

MEMBANGUN KETAHANAN PRODUKTIFITAS LANSIA MENJELANG DAN PURNA TUGAS

¹Aini Alifatin, ²Thathit Manon Andini, ³Retno Firdiyanti, ⁴Dini Kurniawati,
⁵Nurhayatin

^{1.2.3.4.5} Universitas Muhammadiyah Malang
aalifatin@yahoo.co.id

Abstract: The retirement period is a time when everyone is different in responding. Some consider it a period of rest, a period of worship, or even a period of decline due to reduced income. Retired employees from the Muhammadiyah University of Malang (UMM), are a group of partners where 63% do not have a business unit / activity planned during the retirement period, 15% intend to make the worship period, 22% already have a business in preparation for the retirement period. One of the full-time employees has a Tofu Meatballs business. Turnover every day is able to produce 300-350 grains of Tofu meatballs whose sales are with limited marketing. The meatball tofu packaging is also very simple so that it cannot last long, and has not received a PIRT permit and is hygienic. UMM Service Team support is needed in order to obtain the resilience of the retirement group's productivity and approaching retirement so that the mentoring becomes a pilot project for the assistance of full productivity resilience. The approach taken is to train and improve the quality of partner resources in: cultivation, processing production, packaging and socialization of business licenses. The results of empowerment include increasing the ability of partners in the use of new technology in the packaging process and packaging variations, an increase in the use of social media as an offline and online marketing media, increased knowledge about the PIRT licensing process and Decent hygiene as well as, changes in business development interest.

Keywords: Retirement, Resilience, Productivity

PENDAHULUAN

Masa purna tugas merupakan masa dimana setiap orang berbeda dalam menyikapi. Ada yang menganggap sebagai masa istirahat, masa ibadah, atau justru masa yang terpuruk akibat berkurangnya penghasilan karena sudah dianggap tidak produktif. Sebuah study menyebutkan bahwa ada empat tugas utama bagi mereka yang menjalani masa purna tugas, yaitu: keterlibatan aktif, evaluasi ulang kepuasan hidup, evaluasi ulang pandangan dunia, dan pemeliharaan kesehatan. Banyak dari studi ini mengkonfirmasi dampak pensiun pada kehidupan seseorang (Heo et al., 2010; Hoglund et al., 2009) serta bagaimana waktu luang mereka (D. A. Kleiber et al., 2012; D. Kleiber & Linde, 2014). Sebagian besar dari analisis ini menggunakan perspektif maskulin di mana peran produktif, lebih menonjol daripada peran reproduksi, seperti peran ibu rumah tangga. Penelitian menunjukkan bahwa pria lansia/purna tugas lebih cenderung memilih kegiatan rekreasi yang mereka kenal, bahkan terkait atau mirip dengan yang mereka kembangkan dalam karir mereka sebelum pensiun, dibandingkan dengan perempuan yang lebih dituntut untuk bertanggung jawab terhadap keluarga. Hal ini didukung oleh penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa adaptasi wanita dan pria terhadap pensiun berbeda. Adaptasi wanita lebih rendah ketika jumlah peristiwa kehidupan yang dialami meningkat. Pensiunan wanita tampaknya lebih rentan terhadap akumulasi perubahan hidup daripada pria. Kesehatan mental terkait dengan kecemasan psikologis, imobilisasi, minuman keras dan kesehatan, sangat terkait dengan perbedaan

gender. (Hooyman, Nancy R, Gonyea, 2008). Kondisi ini akan semakin meningkatkan keterpurukan pada masa lansia dan purna tugas.

Di Indonesia, fenomena bahwa purna tugas adalah “akhir dari segala-galanya” menjadi faktor yang turut memperburuk ketahanan BioPsiko social lansia. Penelitian di Indonesia menyebutkan, stressor fisik dan sikap terhadap penuaan merupakan 66,4% (R-Square: 0.664) pencetus terjadinya *Post Power syndrome*, dan 39.3% menjadi pencetus (R-Square: 0.393) dari kualitas hidup lansia/purna tugas. (Indarwati et al., 2017). Belum lagi persoalan berkurangnya pendapatan di tengah-tengah kebutuhan yang semakin meningkat, bahkan krisis ekonomi pada masa pensiun dapat meningkatkan terjadinya gangguan mental. (Belloni et al., 2016) .

Penelitian di Jepang yang dilakukan terhadap Pria, menunjukkan hasil bahwa Pria yang tidak bekerja memiliki waktu kematian yang lebih pendek daripada pria yang memiliki pekerjaan (7,66 tahun dibandingkan 9,31 tahun ($p < 0,001$); hasil yang sama juga terjadi pada waktu terjadinya penurunan kognitif. Terdapat perbedaan waktu penurunan kognitif pada laki-laki yang tidak dipekerjakan (7,58 tahun), dibandingkan dengan laki-laki dengan pekerjaan memiliki 11,20 tahun ($p = 0,003$). Dalam perkembangan kesehatan juga terdapat perbedaan, Laki-laki yang tidak bekerja memiliki 5,84 tahun munculnya stroke, yang kurang dari 8,03 tahun untuk pria dengan pekerjaan ($p = 0,001$). (Okamoto et al., 2018). Berkurangnya partisipasi social/kerja juga secara signifikan mengakibatkan penurunan kognitif. (Chanda & Mishra, 2019)

Singapura adalah contoh negara yang peduli dengan kesejahteraan lansia. Rata-rata warganya dapat bertahan hidup hingga usia 82.7 tahun . Pada tahun 2012, Pemerintah Singapura membuat kebijakan “*Re-employment*” yang mendorong para warga lansia untuk kembali bekerja setelah mereka melampaui usia batas pensiun, 62 tahun . Pada tahun 2017, usia ini direvisi. Mereka bisa kembali bekerja setelah melampaui usia 67 tahun . Tujuan dari kebijakan ini adalah agar lansia memiliki rasa percaya diri yang kuat karena masih memiliki produktivitas meskipun gaji pensiun di Singapore tergolong tinggi, serta agar tidak merasa kesepian dan masih bisa mengisi waktu luang untuk mengisi kekosongan/kesepian. Dan nyatanya hasil dari kebijakan tersebut membuat usia harapan hidup lansia di Singapura tergolong tinggi. (Rogerson & Stacey, 2018).

Pada umumnya di Indonesia, banyak institusi yang tidak memberikan perhatian pada karyawan atau pegawai yang menjelang purna tugas. Masa pensiun hanya dijadikan sebagai aktifitas perpisahan, memberikan tunjangan pensiun, dan selesai sampai di situ. Sedangkan penggalian potensi sebelum masa pensiun dan aktifitas apa yang akan dikerjakan setelah pensiun, belum pernah dipikirkan oleh yang bersangkutan, apalagi oleh institusi tempat bekerja. Universitas Muhammadiyah Malang (UMM), sebagai institusi yang telah berdiri sejak 1964, juga telah dua periode mengistirahatkan beberapa karyawan yang sudah usia lanjut sebagai purna tugas. Sama halnya dengan institusi lainnya, UMM pun menyelesaikan tugas institusi terhadap karyawan yang purna tugas dengan dana pensiun, acara perpisahan dst. Beruntung bahwa jumlah karyawan dan data purna tugas masih dapat ditelusur. Lembaga Pemberdayaan Perempuan dan Anak (LP3A), sebagai bagian dari UMM, serta sesuai dengan visi misi LP3A, diantaranya mengambil peranan pengabdian pemberdayaan terhadap Perempuan, anak dan kelompok inklusi social, dengan melakukan pendataan dan melakukan study tentang pandangan terhadap purna tugas, dan unit usaha atau kegiatan yang dilakukan oleh karyawan selama purna tugas selama 2 Tahun terakhir dan karyawan

menjelang purna tugas (kurang 3 tahun). Teridentifikasi bahwa 63% purna tugas belum memiliki unit usaha/ kegiatan yang direncanakan pada masa purna tugas, 15% berniat menjadikan masa ibadah, 22% sudah punya usaha sebagai persiapan kegiatan masa purna tugas. Dari 63% yang teridentifikasi belum memiliki unit usaha, berminat pada bidang pertanian sayuran (urban farming) dan perikanan sejumlah 42%, yang penyelenggaraan pembinaannya telah dilakukan pada tahun sebelumnya (2018), sedangkan 58% berminat dalam usaha produk makanan dan sejenisnya yang dilaksanakan tahun 2019. Dengan jumlah Purna tugas yang semakin besar, menjadi tantangan bagi LP3A agar dapat mempersiapkan Lansia yang sehat, mandiri serta memiliki ketahanan produktivitas sehingga nantinya tidak menjadi beban bagi masyarakat maupun negara, dan justru menjadi asset sumber daya manusia yang potensial.

Ibu Lilik adalah salah satu mitra yang sudah purna tugas, yang memiliki usaha produk Tahu bakso. Omset tiap hari mampu memproduksi 300-350 butir Tahu bakso yang diolah dengan peralatan sederhana dan dengan pemasaran yang terbatas pada mahasiswa UMM. Tentu saja ketika mahasiswa libur, maka produk ini akan terbatas penjualannya. Dan tidak jarang pula mitra harus libur tidak memproduksi. Jenis produksi juga terbatas berupa Tahu bakso yang hanya dijual per biji, dengan tanpa kemasan tanpa jaminan kebersihan, estetika pengemasan dan tidak mampu bertahan lama (dalam bentuk frozen). Dalam hal pemasaran, memang masih terbatas, demikian juga dalam hal produksi masih banyak menyita waktu karena semua dikerjakan dengan peralatan sederhana. Sedangkan bahan baku diperoleh dengan mudah dari pasar. Praktis, seluruh aktifitas produksi yang harusnya cukup 3 jam saja, terpaksa bisa memerlukan waktu 6-7 jam. Mitra juga belum pernah mendapatkan sosialisasi tentang ijin PIRT/layak Hygiene. Meskipun demikian potensi ini bisa menjadi asset untuk mendukung pengembangan dari hasil produk pangan apalagi mitra berkeinginan menciptakan Rumah Tahu, dan memproduksi kemasan Tahu frozen, yang bisa dipasarkan lebih jauh dan lebih lama penyimpanannya. Penghasilan tiap hari Ibu Lilik sebesar 50-100 rb, oleh karena itu, Mitra belum merekrut pegawai tambahan untuk membantu produksi, sedangkan potensi untuk berkembang menjadi usaha besar memerlukan penambahan pegawai.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah prioritas pada mitra

1. Jenis produksi berbahan Tahu yang masih terbatas Tahu bakso
2. Produksi dan kemasan masih menggunakan peralatan sederhana, sehingga produktifitas terbatas
3. Belum pernah mendapat sosialisasi tentang ijin PIRT/layak hygiene
4. Pemasaran yang terbatas offline dengan lokasi terbatas di kampus.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan dari program pengabdian ini adalah:

1. Meningkatkan jumlah dan variasi produksi makanan berbahan dasar Tahu
2. Meningkatkan kemampuan mitra dalam penggunaan teknologi baru dalam proses pengemasan dan variasi pengemasan
3. Meningkatkan kemampuan mitra dalam pemanfaatan media social sebagai media pemasaran offline maupun online
4. Meningkatkan pengetahuan mitra tentang proses pengurusan ijin produksi baik PIRT maupun Layak hygiene

Dalam program pengabdian LP3A ini diharapkan dapat memberikan support dan pendampingan untuk mencapai ketahanan produktivitas selama masa purna, menggunakan

tehnologi yang dapat meningkatkan dan mempercepat produksi, dan menjadi pilot proyek untuk pendampingan ketahanan produktivitas masa purnatugas.

Metode pendekatan yang dilakukan antara Pengusul dengan Kelompok mitra adalah, Model Pemberdayaan manajemen diri dan pendampingan mitra (Hourzad et al., 2018): metode ini melatih dan meningkatkan kualitas sumber daya mitra untuk dapat melakukan: budidaya, produksi pengolahan, pengemasan dan meningkatkan variasi bahan, yang sebelumnya dengan daging ayam, dikembangkan dengan ikan menjadi bahan makanan pokok dan camilan dengan pengemasan dan pemasaran yang lebih bermutu.

METODE

A. Model Strategi Program Pengabdian

Metode pendekatan yang dilakukan antara Pengusul dengan Kelompok mitra adalah menggunakan strategi Model Pemberdayaan dan pendampingn terhadap mitra:

1. Model pendampingan masyarakat:

Merupakan pola yang efektif untuk memberikan manfaat langsung kepada masyarakat, berupa penyelesaian permasalahan mitra dengan melatih dan meningkatkan kualitas sumber daya mitra. Pada program pengabdian ini dilakukan pendataan terhadap keinginan dan minat mitra pada masa purna tugas, sehingga pendampingan disesuaikan dengan minat terbesar dari mitra yaitu untuk dapat melakukan pengolahan diversifikasi makanan berbahan Tahu . Pertemuan dengan pengurus dan anggota mitra untuk menjelaskan program dan rencana pembinaan yang akan dilakukan, serta dilakukan pelatihan tentang pentingnya bahan dasar dasar Tahu sebagai nutrisi berprotein tinggi sebelum pelatihan diversifikasi makanan berbahan dasar Tahu



Gambar 1. Pertemuan Dengan Pengurus Dan Anggota Mitra Untuk Menjelaskan Program Dan Rencana Pembinaan Yang Akan Dilakukan

Pertemuan dilakukan di gazebo fakultas pertanian dan peternakan UMM, dihadiri oleh 20 peserta baik yang sudah memiliki unit usaha ataupun yang belum memiliki ide usaha. Pertemuan ini sekaligus mengulang kembali Sosialisasi program pelatihan yang akan dilakukan dan konsep pengembangan dan pengelolaan, serta bahan baku yang variatif

2. Model pelatihan dan workshop tentang pengelolaan atau manajemen usaha Tahu bakso :

Model ini adalah tindak lanjut dari hasil pendampingan pelatihan, dimana hasil produksi yang telah terkumpul, selanjutnya dikelola dengan dipasarkan sehingga mendapatkan hasil usaha. Tahapan ini terdiri atas beberapa aspek :

- 1) Aspek produksi : bagaimana melakukan produksi dengan higienis dan hemat waktu, dengan pengembangan Tahu bakso dengan bahan lain yang setara ayam (ikan bandeng, lele dll).



Gambar 2. Pelatihan Dan Pendampingan Pembuatan Jenis Pengembangan Tahu Bakso Dengan Bahan Lain Yang Setara Ayam

- a. Proses pembuatan meatball dari bahan Tahu , dilakukan melalui pemberian materi dan praktek pembuatan. Peserta antusia untuk mencoba membentuk adonan bakso yang akan dimasukkan ke dalam irisan Tahu . Proses latihan pembuatan Tahu bakso dilakukan secara higienis dimana peserta diharuskan untuk mengenakan sarung tangan plastic. Proses pelatihan ini diharapkan akan meningkatkan kemampuan peserta dalam menciptakan ide usaha rumah tangga.



Gambar 3. Pelatihan Diversifikasi Makanan Berbahan Tahu Berupa Brownies Tahu

- b. Proses pelatihan diversifikasi bahan Tahu lainnya adalah pembuatan brownies Tahu , cookies Tahu dan Rolade Tahu . semua jenis pelatihan diversifikasi dikenalkan pada peserta dengan harapan, peserta mampu memilih dan menetapkan unit usaha serta mengembangkan minat usaha pada masa purna

tugas. Peserta antusias dan memiliki kemampuan untuk mempraktekkan semua bentuk pelatihan.

- c. Pelatihan penggunaan sarana dan peralatan pendukung pengolahan pangan (*Vacumsealer*), packaging dan desain packaging sebagai produk unggulan.



Gambar 4. Proses Pelatihan Pengemasan Dengan Sealer

Peserta antusias untuk mencoba menggunakan setiap alat packaging yang disediakan, satu persatu peserta menguji kemampuan menggunakan alat sealer. Pengemasan dengan sealer dimaksudkan untuk menjaga agar makanan higienis karena terhindar kontaminasi lingkungan yang kotor atau udara bebas



Gambar 5. Proses Pelatihan Pengemasan Dengan *Vacuumsealer*

Tim pengabdian juga mengenalkan berbagai macam sealer terutama yang sebagian akan disimpan dalam freezer sehingga mampu bertahan lebih lama, dengan menggunakan vacuum sealer. Selain pengemasan, tim pengabdian juga memberikan pelatihan cara pembuatan label desain packaging sebagai produk unggulan. Pembuatan desain label terdiri atas penetapan nama produk, bahan yang digunakan, gambar produk yang asli dari produk yang dihasilkan dan bukan berasal dari browsing internet sehingga memerlukan ijin mengcopy. Peserta juga disarankan untuk melengkapi label dengan masa kedaluarsa, ukuran berat produk serta nomor PIRT atau logo halal jika sudah mendapatkan ijin produksi.

- 2) Aspek Manajemen Usaha: bagaimana melakukan perencanaan usaha dan manajemen keuangannya, kemudian dilakukan juga pendampingan tentang pemasaran melalui strategi acuan pemasaran (*Marketing Mix*) yaitu:
 - a. Strategi produk

Menetapkan cara dan penyediaan produk yang tepat bagi pasar yang dituju sehingga dapat memuaskan konsumen dan menguntungkan mitra. Produk yang direncanakan adalah Tahu bakso dan segala produk olahan Tahu yang berbentuk basah/frozen, dengan kemasan ukuran 250 gram, 500 gram, 1 kg, dst. Pada

kemasan akan dijelaskan sebagai Produk yang dihasilkan memiliki kualitas yang tinggi tanpa ada bahan pengawet apapun. Label dari kelompok dan Pengemasan dilakukan dengan hand sealer dan sealer berjalan.

- b. Strategi penyaluran distribusi dan tempat
Strategi penjualan ini dilakukan secara langsung ke konsumen, menawarkan ke toko-toko serta membawa dalam pameran/bazar.
- c. Strategi promosi
Promosi produk Tahu bakso akan dilakukan untuk mengenalkan produk ini kepada konsumen dengan strategi promosi yang rendah biayanya (gratis) tetapi dapat memperkenalkan produk kepada sasaran dengan tepat. Sebagai permulaan promosi dapat dilakukan secara langsung dari mulut ke mulut dengan mengenalkan produk Tahu bakso kepada teman atau langsung ke toko toko, promosi juga akan dilakukan dengan menempel pamflet-pamflet dan menyebarkan brosur di pinggir jalan dan tempat-tempat lainnya, dan selanjutnya Penjualan secara online. Kegiatan sosialisasi Perijinan Industri Rumah Tangga dilakukan di Gazebo Prodi Kehutanan UMM, pada 14 september 2019. Diikuti oleh kurang lebih 40 peserta, dan bekerjasama dengan pemateri dari Dinkes Kota Malang Acara diawali dengan pembukaan dan laporan ketua Tim Pengabdian Internal UMM, yang selanjutnya di lanjutkan dengan acara sosialisasi. Materi tentang pengenalan pemasaran dikenalkan berbagai jenis diantaranya melalui weblog, instagram dan facebook yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana pemasaran. Peserta antusias mengikuti seluruh acara dari awal hingga akhir dan bersiap untuk mendampingi proses perijinan.



Gambar 6. Proses pelatihan pemasaran online dan sosialisasi ijin usaha PIRT

3. Model Tindak Lanjut

Kegiatan ini diharapkan dapat berjalan berkelanjutan, sehingga menjadi usaha tetap dan berkembang untuk mitra, demi kesejahteraan para jelang dan purna tugas dengan indikator kualitas dan kuantitas produksi yang meningkat tiap tahun nya. Selain itu akan dikembangkan daerah pemasaran yang lebih luas lagi, dengan mencari metode produksi yang semakin cepat, penghematan waktu dan menurunkan harga jual, sehingga proses sirkulasi dana yang beredar di mitra akan semakin cepat dan kesejahteraan mitra semakin bertambah.

B. Tabulasi kegiatan

Pendampingan Ketahanan Produktivitas Lansia Menjelang Purna Dan Purna Tugas dilakukan dalam beberapa tahapan sebagaimana tertera dalam tabel 1.

Tabel 1 : Rangkaian Kegiatan Pengabdian Internal Pendampingan Ketahanan Produktivitas Lansia Menjelang Purna Dan Purna Tugas, April S/D September 2019

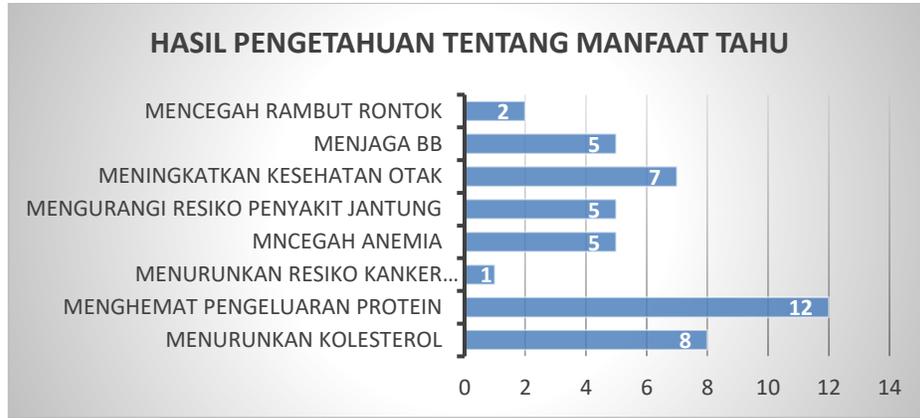
| RENCANA KEGIATAN | LUARAN KEGIATAN | PARTISIPASI MITRA | Alokasi waktu |
|--|--|---|-------------------------------------|
| 1. Pertemuan dengan pengurus dan anggota mitra untuk menjelaskan program dan rencana pembinaan yang akan dilakukan. | <ul style="list-style-type: none"> - Terbentuk pengurus - Jadwal pertemuan pembinaan - Tempat pelaksanaan dan waktu | <ul style="list-style-type: none"> - Jumlah peserta; 5-7 org - Menyediakan tempat dan perlengkapan semestinya | Minggu ke-1 april Lewat group WA |
| 2. survey program pelatihan yang akan dilakukan dan konsep pengembangan dan pengelolaan, serta mengenal manfaat Tahu sebagai bahan dasar serta bahan baku lain yang variatif | <ul style="list-style-type: none"> - Program pembinaan dan jadwal pelaksanaan - Tempat pelaksanaan dan waktu - Hasil survey | <ul style="list-style-type: none"> - Jumlah peserta; 20 org - Tempat, Plaza pertanian /agribisnis corner (Barat pom bensin) | Minggu ke 2: 19 April 2019 |
| 3. Pelatihan dan Pendampingan pembuatan jenis pengembangan Tahu bakso dengan bahan lain yang setara ayam (ikan bandeng, lele dll) | <ul style="list-style-type: none"> - Tahu bakso, siomay, Cake Tahu , cokies Tahu dll. - Hasil survey | <ul style="list-style-type: none"> - Jumlah peserta; 20 org - Tempat, Plaza pertanian /agribisnis corner (Barat pom bensin) | Minggu ke 3 : 25, April 2019 |
| 4. Pelatihan penggunaan sarana dan peralatan pendukung pengolahan pangan (fakuum press), packaging dan desain packaging sebagai produk unggulan | Hasil packaging dan desain kemasan | | |
| 5. Sosialisasi PIRT | <ul style="list-style-type: none"> - Persiapan ijin PIRT | <ul style="list-style-type: none"> - Jumlah peserta; 20 org - Tempat Gazebo prodi Kehutanan | 14 September 2019 |

HASIL KARYA UTAMA DAN PEMBAHASAN

Untuk mewujudkan kelompok purna tugas yang memiliki ketahanan produktifitas, diperlukan beberapa kegiatan awal dan berkelanjutan. Hasil dari upaya tim pengabdian UMM kerjasama dengan mitra adalah sebagai berikut :

1. Pada kegiatan pendampingan pertama, diawali dengan pertemuan dalam rangka pembentukan pengurus, untuk selanjutnya mengkoordinir kelompok dan kegiatan untuk menunjang pemberdayaan purna tugas. Kegiatan ini cukup dilakukan di group Whatsapp.
2. Pada kegiatan ke dua, dilakukan survey untuk mengetahui kebiasaan pengolahan Tahu sebagai usaha rumahan, dan minat pelatihan pembuatan makanan berbahan dasar Tahu serta pengetahuan tentang manfaat Tahu sebagai bahan dasar makanan. Setiap peserta

yang hadir diberi kuesioner tentang manfaat bahan dasar Tahu, dan kebiasaan pengolahan Tahu sebagai usaha rumahan pada umumnya, dan minat mengikuti pelatihan jenis makanan berbahan dasar Tahu. Berdasarkan survey didapatkan hasil sebagai berikut :



Gbr 7 : hasil pengetahuan tentang manfaat Tahu dari 20 responden purna tugas.

Kuesioner tentang manfaat Tahu diberikan dalam bentuk multiple choice, dimana peserta boleh memilih jawaban lebih dari satu. Yang menarik dari hasil ini adalah, bahwa masyarakat banyak yang belum mengetahui tentang manfaat lain dari Tahu. Hal ini dibuktikan dari 20 peserta survey, 12 peserta lebih banyak menjawab karena kandungan protein, sedangkan pilihan jawaban lain seperti ; menurunkan kolesterol, meningkatkan kesehatan otak, sampai dengan jawaban mencegah rambut rontok dan mencegah kanker, hanya dipilih oleh sebagian kecil peserta. Keterbatasan pengetahuan ini dilatarbelakangi oleh usia dan kebiasaan sehari-hari terhadap bahan makanan Tahu. Sesuai dengan penelitian Harry, 2015 dimana semakin lanjut usia semakin tinggi resiko penurunan kognitifnya, dibuktikan dengan, dari 84 sampel, 54,6% responden lansia mengalami *Probable Cognitive Impairment* (PCI) dimana dari jumlah tersebut, 73,1% responden berusia diantara 75-90 tahun, disamping faktor-faktor yang lainnya.(Harry Sundariyati et al., 2015). Selain kuesioner tentang pengetahuan, juga disurvei tentang kebiasaan mengolah bahan dasar Tahu. Hasil kuesioner tentang kebiasaan pengolahan Tahu sebagai omset pemasaran sebagai berikut :



Gambar 8. Hasil kuesioner tentang kebiasaan pengolahan Tahu

Hasil survey pada gbr. 8 menunjukkan bahwa keterbatasan informasi dan sosialisasi menyebabkan keterbatasan daya kreatifitas dalam pemanfaatan bahan dasar Tahu . Sebagaimana penelitian Kim & Park, 2017 menggunakan Analisis regresi ganda, menunjukkan bahwa depresi, hidup bersama, kegiatan sosial, dan factor lain, Memiliki dampak yang signifikan terhadap fungsi kognitif baik pada pria maupun wanita. Pada pria, efek aktivitas sosial lebih besar pengaruhnya terhadap fungsi kognitif daripada wanita (Kim & Park, 2017). Hasil ini menjadi dasar dari Tim Pengabdian untuk melakukan pendampingan dan pelatihan pemanfaatan bahan dasar Tahu , dan di bawah ini adalah hasil survey peminatan mitra, sebagai berikut :



Gambar 9. Hasil peminatan pelatihan makanan berbahan dasar Tahu

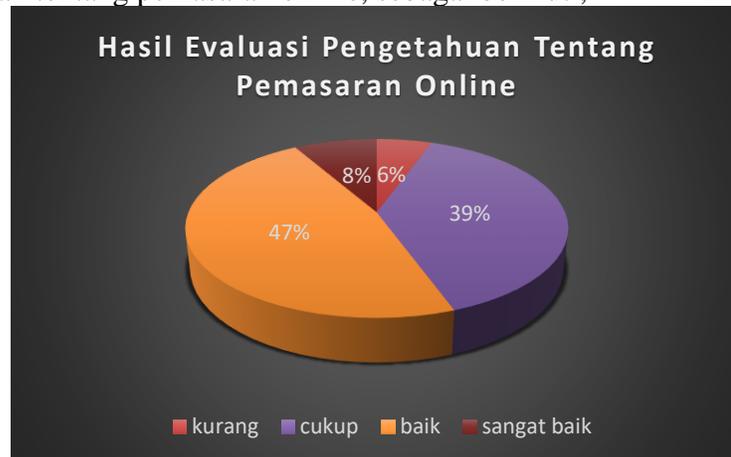
Berdasarkan hasil survey di atas, dari menunjukkan bahwa mitra menghendaki pendampingan dan pelatihan berbahan dasar Tahu dengan variasi terbanyak pada cookies Tahu (14 responden), diikuti pelatihan pembuatan Rolade dan brownis Tahu, berikutnya Tahu bakso. Bahan dasar tahu banyak mengandung protein tinggi sehingga menjadi bahan terbaik bagi pengolahan makanan. (Eny Winaryati, Siti Aminah, 2015), (Kurnia Hartati et al., 2019). Karena peminat Tahu bakso 10 responden, maka untuk meningkatkan daya Tarik mitra maka Tahu bakso yang diajarkan berasal dari Tahu dan bukan hanya daging ayam, melainkan dari daging ikan lele, bandeng dan lain-lain. Pelaksanaan pelatihan dilakukan dalam 1 kali pertemuan, dimana peserta dibagi menjadi 3 kelompok kecil dan setiap kelompok secara bergantian akan praktek dalam pembuatan cookies. Pada setiap pelatihan didampingi 1 orang instruktur dan 2 orang asisten yang akan memandu dan membantu peserta saat pelatihan berlangsung. Pelatihan sekaligus digabungkan dengan pelatihan Packaging.



Gambar 10. Contoh hasil pelatihan pembuatan rolade Tahu , brownies Tahu dan Tahu bakso, serta Packaging dan label desain yang dihasilkan .

Setelah mengikuti semua pelatihan tersebut, dilakukan evaluasi pada setiap peserta. Evaluasi terkait dengan pelaksanaan kegiatan, terdiri atas, tanggapan terhadap tingkat kesulitan pembuatan makanan berbahan dasar Tahu serta pengemasan dan desain label, serta minat pengembangan sebagai unit usaha. Hasil penilaian untuk materi pelatihan adalah hampir semua peserta(75%) menyatakan bahwa ; pada aspek ketersediaan bahan 100% sangat mudah, aspek peralatan 65% cukup mudah dan sangat mudah, sedangkan materi tentang proses pengolahan yang disajikan 80% sangat mudah dan cukup mudah, dan dari seluruh responden, 55% peserta berminat mengembangkan hasil pelatihan sebagai unit usaha. Berdasarkan hasil di atas, terdapat perubahan sikap dan perilaku yang diharapkan setelah mendapatkan pendampingan dan pelatihan. Memberdayakan individu baik dengan alat dan dukungan akan memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi, menguji, dan menemukan strategi perubahan perilaku dan mengaktualisasikan solusi untuk kebutuhan pribadi mereka yang unik, sepanjang kehidupan sehari-hari mereka, perubahan ini cenderung mengarah pada solusi yang lebih kuat, personal, dan efektif. (Lee, 2013).

3. Pada pelatihan terakhir dilakukan pelatihan pemasaran Online sekaligus sosialisasi tentang perijinan PIRT dan Layak Hygiene. Saat ini untuk perijinan masih dalam batas sosialisasi. Sedangkan pelatihan pemasaran online merupakan rangkaian kegiatan pendampingan yang diperlukan bagi mitra. Di bawah ini adalah hasil evaluasi pengetahuan tentang pemasaran online, sebagai berikut ;



Gambar 11. Penilaian Terhadap Isi Materi Pelatihan pemasaran Online

Pendampingan pelatihan media social dengan tehnologi informasi, selain mengajarkan tentang pemasaran juga dapat meningkatkan kemampuan sosialisasi pada lansia, purna tugas. Mengingat bahwa lansia sudah mulai tidak dapat mengikuti perubahan tehnologi informasi, maka diperlukan pendampingan dan pelatihan pemasaran online ini. Bukti menunjukkan bahwa teknologi informasi dan komunikasi (TIK) kontemporer memiliki potensi untuk mencegah atau mengurangi isolasi sosial lansia melalui berbagai mekanisme. Penggunaan TIK secara konsisten ditemukan mempengaruhi dukungan sosial, keterhubungan sosial, dan isolasi sosial secara umum secara positif. TIK berdampak mengurangi isolasi sosial lansia

melalui empat mekanisme: menghubungkan ke dunia luar, mendapatkan dukungan sosial, terlibat dalam kegiatan yang menarik, dan meningkatkan kepercayaan diri.(Chen & Schulz, 2016)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil diskusi dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa dengan kegiatan pemberdayaan berupa pendampingan dan pelatihan, mampu meningkatkan kemampuan mitra dalam penggunaan teknologi baru dalam proses pengemasan dan variasi pengemasan, meningkatkan kemampuan mitra dalam pemanfaatan media social sebagai media pemasaran offline maupun online, meningkatkan pengetahuan mitra tentang proses pengurusan ijin produksi baik PIRT maupun Layak hygiene serta, perubahan perilaku berupa minat pengembangan usaha.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan terutama kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Malang dan Kepala Lembaga Pemberdayaan Perempuan dan Anak, serta Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan pendanaan dan dukungan selama proses pengabdian berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Belloni, M., Meschi, E., & Pasini, G. (2016). The Effect on Mental Health of Retiring During the Economic Crisis. *Health Economics (United Kingdom)*. <https://doi.org/10.1002/hec.3377>
- Chanda, S., & Mishra, R. (2019). Impact of transition in work status and social participation on cognitive performance among elderly in India. *BMC Geriatrics*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1261-5>
- Chen, Y. R. R., & Schulz, P. J. (2016). The Effect of Information Communication Technology Interventions on Reducing Social Isolation in the Elderly: A Systematic Review. In *Journal of medical Internet research*. <https://doi.org/10.2196/jmir.4596>
- Eny Winaryati, Siti Aminah, S. I. (2015). Optimalisasi Home Industri Masyarakat Desa Ujungrusi Melalui Pemanfaatan Limbah Dari Tahu Menjadi Produk Bernilai Ekonomi. *The 2nd University Research Coloquium*.
- Harry Sundariyati, I. G. A., Ratep, N., & Westa, W. (2015). Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi status kognitif pada lansia di wilayah kerja puskesmas kubu II, Januari-Februari 2014. *E-Jurnal Medika Udayana; Vol 4 No 1 (2015):E-Jurnal Medika Udayana*.
- Heo, J., Lee, Y., McCormick, B. P., & Pedersen, P. M. (2010). Daily experience of serious leisure, flow and subjective well-being of older adults. *Leisure Studies*. <https://doi.org/10.1080/02614360903434092>
- Hoglund, M. W., Sadovsky, R., & Classie, J. (2009). Engagement in life activities promotes healthy aging in men. In *Journal of Men's Health*.

<https://doi.org/10.1016/j.jomh.2009.09.032>

- Hooyman, Nancy R, Gonyea, J. G. (2008). A Feminist Model of Family Care : Practice and Policy Directions A Feminist Model of Family Care : Practice and Policy Directions. *Journal of Women & Aging*, 11(September 2014), 149–169. <https://doi.org/10.1300/J074v11n02>
- Hourzad, A., Pouladi, S., Ostovar, A., & Ravanipour, M. (2018). The effects of an empowering self-management model on self-efficacy and sense of coherence among retired elderly with chronic diseases: A randomized controlled trial. *Clinical Interventions in Aging*, 13, 2215–2224. <https://doi.org/10.2147/CIA.S183276>
- Indarwati, R., Nursalam, N., Hargono, R., Suprajitno, S., Haryanto, J., Fauziningtyas, R., & Pratama, R. Y. (2017). ANALYSIS OF FACTORS AFFECTING POST-POWER SYNDROME AND QUALITY OF LIFE IN THE ELDERLY. *Belitung Nursing Journal*. <https://doi.org/10.33546/bnj.92>
- Kim, M., & Park, J. M. (2017). Factors affecting cognitive function according to gender in community-dwelling elderly individuals. *Epidemiology and Health*. <https://doi.org/10.4178/epih.e2017054>
- Kleiber, D. A., Bayon Martin, F., & Cuenca Amigo, J. (2012). La educación para el ocio como preparación para la jubilación en Estados Unidos y España. *Pedagogia Social Revista Interuniversitaria*. https://doi.org/10.7179/psri_2012.20.04
- Kleiber, D., & Linde, B. (2014). The case for leisure education in preparation for the retirement transition. *Journal of Park and Recreation Administration*.
- Kurnia Hartati, F., Besari Djauhari, A., Indrasari, M., & Augustinah, F. (2019). PKM Krupuk Ampas Tahu Di Desa Medokan Semampir. *ASAWIKA: Media Sosialisasi Abdimas Widya Karya*. <https://doi.org/10.37832/asawika.v4i02.3>
- Lee, J. (2013). Supporting self-experimentation of behavior change strategies. *UbiComp 2013 Adjunct - Adjunct Publication of the 2013 ACM Conference on Ubiquitous Computing*. <https://doi.org/10.1145/2494091.2501090>
- Okamoto, S., Okamura, T., & Komamura, K. (2018). Employment and health after retirement in Japanese men. *Bulletin of the World Health Organization*, 96(12), 826–833. <https://doi.org/10.2471/BLT.18.215764>
- Rogerson, A., & Stacey, S. (2018). Successful ageing in Singapore. *Geriatrics (Switzerland)*, 3(4). <https://doi.org/10.3390/geriatrics3040081>