dalam kegiatan sosial masyarakat.

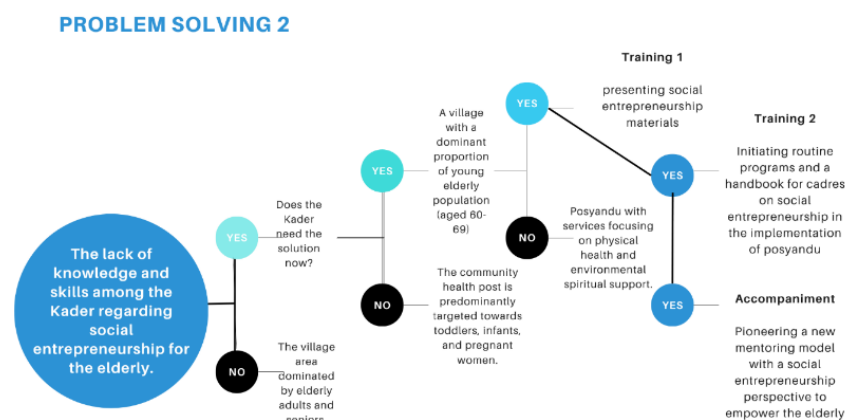
Di sisi lain, dari perspektif kesempatan, distribusi kuesioner dan hasil wawancara dengan salah satu pemimpin kader posyandu di Desa Cikakak menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan posyandu yang rutin telah menjadi hal yang biasa dan terus

berlanjut, sehingga mempermudah dalam mengidentifikasi masalah yang mempengaruhi lansia. Hal ini menjadi faktor yang menguntungkan dalam menangani masalah lain yang dihadapi oleh lansia. Peraturan yang mengikat bahwa kader posyandu harus berasal dari wilayah kerja setempat (tingkat RW) juga memberikan wawasan yang sangat komprehensif tentang kehidupan sehari-hari lansia, sehingga memfasilitasi chemistry antara kader dalam membangun motivasi dengan memodifikasi kegiatan posyandu.

Pada akhirnya, dengan mempertimbangkan tantangan yang ada, pendekatan kesehatan mental yang diadopsi adalah pengembangan kesejahteraan mental spiritual bagi para lansia. Sementara itu, pembangunan kesehatan mental untuk memperkuat motivasi pribadi dan kelompok dalam pola pikir sosial kewirausahaan guna meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan sosial masyarakat belum tercapai oleh kader posyandu, baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Berdasarkan analisis terhadap masalah-masalah yang ada terkait dengan Posyandu dan kaum lanjut usia di Desa Cikakak, Kecamatan Wangon, Kabupaten Banyumas. Kurangnya motivasi untuk kewirausahaan sosial sebagai gaya hidup *slow living*; serta tidak adanya sosialisasi dan pelatihan dalam pola pendampingan dan konseling sejawat yang berdasarkan pada prinsip produktivitas, keberlanjutan, kesetaraan, dan pemberdayaan di antara kader posyandu di Desa Cikakak. Oleh karena itu, beberapa solusi telah dirumuskan sesuai dengan keahlian anggota tim pengabdian masyarakat sebagai aplikasi hilir dari pengetahuan dan pengalaman yang mereka miliki, sebagai berikut:



Gambar 1. Roadmap Solusi

Kurangnya pengetahuan dan keterampilan di antara para kader dalam mengembangkan kewirausahaan sosial untuk kelompok lanjut usia muda akan diatasi melalui beberapa solusi, antara lain: Sesi pelatihan 1: penyampaian materi kewirausahaan sosial untuk kelompok lanjut usia muda merupakan langkah awal yang penting dalam meningkatkan wawasan mengenai peran penting kewirausahaan sosial bagi individu lanjut usia muda kepada para kader posyandu. Urgensi pemahaman ini menjadi stimulus bagi individu lanjut usia yang memiliki semangat dan motivasi baik mengenai pentingnya kewirausahaan sosial, sehingga dapat mendorong nilai sosial dari kolaborasi individu, organisasi, dan masyarakat sebagai bentuk inovasi sosial. Dengan demikian, pola pikir mengenai gaya hidup santai yang sederhana namun bermakna dapat diadopsi sebagai representasi dari gaya hidup lambat di Kabupaten Banyumas.

Sesi Pelatihan 2: Merumuskan inisiasi program rutin untuk posyandu yang bertujuan untuk mendorong kewirausahaan sosial yang disebut "Kebahagiaan yang Diberdayakan." Program ini berfokus pada pengembangan individu lanjut usia yang berdaya dengan memberikan rangsangan mengenai urgensi partisipasi kelompok lanjut usia muda dalam masyarakat, sehingga meningkatkan kontribusi mereka terhadap pembangunan desa melalui suara-suara para lanjut usia. Selanjutnya, persiapan buku panduan kader dilakukan melalui Diskusi Kelompok Terfokus (FGD) bersama para pejabat desa untuk memaksimalkan identifikasi kebutuhan prioritas dan keberlanjutan pelaksanaannya.

Panduan: kegiatan yang bertujuan untuk merintis model pembimbingan baru dalam membangun pola pikir kewirausahaan sosial, yang memungkinkan pemuda senior untuk secara sukarela berpartisipasi aktif dalam forum diskusi desa dan terlibat dalam musyawarah desa. Di masa depan, diharapkan partisipasi dan rekomendasi pemuda senior akan meningkat, sehingga meningkatkan pembangunan desa. Target keluaran dari kegiatan yang dilakukan secara bertahap ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Luaran Pemecahan Permasalahan 2

No.	Aktifitas	Luaran
1.	Pelatihan 1	Peningkatan pengetahuan dan keterampilan Kader mengenai pola pikir kewirausahaan sosial lansia muda, dengan indikator produktivitas dasar, keberlanjutan, kesetaraan, dan pemberdayaan..
2.	Pelatihan 2	Keberadaan program percontohan untuk bimbingan kewirausahaan sosial rutin bagi lanjut usia muda di posyandu yang bernama "Diberdayakan dan Bahagia" serta panduan

	bagi kader dalam rangka bimbingan kewirausahaan sosial.
3. Pendampingan	1. Meningkatnya kesadaran tentang kewirausahaan sosial di kalangan para senior muda terhadap gaya hidup lambat yang sederhana namun bermakna 2. Memulai forum diskusi tentang kewirausahaan sosial dalam komunitas (informasi tentang agenda sosial di daerah sekitar) dengan setidaknya satu ide untuk aktivitas komunitas 3. Pembentukan kelompok senior muda yang diberdayakan yang mengadopsi gaya hidup lambat sederhana namun bermakna. Pembentukan Dewan Suara Lansia di kantor pemerintah desa sebagai platform untuk rekomendasi dan saran para senior yang diberdayakan untuk komunitas di Desa Cikakak.

Sumber : data diolah

Lokasi target untuk penempatan Papan Suara Lansia didasarkan pada rekomendasi kepala desa dan kader kesehatan, yang berakar pada pusat kegiatan posyandu masyarakat dan secara strategis terletak di area yang sering mengadakan kegiatan sosial, khususnya di Penpodo Pakasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fase awal adalah serangkaian proses persiapan yang bertujuan untuk mengidentifikasi masalah dan menganalisis konteks situasional lokasi pemberdayaan, serta memahami dengan mendalam mitra pemberdayaan. Dalam fase ini, beberapa kegiatan dilakukan sebagai berikut:

Survei lokasi dan kunjungan ke pos pelayanan terpadu (posyandu) dimulai dengan eksplorasi di Kantor Pemerintah Desa Cikakak, di mana kami bertemu dengan Kepala Desa Cikakak, Bapak Akim, dan Ketua TP Posyandu di Desa Cikakak, Ibu Radiem. Tujuan dari pertemuan ini adalah untuk membangun hubungan dan mendiskusikan isu-isu terkait dengan individu lanjut usia muda di Desa Cikakak. Selanjutnya, tim mengunjungi salah satu posyandu, yaitu Mukti Rahayu 5, di mana mereka melakukan wawancara dengan para kader. Hal ini memungkinkan tim PKM untuk mengidentifikasi kebutuhan dan permasalahan yang memerlukan perhatian dengan memanfaatkan akses dan informasi yang dimiliki oleh mitra lokal. Pelaksanaan kegiatan posyandu merupakan

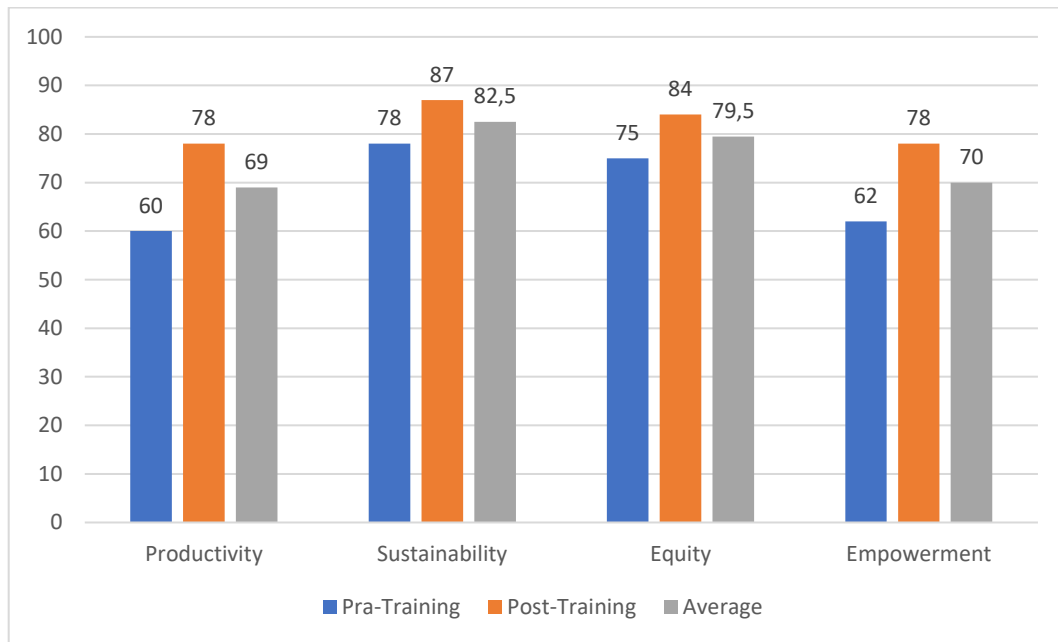
satu-satunya layanan kesehatan langsung yang dilakukan di desa untuk lansia muda, berfungsi sebagai platform yang efektif untuk interaksi antara kader dan kelompok lansia muda. Diharapkan tim dapat bekerja sama secara efektif dengan kader posyandu dalam menangani masalah yang ada.

Setelah menyelesaikan tahap awal, tim memperoleh izin dari kepala desa, menandatangani perjanjian kerjasama, melakukan observasi dan wawancara, serta melakukan tinjauan terhadap literatur. Selanjutnya, pelaksanaan program pemberdayaan kerja sama ini dilaksanakan secara bertahap melalui tiga jenis kegiatan, yang umumnya berbentuk sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan. Pelaksanaan kegiatan pelatihan dilakukan pada tanggal 7 Juli 2025.



Gambar 2. Pelatihan kader posyandu Desa Cikakak

Pembagian tugas di antara tim pemberdayaan selama fase pelaksanaan didasarkan pada keahlian di bidang masing-masing, pengalaman, dan pengetahuan umum setiap anggota, sebagai berikut. Hasil pelatihan yang disampaikan kepada kader posyandu sebagai peserta target adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Hasil Pelatihan

Diagram tersebut menunjukkan peningkatan pengetahuan kader mengenai pola pikir kewirausahaan sosial dan perbaikan keterampilan terkait konsep gaya hidup *slow living*, yang mencakup konteks kualitas hidup seperti kemandirian finansial, keluarga inti yang bahagia, dan kontribusi terhadap kegiatan sosial komunitas. Kondisi ini tercermin dalam skor pada kuesioner pra-layanan dan rata-rata skor pasca-layanan. Perencanaan selanjutnya meliputi penetapan prosedur dan aturan untuk Program Pemberdayaan Bahagia dalam buku panduan kader dan pembentukan forum diskusi perintis.

3.1 Lansia Berdaya: Pola Pikir Kewirausahaan Sosial dalam Meningkatkan "nilai hidup lambat Banyumas"

Hery Wibowo (2010) membagi kewirausahaan menjadi dua dimensi utama, yaitu pola pikir dan metode. Kewirausahaan sosial adalah kewirausahaan yang ditujukan untuk kepentingan masyarakat daripada sekadar memaksimalkan keuntungan pribadi. Kewirausahaan sosial sering disebut sebagai "pengembangan masyarakat" atau "organisasi tujuan sosial" atau "pemberdayaan masyarakat" dalam kerangka kegiatan bisnis. Selain itu, kelompok lansia dapat berperan secara fundamental sebagai agen perubahan sosial dengan tujuan memberikan manfaat sosial dan memulai kelompok yang menyumbangkan ide serta konsep untuk menangani isu-isu sosial melalui pengambilan keputusan, serta menghasilkan gerakan sosial. Hal ini melibatkan kegiatan kelompok

dengan partisipasi yang terlibat dalam aktivitas yang bertujuan untuk mendistribusikan manfaat sosial.

Pada dasarnya, pola pikir kewirausahaan sosial didasarkan pada tiga elemen kunci, yaitu: 1) motivasi, yang menunjukkan bahwa setiap individu diharapkan menjadi agen perubahan yang percaya diri dalam mengatasi masalah sosial dan mempromosikan perubahan sosial dengan dukungan penuh dari lingkungan sosial mereka; 2) semangat sosial, yang mengacu pada praktik kewirausahaan (bisnis) yang bertujuan untuk memaksimalkan manfaat sosial; 3) komitmen sosial, yang menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam bidang kewirausahaan sosial menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan dengan wirausahawan tradisional. Mereka harus melakukan pengorbanan yang signifikan, termasuk investasi finansial, waktu, dan emosional. Manfaat memiliki pola pikir kewirausahaan sosial meliputi pengembangan komunitas dengan semangat kerjasama mutual, penanganan isu sosial, berpikir kreatif dalam menanggapi masalah masyarakat dengan penekanan pada pembelajaran kolektif yang berkelanjutan, dan mempromosikan gerakan yang masif, terstruktur, dan berkelanjutan.

Pemberdayaan kader posyandu yang dilakukan di Desa Cikakak secara fundamental mempercepat munculnya potensi individu lanjut usia yang memiliki kesehatan fisik, kesehatan mental, dan pola pikir kewirausahaan sosial. Oleh karena itu, kader memainkan peran berikut: 1) Pendorong: memberikan wawasan umum tentang masalah sosial yang dihadapi di lingkungan sekitar untuk mendorong keterlibatan lanjut usia; 2) Fasilitator: membentuk kelompok sebagai forum diskusi untuk membantu diskusi lanjut usia dan mendokumentasikan ide-ide mereka; 3) Narasumber: membantu menganalisis solusi dan menjelaskan pola-pola yang disampaikan oleh lanjut usia mengenai masalah sosial.

3.2 Lansia yang Berdaya dan Bahagia di Slow Living Banyumas

Memperdayakan lansia sangat penting untuk mengoptimalkan peran, pengalaman, dan kontribusi mereka di berbagai bidang, dengan demikian menciptakan masyarakat inklusif yang berkelanjutan yang menghargai rasa hormat antar generasi. Terdapat beberapa isu terkait peran sosial lansia dalam masyarakat. Di sisi lain, keberadaan dan partisipasi lansia tidak hanya penting tetapi juga strategis dalam memperkuat struktur sosial masyarakat yang sehat, beradab, dan berkelanjutan. Jika kondisi seperti itu dibiarkan berlanjut, skenario terburuk dapat terjadi, seperti penurunan nilai-nilai kearifan

lokal, dominasi nilai-nilai individualistik, krisis keteladanan sosial, dan kurangnya partisipasi kaum muda. Fokus utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk berkolaborasi dengan kader pos kesehatan dalam membangun pola pikir kewirausahaan sosial yang mendorong semangat kontribusi berkelanjutan bagi kegiatan sosial masyarakat. Ini adalah manifestasi dari gaya hidup lambat dan bertujuan untuk menjadi teladan bagi sebuah kota yang, dengan cara yang sederhana, mencerminkan kenyamanan bagi semua kelompok sosial, termasuk populasi lanjut usia.

Kualitas hidup bagi lansia, yang merupakan kelompok rentan, dapat ditingkatkan, antara lain, melalui pendidikan bagi para lansia yang direalisasikan sebagai kolaborasi dalam program sekolah lansia di Bandung (Anggun Artisa et al., 2021). Interaksi sosial di antara para lansia memberikan manfaat positif yang dapat meningkatkan kualitas hidup melalui pengurangan perasaan kesepian (Andesty et al., 2017). Jumlah warga lansia di Desa Cikakak menempati posisi pertama di Kabupaten Banyumas dengan total 13.129 individu, yang sebagian besar berada dalam kelompok usia lansia muda (60-69 tahun). Dominasi kelompok usia lansia ini diklasifikasikan sebagai lansia muda, dengan total 753 peserta di pos kesehatan lansia, mayoritas dari mereka berada di pos kesehatan lansia Mukti Rahayu di Desa Cikakak. Kualitas hidup bagi individu lansia yang memberdayakan dan bahagia lebih lanjut berkaitan dengan peningkatan kehidupan yang bermakna melalui sikap penuh perhatian. Kondisi ini menunjukkan arah menuju gaya hidup lambat bagi orang tua.

Hidup lambat pada dasarnya mengutamakan kualitas hidup dan gaya hidup yang tidak terburu-buru, sambil tidak menolak adanya teknologi dan modernitas (Parkins & Craig, 2006). Gaya hidup ini menekankan introspeksi dibandingkan keterlibatan eksternal. Ini berbeda dengan konsep gaya hidup yang serba cepat dan instan (Sunim, 2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan individu bervariasi, meliputi: 1) kebebasan dari gangguan tidur, 2) tubuh yang sehat, 3) hubungan sosial yang baik, 4) terlibat dalam hobi yang menyenangkan, 5) keyakinan atau praktik religius yang memberikan kedamaian batin. Oleh karena itu, kesadaran penuh, yang disebut sebagai *mindfulness*, dapat memunculkan kebahagiaan tanpa alasan tertentu (Tanuwidjaja, 2022). Dengan demikian, para lansia yang diberdayakan dan bahagia yang mengadopsi gaya hidup lambat adalah mereka yang secara aktif berpartisipasi dalam interaksi sosial di

dalam komunitas dengan kesadaran penuh dan berkontribusi terhadap perubahan sosial dalam pembangunan desa jangka panjang.

KESIMPULAN

Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan tim pelayanan dalam program pemberdayaan Gerakan Kolaboratif dengan kader posyandu menunjukkan peningkatan signifikan baik dalam pengetahuan maupun keterampilan kader yang berfungsi sebagai narasumber, pemacu, dan fasilitator dalam meningkatkan pola pikir kewirausahaan sosial. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa keberlanjutan program "Lansia Bahagia yang Berdaya" merupakan faktor dengan potensi terbesar, yang berarti kondisi ini menjadi keunggulan utama dalam meningkatkan kualitas hidup lansia menuju gaya hidup lambat yang seimbang dan bermakna. Dampak jangka panjang diharapkan dapat menciptakan ruang bagi lansia untuk berkontribusi aktif dalam pembangunan desa sebagai sosok yang inspiratif dan berpengalaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Abid, M., Zafar, M. I., & Khan, S. (2022). The role of community health workers in elderly mental wellbeing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4021. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074021>
- Andesty, D., Syahrul, F., Epidemiologi, D., & Kesehatan Masyarakat, F. (2017). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Unit Pelayanan Terpadu (Uptd) Griya Werdha Kota Surabaya Tahun 2017*. <https://doi.org/10.20473/ijph.v11i3il.2018.169-180>
- Anggun Artisa, R., Andhita Dara Kirana Politeknik STIA LAN Bandung Jalan Hayam Wuruk No, C., & Bandung, K. (2021). *Happy Elderly Through Elderly School: Collaboration in Empowering Elderly in Bandung City*.
- Borges, A. P., Silva, D. S., & Franco, M. (2020). Community-based social entrepreneurship for aging societies: A narrative synthesis. *Frontiers in Public Health*, 8, 318. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00318>
- Bornstein, D., & Davis, S. (2010). *Social entrepreneurship: What everyone needs to know*. Oxford University Press.
- Cahyani, D., Wulandari, R. D., & Kusumadewi, Y. (2023). Effect of peer mentoring on mental health among elderly women in rural communities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1820. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031820>
- Dacin, P. A., Dacin, M. T., & Matear, M. (2021). Social entrepreneurship for healthy ageing: A systematic review. *BMC Public Health*, 21(1), 414. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10414-4>

- Egmose, C. H., Andersen, T. H., & Larsen, J. R. (2021). Peer support interventions for older adults with mental health conditions: A scoping review. *International Journal of Mental Health Systems*, 15(1), 87. <https://doi.org/10.1186/s13033-021-00487-7>
- Erikson, E. H., Erikson, J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age*. Norton & Company.
- Ferreira, J. A., Monteiro, M. R., & Antunes, H. M. (2021). Living slow in a fast world: Social determinants of wellbeing in the elderly. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3547. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073547>
- Fuller, S. M., Timmons, S., & Lynch, C. A. (2022). Empowering older people through social entrepreneurship training: A mixed-method study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 508. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010508>
- Lee, H., & Hong, S. (2022). Aging, loneliness, and mental health: Community interventions in practice. *Healthcare*, 10(5), 837. <https://doi.org/10.3390/healthcare10050837>
- Lin, J., Wu, L., & Chen, Y. (2022). Village-based elderly engagement: Social inclusion and active citizenship. *Frontiers in Aging*, 3, 892543. <https://doi.org/10.3389/fragi.2022.892543>
- Liu, Y., & Li, S. (2021). Older adults as social entrepreneurs: Pathways for active ageing. *Frontiers in Psychology*, 12, 684343. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.684343>
- Marquardt, J., Goh, C. F., & Yusoff, Y. M. (2023). Social innovation and social entrepreneurship in promoting active ageing. *Sustainability*, 15(6), 5123. <https://doi.org/10.3390/su15065123>
- Martinez, C., Ruiz, E., & Gonzalez, P. (2022). Group activities improve the psychological health of older adults: Evidence from community centers. *PLOS ONE*, 17(12), e0278990. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278990>
- Müller, A. E., Hafstad, E. V., & Himmels, J. P. W. (2021). Mindfulness-based intervention for older adults: Enhancing quality of life. *BMC Geriatrics*, 21, 442. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02442-w>
- Narushima, M., Liu, J., & Diestelkamp, N. (2018). *Building Civic Capacity through Adult Learning: Empowerment and Adult Education for Aging Societies*. Springer.
- Noh, Y., & Kim, Y. (2021). Community-based interventions for elderly wellbeing: A policy perspective. *BMC Public Health*, 21, 11293. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11293-9>
- Olsson, C., Johansson, M., & Eriksson, K. (2021). Designing age-friendly communities: Case study and participatory design. *Cities & Health*. <https://doi.org/10.1080/23748834.2021.1877883>
- Palmer, P. J. (2004). *A hidden wholeness: The journey toward an undivided life*. Jossey-Bass.

- Parkins, W., & Craig, G. (2006). *Slow living*. Sydney: University of New South Wales Press.
- Parkins, W., & Craig, G. (2020). Understanding 'slow cities' and quality of life among older citizens. *Sustainability*, 12(5), 2053. <https://doi.org/10.3390/su12052053>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998). *Successful aging*. Pantheon Books.
- Sousa, M., & Alves, M. (2023). Bridging policy and practice: Elderly participation in local governance. *Sustainability*, 15(1), 94. <https://doi.org/10.3390/su15010094>
- Sunim, H. (2017). *The things you can see only when you slow down: How to be calm in a busy world* (Chi-Young Kim & H. Sunim, Trans.; Y. Lee, Illus.). Penguin Publishing Group. Available at <https://www.msbkwt.com/images/...pdf>
- Tanaka, K., & Abe, T. (2023). Slow living and psychological well-being in late adulthood: A qualitative exploration. *Frontiers in Psychology*, 14, 1073456. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073456>
- Wang, X., Li, J., & Zhou, Y. (2022). Promoting mental health and wellbeing in older adults through community-based programs. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 871101. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.871101>
- Wijaya, A. R., Prasetyo, Y. T., & Wulandari, D. (2022). Elderly and the pursuit of happiness through purposeful social interaction. *Frontiers in Sociology*, 7, 901234. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.901234>