

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Desa Medini, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus

Desa Medini adalah desa di Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus, Jawa Tengah, Indonesia. Pada zaman dahulu ada seorang pangeran yaitu Pangeran Kertosyo yang di usir orang tuanya dan mencari ikan dengan jala di suatu kali, setelah mendapat ikan banyak, sang pangeran langsung berjalan ke arah ura untuk menjual dan menawarkan ikan hasil jalanya tadi kepada masyarakat. Akan tetapi dalam perjalanannya banyak hambatan maupun godaan makhluk-makhluk ghoib (memedi) yang begitu banyak dan tempat itulah akhirnya di beri nama “Medini” yang sekarang jadi Desa Medini yang aman dan makmur.

Desa Medini pada awalnya di tanah irigasi sebelah barat tanggul, bergabung dengan Desa Medini Demak, karena dilanda banjir terus menerus dan adanya kali gumping sekarang Desa Medini terpecah menjadi 2 yaitu Desa Medini sebelah timur tanggul (Kudus), dan Desa Medini sebelah barat (Demak). Bahasa yang digunakan di Desa Medini adalah Ngoko Jawa.⁷³

2. Letak Geografis Desa Medini

Letak geografis Desa Medini terletak di wilayah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus dengan ketinggian 50 m dari permukaan air laut dan beriklim tropis.

Topografi desa bentang wilayah Desa Medini dataran rendah dan rawan banjir karena dekat dengan bantaran sungai. Desa Medini terletak berbatasan dengan kecamatan lain dan berbatasan dengan Kabupaten Demak. Desa Medini terbagi menjadi 31 RT dan 04 RW, dengan agama mayoritas Islam. Mayoritas penduduk di Desa Medini adalah berprofesi sebagai petani.⁷⁴

3. Batas Wilayah Desa (barat, timur, utara, selatan)

Barat : Desa Medini Kec. Gajah Kab. Demak

Timur : Desa Terangmas, Desa Glagahwaru

⁷³ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

⁷⁴ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

Utara : Desa Sambung
 Selatan : Desa Kalirejo
 Jarak tempuh desa ke kecamatan 3 km
 Jarak tempuh desa ke kabupaten 14 km.⁷⁵
 Tabel Luas wilayah penggunaan:

Tabel 4.1
Klasifikasi Batas Wilayah Desa Tahun 2023

Luas Pemukiman	75.000 Ha
Luas Persawahan	251.845 Ha
Luas Perkebunan	1.158 Ha
Luas Kuburan	1.175 Ha
Luas Pekarangan	3.125 Ha
Luas Taman	0
Perkantoran	75 Ha
Luas Prasarana Umum Lainnya	9.800 Ha
Total Luas	342.178 Ha
Tanah Sawah	
Sawah Irigasi Teknis	192.845 Ha
Sawah Tadah Hujan	59.000 Ha
Total Luas	251.845 Ha
Tanah Kering	
Tegal/Ladang	0
Pemukiman	75.000 Ha
Pekarangan	3000 Ha
Total Luas	78.000 Ha
Tanah Perkebunan	
Tanah Perkebunan Rakyat	1.158 Ha
Tanah Perkebunan Negara	
Tanah Perkebunan Swasta	
Tanah Perkebunan Perorangan	
Total Luas	1.158 Ha

Luas wilayah desa 342.178ha
 Luas lahan yang digunakan :
 Sawah 90.333ha
 Sawah irigasi tekns 192.845 ha
 Sawah Tadah hujan 59.000 ha
 Bukan sawah:
 Bangunan 75.075 ha
 Jalan 8.654 ha

⁷⁵ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

Lainnya 6.583 Ha⁷⁶

4. Struktur Organisasi Pemerintah Desa Medini

- a. Kepala Desa : Agus Sugiyanto
- b. Sekretaris Desa : Santiko
- c. Kasi Pemerintahan : Santiko
- d. Kasi Kesejahteraan : Sutris
- e. Kasi Pelayanan dan Umum : Bakoh
- f. Kaur Tata Usaha dan Umum : Puji Rahayu
- g. Kadus 1 : Sumami
- h. Kadus 2 : Sutrisno⁷⁷

5. Visi dan Misi Desa Medini

- a. Visi Desa Medini
 “Melayan masyarakat untuk mewujudkan tata kelola pemerintahan desa yang bersih dan baik menuju masyarakat Desa Medini yang adil, makmur dan sejahtera”
- b. Misi Desa Medini
 Untuk mewujudkan visi Kepala Desa merumuskan misi sebagai berikut:
 - 1) Menyelenggarakan pemerintah desa yang efisien, efektif, dan bersih dengan mengutamakan kepentingan masyarakat.
 - 2) Meningkatkan sumber pendapatan dan sumber pembiayaan pembangunan desa
 - 3) Meningkatkan pemberdayaan masyarakat dan kemitraan dalam pembangunan desa.
 - 4) Meningkatkan kualitas kesehatan dan sumber daya manusia dalam pembangunan
 - 5) Meningkatkan sumber perekonomian masyarakat desa.
 - 6) Menciptakan rasa aman, tentram, dalam suatu kehidupan desa yang demokratis dan agamis.⁷⁸

6. Demografi Penduduk

Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus dilihat dari segi jumlah kependudukan seluruhnya ada 7.179 Jiwa dengan rincian yaitu sebagai berikut:

⁷⁶ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

⁷⁷ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

⁷⁸ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

Kepala Keluarga : 2.524

a. Penduduk Dalam Kelompok Umur dan Jenis Kelamin⁷⁹

Tabel 4.2

Klasifikasi Jenis Kelamin Tahun 2023

Usia	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
0-4 Tahun	246	331	577
5-9 Tahun	340	392	732
10-14 Tahun	357	344	701
15-19 Tahun	486	313	799
20-24 Tahun	378	388	766
25-29 Tahun	396	372	768
30-39 Tahun	351	300	651
40-49 Tahun	417	358	775
50-59 Tahun	305	324	629
60+	338	443	781
Jumlah	3614	3565	7179

b. Jumlah penduduk berdasarkan profesi

Profesi merupakan pekerjaan utama yang dilakukan setiap harinya. Adapun jumlah penduduk Desa Medini berdasarkan profesinya yaitu sebagai berikut:

Klasifikasi penduduk berdasarkan jenjang profesi (Bagi Umur 10 Tahun Ke Atas)⁸⁰

Tabel 4.3

Klasifikasi Penduduk berdasarkan profesi Tahun 2023

No	Profesi	Jumlah
1	Petani	1452
2	Buruh Tani	1931
3	Nelayan	0
4	Pengusaha	7
5	Buruh Industri	410
6	Buruh Bangunan	450
7	Pedagang	154
8	Pengangkutan	67
9	Pegawai Negeri (Sipip/Abri)	68
10	Pensiunan	63
11	Lain-Lain	1033
Jumlah		5635

⁷⁹ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

⁸⁰ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

- c. Jumlah penduduk menurut berdasarkan jenjang pendidikan
Berikut ini merupakan jumlah penduduk berdasarkan jenjang pendidikan warga Desa Medini Undaan Kudus yaitu sebagai berikut:⁸¹

Penduduk Menurut Pendidikan (Bagi Umur 5 Tahun Ke-Atas)

Tabel 4.4
Klasifikasi Jumlah Penduduk Berdasarkan Jenjang Pendidikan Tahun 2023

1	Tamat Akademi Perguruan Tinggi	120
2	Tamat SLTA	688
3	Tamat SLTP	570
4	Tamat SD	3020
5	Tidak Tamat SD	1000
6	Tidak Sekolah	743
Jumlah		6141

- d. Mutasi Penduduk

Tabel 4.5
Klasifikasi Mutasi Penduduk Tahun 2023

Mutasi	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
Bln Sebelum	3616	3568	7184
Lahir	1	2	3
Mati	2	3	5
Datang	1	0	1
Pindah	2	2	4
Jumlah	3614	3565	7179

- e. Banyaknya Pemeluk Agama

Tabel 4.6
Klasifikasi Banyaknya Pemeluk Agama Tahun 2023

Islam	7175
Kristen Katholik	0
Kristen Protestan	4
Budha	0
Hindu	0

⁸¹ Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Kegiatan Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Medini, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus

Kader PKK Desa Medini berperan penting sebagai salah satu wadah organisasi yang memberdayakan lansia produktif dengan memberikan peluang yang besar kepada para lansia untuk dapat meningkatkan produktifitas dan kualitas hidup guna membina keluarga yang harmonis. Senam lansia di bentuk sejak tahun 2010 sampai sekarang telah membantu meningkatkan kualitas hidup bagi masyarakat Desa Medini. Karena lansia sebagai pihak yang melaksanakan dan yang menerima manfaat.

Berikut ini wawancara dengan lansia sebelum mengikuti program lansia produktif dan sesudah mengikuti program lansia produktif di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. Disini terdapat lima puluh dua anggota lansia produktif yang mengaku ikut senam lansia. Diantara lima puluh dua lansia tersebut peneliti berbincang-bincang dengan dengan ke lima anggota senam lansia dan satu pengrajin tas kertas yaitu; Ibu Nor Azizah, Ibu Kumyanah, Ibu Supeni, Ibu Munjaenah, Ibu Surati, dan Siti Saechatun.⁸²

Manfaat dan gerakan senam lasia untuk tingkatan kebugaran, seperti yang diungkapkan oleh Ibu Nor Azizah selaku Ketua Kader PKK Desa Medini, beliau menuturkan bahwa: “Para lansia kami harapkan menjadi l ansiayang sehat, akitif dan produktif. adanya senam lansia dibentuk untuk memberikan manfaat pada lansia agar bisa menjaga kesehatan dan mengatur pola hidup sehat. Dalam kegiatan senam lansia, para lansia dapat melakukan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tanda vital seperti berat badan, tekanan darah, dan nadi.”⁸³

Hal tersbut juga di sampakan oleh Ibu Kumayah selaku bendahara kader PKK desa Medini, beliau berkata:

“Adanya senam lansia di Desa Medini sendiri untuk menjaga kesehatan fisik dan mental para lansia. Senam lansia memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan kualitas hidup para lansia, karena kegiatan olahraga pada

⁸² Observasi dengan enam lansia produktif Desa Mendini Undaan Kudus

⁸³ Nor Azizah (Ketua Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 13 januari 2024. 15.25 WIB

para lansia ini dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan dan keterbatasan fisik pada usia lanjut.”⁸⁴

Ibu Nor Azizah berkata “dulu ada lansia bapak-bapak dan ibu-ibu jumlahnya lebih dari 60 orang, namun sekarang jumlah tersisa hanya 52 orang yang aktif karna sudah sepuh dan tidak bisa berjalan lama, ada yang terkena stroke, dan faktor usia banyak yang sudah meninggal dunia.”⁸⁵

Ibu Kumyanah mengatakan “dulu ada 5 bapak-bapak anggota lansia yang aktif, namun karna sudah umur dan yang meninggal yang aktif sekarang hanya para ibu-ibu saja.”⁸⁶ Ibu Nor Azizah menuturkan “kita masih menjalankan program lansia sampai seking karna banyaknya keluhan sakit yang diderita oleh lansia di Desa Medini dan para lansia memiliki antusias yang besar terhadap adanya senam lansia.”⁸⁷

Wawancara dengan Ibu Munjaenah “Saya ikut senam lansia sudah lebih dari 7 tahun, dari mulai pertama di adakannya senam sampai sekarang. Dulu ada bapak-bapak juga yang ikut senam namun semua sudah pada meninggal dunia. Ada Mbah Topo, Mbah Mukti Sahid, Mbah Rukani, itu sudah pada meninggal semua.”⁸⁸

Wawancara Ibu Supeni berusia 74 tahun yang dulu aktif mendirikan senam lansia “saya masih aktif di kegiatan senam lansia, ada cek kesehatan setelah senam di cek tensi sama di kasih obat-obatan dan snack. Tensi saya cukup tinggi mbak, yaitu mencapai 170, diusia sekarang keluhan saya ya pusing nyeri sendi, pegel linu itu mbak.”⁸⁹ Ibu Kumyanah “Kami mengadakan senam lansia setiap bukan sekali dengan memikirkan kesehatan para lansia karna banyak yang mengeluh sakit sepeti reumatik, pusing, nyeri sendi, dan mudah lelah.”⁹⁰

⁸⁴ Kumyanah (Bendahara Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 14 januari 2024. 15.19 WIB

⁸⁵ Nor Azizah (Ketua Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 13 januari 2024. 15.25 WIB

⁸⁶ Kumyanah (Bendahara Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 14 januari 2024. 15.19 WIB

⁸⁷ Nor Azizah (Ketua Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 13 januari 2024. 15.25 WIB

⁸⁸ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

⁸⁹ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

⁹⁰ Kumyanah (Bendahara Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 14 januari 2024. 15.19 WIB

Wawancara ibu Surati “Sudah 5 tahun saya ikut bergabung di senam lansia, senamnya diadakan di Balaidesa Medini setiap akhir bulan sekali.”⁹¹ Ibu Nor Azizah mengatakan “Selain senam lansia kami sebagai kader PKK juga memberikan penyuluhan tentang kesadaran menjalankan hidup sehat di usia lanjut oleh Bidan Sri Handayani upt Puskesmas Undaan.”⁹²

Wawancara oleh Ibu Siti Saechatun yang membuat tas kertas “Saya membuat tas kertas sudah lebih dari 7 tahun. Awalnya coba-coba karna dulu saya bekerja sebagai buruh tani, karna sudah tidak kuat berlama-lama bekerja di sawah. Jadi saya memutuskan membuat tas kertas sampai sekarang.”⁹³

Ibu Munjaenah “Disenam lansia ada cek tensi gratis dan obat-obatan gratis, di tensi saya normal 120 kadang 110. Sekarang saya sudah berumur 60 tahun mbak”⁹⁴ Ibu Surati “Di senam lansia ada cek tensi dan timbang berat badan. Senam dimulai jam 07.30 WIB sampai selesai jam 10.00 WIB.”⁹⁵ Ibu Supeni menuturkan “Senam ada dibagi 2 jenis mbak, dan di kelompokkan perkelas, kelas pertama senam tera saya sendiri yang memandu, yang kedua senam diabet di pandu oleh Ibu Kumyanah, karna masih baru saya belum banyak menghafal gerakan-gerakannya.”⁹⁶

Ibu Munajenah “Pekerjaan sehari-hari ternak kambing sama jaga cucu saja”⁹⁷ Ibu Surati mengatakan “saya sekarang hanya ibu rumah tangga, dulu bekerja sebagai petani.”⁹⁸ Ibu Seachatun menuturkan “Tas kertas ini berbeda ukuran jadi beda-beda upahnya, yang ukuran besar di hargai Rp. 75.000 per 1000 tas, yang sedang Rp. 55.000 per 1000 tas.”⁹⁹ Ibu Supeni “manfaat senam lansia membuat tubuh menjadi lebih bugar dan

⁹¹ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

⁹² Nor Azizah (Ketua Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 13 januari 2024. 15.25 WIB

⁹³ Siti Saechatun, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.45 WIB

⁹⁴ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

⁹⁵ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

⁹⁶ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

⁹⁷ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

⁹⁸ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

⁹⁹ Siti Saechatun, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.45 WIB

sehat, tangan dan kaki yang nyeri menjadi lebih enak tidak nyeri.”¹⁰⁰

Ibu Siti Saechatun juga mengatakan “Saya bisa buat 1000 tas dalam 2 hari, sehari hanya bisa buat 500 tas. Enaknya dikerjakan di rumah, jadi bisa sambil melakukan pekerjaan rumah tangga dan bisa sambil menjaga cucu.”¹⁰¹

Dari penuturan informan dapat dipahami bahwa setelah tahap, sekarang lansia lebih terjaga kesehatannya dan menjadi momentum terhadap lansia untuk menyerukan kepada generasi muda Desa Medini bahwa menjaga kesehatan sejak dini merupakan investasi yang berharga, sehingga pada saatnya nanti setiap individu mampu menjadi lansia yang sehat, mandiri, aktif, dan produktif.

Di sisi lain lansia juga masih produktif dengan membuat tas kertas bertujuan menjadi lansia agar mandiri, tidak bergantung pada pertolongan orang lain guna dapat mencukupi kebutuhan sehari-hari.

Data Lansia Produktif
Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus
Tahun 2023¹⁰²

Tabel 4.7

Klasifikasi Data Senam Lansia Produktif Tahun 2023

No	Nama	Alamat	Umur (Th)
1	Martiah	Gang 5	61
2	Siti Munawaroh	Gang 6	65
3	Sri Jatinah	Gang 2	60
4	Hj. Jasmi	Gang 2	67
5	Legirah	Gang 5	63
6	Sukaenah	Gang 2	60
7	Muslimah	Gang 2	64
8	Badriah	Gang 4	61
9	Ambar Wati	Gang 8	63
10	Markamah	Gang 8	60
11	Siti Basiroh	Gang 8	64
12	Sri Hidayati	Gang 1	61
13	Parmi	Gang 9	65
14	Siti Rupiatur	Gang 9	63

¹⁰⁰ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

¹⁰¹ Siti Saechatun, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.45 WIB

¹⁰² Dokumentasi Desa Medini, diperoleh pada tanggal 15 Januari 2024

15	Sumi	Gang 9	66
16	Musri	Gang 7	62
17	Hj. Muizah	Gang 8	63
18	Sriah	Gang 6	62
19	Supeni	Gang 9	74
20	Atik	Gang 9	60
21	Samiati	Gang 5	62
22	Nor Azizah	Gang 9	61
23	Asrotun	Gang 8	61
24	Painem	Gang 9	66
25	Munjaenah	Gang 9	60
26	Surati	Gang 10	67
27	Wagirah	Gang 7	64
28	Ngatemi	Gang 7	68
29	Sumber	Gang 8	65
30	Bungah	Gang 6	69
31	Amini	Gang 6	61
32	Bakirah	Gang 4	67
33	Sulikhah	Gang 7	66
34	Nasiroh	Gang 11	68
35	Siti Busro	Gang 11	60
36	Hj. Parmi	Gang 14	67
37	Rumisih	Gang 12	63
38	Umi Khasanah	Gang 3	62
39	Sa'idah	Gang 5	60
40	Hj. Maemunah	Gang 11	63
41	Munisih	Gang 12	65
42	Sriyati	Gang 12	67
43	Salimah	Gang 11	68
44	Sutipah	Gang 15	75
45	Sukirah	Gang 15	66
46	Marsini	Gang 9	65
47	Endang Sri Hartatik	Gang 9	63
48	Jemirah	Gang 10	62
49	Lilis Suryani	Gang 3	60
50	Ngademi	Gang 10	67
51	Sumirah	Gang 10	60
52	Darwati	Gang 1	61

Berasarkan hasil observasi dan wawancara pada lansia di Desa Medini yang aktif mengikuti senam lansia setiap bulan berjumlah 52 orang lansia, mereka menjalani hidup yang aktif

dan produktif. Mereka menyatakan bahwa mereka merasa senang dengan kehidupan yang dijalani saat ini. Para lansia produktif selalu memanfaatkan kegiatan di waktu luang yang dimilikinya untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat seperti salah satunya adalah pengrajin tas kertas yang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri dan dapat menambah penghasilan dalam kebutuhan rumah tangganya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia produktif di Desa Medini memiliki motivasi untuk hidup sehat, aktif, dan produktif dan dapat memberikan ide, inspirasi, dorongan serta semangat kepada para sesama lansia, keluarga, kepada masyarakat ataupun kepada kelompok lainnya.

2. Faktor Pendukung dan Pemngambat Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualias Hidup di Desa Medini, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus

Upaya pemberdayaan lansia tentunya dipengaruhi oleh faktor pendukung dan penghambat. Adapun faktor pendukkun dan faktor penghambat pemberdayaan lansia diantaranya:

a. Faktor Pendukung

- 1) Adanya keterlibatan Pemerintah Desa dan Kader PKK. Desa Medini sendiri merupakan salah satu desa produktif yang berada di Kecamatan Undaan. Dalam proses pemberdayaan lansia tentunya melibatkan banyak orang yaitu Pemerintah desa, dan Kader PKK. Pemerintah desa sebagai penggerak yang menggerakkan suatu organisasi masyarakat seperti halnya PKK. Dan PKK berperan sebagai pelaku pelaksana dan perencana proses pemberdayaan lansia produktif.

Seperti yang diungkapkan oleh Bapak Agus Sugiyanto “Untuk proses kegiatan senam lansia semuanya dikerjakan oleh PKK sendiri, pemerintah desa hanya bisa memfasilitasi kegiatan tempat seperti balaidesa untuk kegiatan senam. Selain senam ada pelatihan UMKM dan program bedah rumah.”¹⁰³

- 2) Banyaknya lansia produktif yang ikut senam. Senam merupakan salah satu faktor pendukung dalam proses pemberdayaan lansia. Seperti yang diungkapkan oleh Ibu Nor Azizah sebagai ketua PKK Medini; “Sejak

¹⁰³ Agus Sugiyanto (Kepala Desa Medini), wawancara penulis pada

adanya senam lansia, produktifitas para lansia Desa Medini sangat meningkat. Disini lansia diberi penyuluhan dan melakukan medical kesehatan secara gratis.”¹⁰⁴

- 3) Ijin suami sebagaimana dipaparkan oleh Ibu Siti Saechatun yaitu: “Tentu di ijin mbak, makanya saya masih bekerja membuat tas kertas hingga saat ini.”¹⁰⁵ Pernyataan yang sama juga diungkapkan oleh Ibu Surati yaitu sebagai berikut: “iya mbak, saya diijinkan suami ikut senam lansia, karna itu salah satu kegiatan yang positif untuk menjaga kesehatan dan mengajarkan pola hidup yang sehat.”¹⁰⁶
- 4) Lingkungan senam yang nyaman, sebagaimana pernyataan dari Ibu Supeni: “Alhamdulillah lingkungannya sekarang nyaman mbak karna balaidesanya dibangun ulang menjadi baru dan lebih luas, bidan dan semua rekan PKKpun saling membantu dan ramah.”¹⁰⁷ Ibu Munjaenah memaparkan: “Tentu nyaman mbak, karna para PKKnya ramah, dan sesama lansia bisa saling bertukar cerita mengenai keluhan penyakit yang di derita, jadi ada teman ngobrol juga.”¹⁰⁸, dan menurut Ibu Surati: “Tentu saja nyaman karna banyak teman-teman lansia yang saling memotivasi satu sama lain untuk terus menjadi lebih sehat.”¹⁰⁹

b. Faktor Penghambat

- 1) Keterbatasan obat-obatan, tidak tersedianya semua obat yang dibutuhkan oleh para lansia, seperti yang dikatakan oleh Ibu Supeni sebagai berikut: “Sekarang semakin banyak yang ikut aktif di senam lagi, jadi obat-obatannya dikasih sedikit karna di bagi-bagi dengan para lansia lainnya. Dulu di kasihnya 3 obat, 1 strip tablet isi 10 perobat, tapi sekarang cuma setengah

¹⁰⁴ Nor Azizah (Ketua Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 13 Januari 2024. 15.25 WIB

¹⁰⁵ Siti Saechatun, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.45 WIB

¹⁰⁶ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

¹⁰⁷ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

¹⁰⁸ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

¹⁰⁹ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

strip tablet perobat. Obat-obatnya ya seperti paracetamol dan obat untuk nyeri sendi.”¹¹⁰

- 2) Kegiatan senam dilakukan setiap akhir bulan sekali namun tidak pasti tanggalnya karna sesuai kelonggalaran jadwal Bidan Sri Handayani upt Puskesmas Undaan. Seperti yang di paparkan oleh Ibu Surati: “Senam lansia itu tidak pasti tanggalnya mbak, tapi setiap bulan ada. Karna mungkin kesibukan dari bidan yang menangani jadi itu tidak tentu pasti tanggal berapa.”¹¹¹
- 3) Belum ada transportasi gratis yang disediakan oleh desa untuk mengantar jemput para lansia. Seperti yang dikatakan oleh Ibu Supeni sebagai berikut: “karna belum ada transportasi dari desa yang mengantar jemput ya biasanya kalau datang ke balaidesa minta diantarkan oleh anak atau tetangga, dan pulangny nunggu dijemput oleh anak mbak.”¹¹² Dan Ibu Munjaenah juga mengatakan hal yang sama: “tidak ada tranportasi gratis dari desa, biasanya saya ke balaidesa minta diantarkan anak saya dan pulang dijemput. Jika tidak ada yang mengantar jemput ya saya jalan kaki mbak untuk menuju balaidesa.”¹¹³

Selain kendala juga ada dampak positif dari adanya senam lansia. Dampak positif yakni seperti yang diungkapkan oleh Ibu Kumyanah sebagai kader PKK, beliau berpendapat bahwa: “senam lansia yang dilakukan secara rutin itu dapat meningkatkan kebugaran tubuh dan menurunkan tekanan darah mbak, karna tujuan adanya senam lansia yaitu meningkatkan daya tahan tubuh dan memelihara kesehatan tubuh lansia.”¹¹⁴ Dan Ibu Munjaenah juga memaparkan dampak positifnya: “Setelah saya ikut senam lansia kegiatan keseharian saya lebih produktif karna tekanan darah saya menjadi normal dan tubuh tidak mudah lelah.”¹¹⁵

¹¹⁰ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

¹¹¹ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB

¹¹² Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

¹¹³ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

¹¹⁴ Kumyanah (Bendahara Kader PKK), Wawancara oleh peneliti pada 14 januari 2024. 15.19 WIB

¹¹⁵ Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

C. Analisis Data Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus”, peneliti mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dengan data yang telah diperoleh peneliti sebagai berikut:

Lansia merupakan sebuah siklus hidup manusia yang hampir dialami setiap orang. PKK Desa Medini memberdayakan lansia dengan cara membuat program senam lansia dan penyuluhan untuk menjadikan lansia yang produktif dan aktif. Program yang didirikan sejak tahun 2010 sampai sekarang.

Seperti yang diketahui kata “lansia” sering dipikirkan kita adalah sebagai seseorang yang memiliki banyak keluhan kesehatan dan tidak berdaya. Padahal lansia dapat berdaya sebagai subyek pembangunan kesehatan. Dan diharapkan para generasi muda Indonesia khususnya Desa Medini bahwa menjaga kesehatan adalah investas yang berharga.

1. Analisis Kegiatan Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Medini, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus

Pelaksanaan pemberdayaan masyarakat perlu ditempatkan pada arah yang benar, yaitu ditujukan pada peningkatan kapasitas masyarakat yang memberikan akses dan peningkatan ekonomi rakyat melalui pengembangan sistem informasi, kapasitas sumber daya manusia, pengembangan ekonomi, dan pembangunan teknologi. Peran dan fungsi pemerintah dalam program pemberdayaan masyarakat sangat menentukan keberhasilan implementasi pemberdayaan masyarakat. Upaya pemberdayaan masyarakat strategi dengan langkah yang nyata agar berhasil mencapai tujuan dan sasarannya.¹¹⁶

Pemberdayaan dapat diartikan sebagai upaya yang dilakukan agar objek menjadi berdaya atau mempunyai kekuatan/tenaga. Pemberdayaan sebagai terjemah dari “*empowerment*” menurut para ahli lain yang diartikan sebagai berikut: membantu seseorang menentukan tindakan yang akan dilakukan terkait dengan diri mereka dan memperoleh daya untuk mengambil keputusan, termasuk mengurangi efek hambatan pribadi dan sosial dalam melakukan tindakan. Hal ini

¹¹⁶ Dedeh Maryani, Ruth Roselin E. Nainggolan, *Pemberdayaan Masyarakat*, (Yogyakarta: Grup Penerbitan CV Budi Utama, 2012), hlm 24

dilakukan melalui peningkatan rasa percaya diri dan kemampuan untuk menggunakan daya yang ia miliki. Antara lain transfer daya yang dari lingkungan.¹¹⁷

Melalui kegiatan pemberdayaan lansia produktif yang dilakukan di Desa Medini, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus menjadikan lansia lebih mandiri, aktif, produktif dan dapat melakukan kegiatan sendiri tanpa minta dan bergantung kepada orang lain. Pemberdayaan lansia sendiri bertujuan untuk membina keluarga yang harmonis, membina pola hidup sehat, agar meningkatkan kualitas hidup yang terjamin. Dengan adanya kegiatan senam lansia produktif diharapkan agar dapat menjadi panutan bagi desa-desa yang lain untuk mencontoh bahwa sehat itu mahal, harus dijaga sejak dini.

Adapun kegiatan pemberdayaan lansia produktif dapat dikelompokkan dalam beberapa kegiatan, diantaranya:

a. Pemeriksaan dan Pengobatan

Kegiatan pemeriksaan dan pengobatan ini dilakukan secara gratis untuk lansia yang mengikuti kegiatan olahraga senam, pemeriksaannya sendiri meliputi pengecekan tensi darah, berat badan, gula darah, dan asam urat.

b. Senam

Latihan fisik untuk pembentukan kelenturan tubuh, yang membutuhkan kekuatan kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur bagi lansia.

c. Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan sesudah kegiatan senam lansia dan pengobatan lansia, yang diharapkan semua lansia dapat menerapkan gaya hidup yang sehat.

Ibu Siti Saechatun merupakan pekerja tas kertas yang memilik suami yang berprofesi sebagai buruh bangunan mengaku bahwa pendapatan keuangan keluarga menjadi terbantu, karena mengingat suami hanya bekerja sebagai buruh bangunan yang tidak menentu dengan gaji Rp 100.000 perhari. Dengan adanya pekerjaan tas kertas bisa menambah penghasilan keluarga dengan gaji Rp 3000.000 perminggu.¹¹⁸

¹¹⁷ Dedeh Maryani, Ruth Roselin E. Nainggolan, *Pemberdayaan Masyarakat*, (Yogyakarta: Grup Penerbitan CV Budi Utama, 2012), hlm 24

¹¹⁸ Observasi dan wawancara pekerja tas kertas pada 15 Januari 2024, 08.45 WIB

Ibu Supeni mengaku bahwa selama menjalani kegiatan senam lansia mendapatkan banyak manfaat seperti tubuh menjadi lebih bugar dan sehat, terlebih beliau adalah salah satu orang yang dulunya aktif dalam membina kegiatan lansia produktif. Kesehatan adalah salah satu investasi yang mahal, meskipun sudah berusia 74 tahun, beliau masih bisa beraktivitas dengan baik. Akan tetapi lebih cepat merasa kelelahan jika berjalan dan berdiri terlalu lama mengingat usianya sudah tidak muda lagi.¹¹⁹

Senam lansia merupakan bentuk sebuah program pemberdayaan yang berkelanjutan. Dengan proses pemberdayaan yang dilakukan para Kader PKK akan menjadikan masyarakat Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus lebih produktif, mandiri, dan aktif. Pemberdayaan lansia produktif sendiri bertujuan untuk memberdayakan lansia agar kesejahteraannya terjamin.

2. Analisis Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat Pemberdayaan Lansia Produktif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus

a. Faktor Pendukung

Faktor pendukung disini merupakan hal yang dapat mendukung para lasia untuk tetap aktif dan produktif di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus pada usia lanjut. Yaitu sebagai berikut:

- 1) Adanya keterlibatan Pemerintah Desa dan Kader PKK. Dalam proses pemberdayaan lansia tentunya melibatkan banyak orang yaitu Pemerintah desa, dan Kader PKK. Pemerintah desa sebagai penggerak yang menggerakkan suatu organisasi masyarakat seperti halnya PKK, PKK berperan sebagai pelaku pelaksana dan perencana proses pemberdayaan lansia produktif. Dengan begitu pemberdayaan lansia dapat terlaksana dengan baik dan menjadi mandiri dan sejahtera.
- 2) Banyaknya lansia produktif yang ikut senam. Senam merupakan salah satu faktor pendukung dalam proses pemberdayaan lansia. Lansia menjadi lebih produktif dengan diberikan penyuluhan dan melakukan medical

¹¹⁹ Observasi Kegiatan Senam Lansia Produktif di Desa Medini Undaan Kudus

kesehatan secara gratis. Maka dengan adanya lansia yang ikut berpartisipasi dapat meningkatkan produktifitas dan kemandirian.

- 3) Ijin suami sebagaimana mematuhi suami dengan mengikuti apa yang disuruhnya dan apa-apa yang dilarangnya, selama suruhan dan larangan itu tidak menyalahi ketentuan agama. Ketaatan ini karena seorang suami adalah seorang pemimpin dalam rumah tangga.¹²⁰
 - 4) Lingkungan senam yang nyaman, sebagaimana pernyataan dari Ibu Supeni: yang merasa bersyukur dengan bidan yang baik dan ramah.¹²¹ Ibu Munjaenah memaparkan bisa saling bertukar cerita mengenai keluhan penyakit yang di derita, da nada teman ngobrol¹²², dan menurut Ibu Surati merasa nyaman karna banyak teman-teman lansia yang saling memotivasi satu sama lain untuk terus menjadi lebih sehat.
- b. Faktor Pengambat
- 1) Keterbatasan obat-obatan, tidak tersedianya semua obat yang dibutuhkan oleh para lansia. Sehingga obat-obatan yang dimiliki berkurang.
 - 2) Kegiatan senam dilakukan setiap akhir bulan sekali tidak pasti tanggalnya karna sesuai kelonggalaran jadwal bidan yang menangani. Karna jadwal dari bidan yang padat jadi tidak ada kepasti tanggal tetap.¹²³
 - 3) Belum ada transportasi gratis yang disediakan oleh desa untuk mengantar jemput para lansia. Sehingga para lansia harus menunggu diantakan seseorang menuju balaidesa dengan kendaraan pribadi.

Setelah adanya program pemberdayaan lansia produktif, lansia memiliki dampak. Dampaknya yang dihadapi yaitu dampak positif. Adapun dampak positifnya yaitu produktifitas lansia meningkat, dan mandiri sehingga tidak bergantung pada orang lain.

¹²⁰ Malik dkk, *Hadits-hadits Ahkam Pedoman Keluarga Islam Perspektif Hukum Positif Indonesia*, (Surabaya: Mandiri Publishing, 2015), hlm 98

¹²¹ Supeni, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 09.06 WIB

¹²² Munjaenah, Wawancara oleh penulis pada 15 Januari 2024, 08.56 WIB

¹²³ Surati, Wawancara oleh penulis pada 14 Januari 2024, 16.15 WIB