



**STRATEGI PROGRAM *ELDERLY SCHOOL OF 'AISYIYAH* (ESA) AISYIYAH SURAKARTA DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN SOSIOEMOSIONAL LANSIA**

**Mahasri Shobahiya<sup>1</sup>, Fauzan Addinul Jihad<sup>2</sup>**

Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1,2</sup>

e-mail: [ms208@ums.ac.id](mailto:ms208@ums.ac.id)

Diterima: 31/12/2025; Direvisi: 6/1/2026; Diterbitkan: 20/1/2026

**ABSTRAK**

Penuaan populasi di Indonesia memicu urgensi layanan lansia berbasis komunitas yang tidak hanya berfokus pada fisik, tetapi juga kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi program Elderly School of 'Aisyiyah (ESA) Surakarta dalam memenuhi kebutuhan sosioemosional lansia serta membedah tantangan implementasinya melalui lensa Socioemotional Selectivity Theory (SST). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap pengelola program dan diobservasi secara intensif, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ESA menerapkan strategi kurikulum fleksibel yang terintegrasi dalam empat pilar utama: Agama, Psikologi, Kesehatan, serta Seni dan Olahraga. Strategi ini terbukti efektif memfasilitasi transisi motivasi lansia dari tujuan berbasis pengetahuan (*knowledge-related goals*) menuju tujuan berbasis emosi (*emotion-related goals*). Keberhasilan ini tervalidasi secara empiris melalui fenomena psikologi warna, di mana terjadi pergeseran preferensi karya seni peserta dari spektrum gairah (merah-kuning) menuju spektrum ketenangan (hijau-biru). Meskipun demikian, implementasi program menghadapi tantangan internal berupa degradasi fisik, depresi situasional, dan resistensi post-power syndrome. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan personalisasi yang adaptif terhadap sisa waktu hidup lansia adalah kunci utama dalam mewujudkan ketenangan batin dan husnul khotimah.

**Kata Kunci:** *Elderly School of 'Aisyiyah, Kebutuhan Sosioemosional, Socioemotional Selectivity Theory (SST), Sekolah Lansia*

**ABSTRACT**

The aging population in Indonesia has triggered an urgent need for community-based elderly services that focus not only on physical health but also on psychological well-being. This study aims to explore the program strategies of the Elderly School of 'Aisyiyah (ESA) Surakarta in meeting the socioemotional needs of the elderly and to analyze implementation challenges through the lens of Socioemotional Selectivity Theory (SST). This research employed a qualitative method with a case study design. Data were collected through in-depth interviews with program managers and intensive observation, then analyzed using the Miles and Huberman interactive model. The results indicate that ESA applies a flexible curriculum strategy integrated into four main pillars: Religion, Psychology, Health, and Arts and Sports. This strategy effectively facilitates the transition of elderly motivation from knowledge-related goals to emotion-related goals. This success is empirically validated through the phenomenon of color psychology, where a shift in participants' artwork preferences occurred from the spectrum of excitement (red-yellow) to the spectrum of tranquility (green-blue). However, program implementation faces internal challenges such as physical degradation, situational depression, and post-power syndrome resistance. This study concludes that a personalized approach



adaptive to the elderly's perceived remaining time is the key to achieving inner peace and husnul khotimah.

**Keywords:** *Elderly School of 'Aisiyyah, Socioemotional Needs, Socioemotional Selectivity Theory (SST), Elderly School*

## PENDAHULUAN

Fenomena *ageing population* (penuaan populasi) tidak hanya terjadi secara global, tetapi juga di Indonesia, yang kini sedang mengalami transisi menuju struktur penduduk tua (Basrowi et al., 2021). Berdasarkan data BPS dan laporan tahun 2025, jumlah penduduk lansia (60 tahun ke atas) di Indonesia terus meningkat hampir 34 juta jiwa (11,8% populasi) di awal tahun 2025 (Sjafii, 2025). Menanggapi realitas demografi ini, pemerintah melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) telah menginisiasi program seperti Bina Keluarga Lansia (BKL) untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melalui pemberdayaan keluarga (Tariustanti et al., 2023). Sejalan dengan itu, berbagai inisiatif pendidikan non-formal berbasis komunitas, atau dikenal sebagai "Sekolah Lansia", juga tumbuh pesat. Program-program ini hadir sebagai jawaban atas kebutuhan lansia untuk tetap produktif, aktif secara sosial, dan terlibat dalam pembelajaran seumur hidup.

Sekolah lansia kerap menjadi salah satu ini program Pimpinan Pusat 'Aisiyyah dilandasi oleh panggilan teologis-sosial yang berakar pada Fiqh Al-Ma'un khas Muhammadiyah. Pimpinan Pusat 'Aisiyyah mencetuskan program *Day Care* dalam rangka melayani kaum lansia sebagai bentuk ibadah untuk memuliakan orang tua sesuai QS. Al-Isra: 23-24. Program ini juga sekaligus mejadi respons atas meningkatnya permasalahan sosial seperti kesepian, keterlantaran, dan problem komunikasi antar-generasi. Tujuan program ini terangkum dalam visi Pimpinan Pusat Aisiyyah, bahwa *Daycare* Lansia menjadi tempat pelayanan bagi Lansia sebagai upaya mewujudkan Lansia sehat sehat sejahtera, mandiri dan bermartabat berbasis pada Fiqh Al-Maun dan menuju Husnul Khotimah. Hal Ini juga sejalan dengan slogan mereka, "Hidup Hanya Sekali, Mari Menua Dengan Penuh Arti," yang menekankan pergeseran paradigma pelayanan dari berbasis institusi (panti) menjadi berbasis komunitas.

Program *Day Care* yang digaungkan oleh Pimpinan Pusat 'Aisiyyah kerap diselenggarakan oleh Pimpinan Daerah Aisiyyah Surakarta sebagai kepanjangan tangan program dari tingkat pusat ke tingkat daerah dalam bentuk sekolah lansia. Sekolah lansia tersebut diberi nama *Elderly School of 'Aisiyyah* (ESA) yang kerap terselenggara sejak 2024 silam oleh pihak Pimpinan Daerah Aisiyyah Surakarta. Dalam sekolah tersebut, menawarkan berbagai program yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan biopsikososial dan religi tersebut. Program ini terbagi menjadi empat mata pelajaran pokok: Agama, Psikologi, Seni dan Olahraga, serta Kesehatan. Namun, dalam praktiknya, sering terlihat sebuah fenomena menarik: terjadi disparitas minat yang signifikan antar mata pelajaran. Seringkali, kelas-kelas yang berfokus pada aktivitas Agama yang bersifat spiritual, maupun Seni dan Olahraga yang bersifat rekreasional memiliki tingkat partisipasi yang jauh lebih tinggi dibandingkan kelas yang bersifat kognitif atau teknis.

Fenomena preferensi ini tidak bisa dijelaskan hanya dengan alasan kesenangan atau pelarian semata. Teori psikologi perkembangan, khususnya Teori Selektivitas Sosioemosional (SST) yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia, persepsi individu tentang sisa waktu hidup mereka menjadi lebih terbatas. Akibatnya, terjadi pergeseran motivasi secara fundamental (Barber et al., 2016; Chang et al., 2015). Lansia cenderung beralih dari tujuan berbasis pengetahuan (*knowledge-related goals*) yang berorientasi menggapai tujuan di masa depan, seperti mengejar karier atau mempelajari keterampilan baru yang kompleks ke tujuan



berbasis emosi (*emotion-related goals*) (Choi et al., 2025). Tujuan sosioemosional ini memprioritaskan kepuasan emosional, ketenangan batin, interaksi sosial yang bermakna, dan perasaan positif di saat ini. Hal ini sangat selaras dengan tujuan 'Aisyiyah untuk mencapai *husnul khotimah* dan ketenangan batin untuk menghadapi masalah yang akan mendatang (Sophie et al., 2022).

*Socioemotional Selectivity Theory* (SST) yang tengah berkembang menjadi kerangka teoritis fundamental untuk membedah akar kebutuhan psikologis pada fase lanjut usia. Teori ini mempostulatkan bahwa persepsi individu terhadap sisa waktu hidup atau *future time perspective* yang bertindak sebagai determinan utama yang menggeser orientasi motivasional manusia secara radikal (Soylu & Ozekes, 2022). Ketika cakrawala waktu dirasa semakin menyempit seiring penuaan, prioritas individu beralih dari tujuan berbasis akuisisi pengetahuan (*knowledge-related goals*) yang bersifat persiapan masa depan, menuju tujuan berbasis regulasi emosi (*emotion-related goals*) (Carstensen & Hershfield, 2021; Carstensen & Reynolds, 2022). Dalam perspektif ini, kebutuhan sosioemosional lansia dipahami bukan sebagai bentuk kemunduran, melainkan sebagai mekanisme seleksi adaptif di mana individu secara sadar memprioritaskan pengalaman yang menawarkan gratifikasi makna, kedamaian batin, dan kepuasan emosional secara instan (*here and now*) (González et al., 2023). Lansia cenderung menginvestasikan sisa sumber daya kognitif dan waktu mereka hanya pada hubungan sosial yang mendalam dan aktivitas yang meminimalisir konflik batin, demi mencapai keseimbangan emosional dalam menghadapi fase akhir kehidupan (Mahmoud et al., 2024).

Penelitian terdahulu telah memaparkan beberapa bentuk strategi pemberdayaan lansia melalui pendekatan yang mengintegrasikan berbagai aspek. Penelitian yang dilakukan oleh Suratih et al. (2022) menunjukkan bahwa terapi gabungan okupasi dan seni (OKUART) memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup lansia di Panti Aisyiyah Surakarta. Terapi ini tidak hanya memperbaiki kondisi fisik lansia tetapi juga mengurangi stres dan meningkatkan interaksi sosial mereka, yang penting untuk kesejahteraan emosional (Suratih et al., 2022). Hal ini sejalan dengan temuan Pangemanan et al. (2019), yang mengungkapkan bahwa stres yang tinggi pada lansia dapat mengurangi kemandirian mereka dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sehingga perlu pengelolaan stres untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar (Pangemanan et al., 2019). Sebuah studi oleh Alim et al. (2023) menemukan bahwa dukungan keluarga yang baik dapat meningkatkan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan kesehatan yang diselenggarakan oleh Posyandu, yang turut berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan emosional mereka (Alim et al., 2023). Program pelatihan untuk pengasuh lansia, seperti yang diuraikan dalam penelitian Alholidi et al. (2020), juga penting untuk meningkatkan keterampilan pengasuh dalam memberikan perawatan emosional yang sesuai (Alholidi et al., 2019).

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi berbagai aspek penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia, masih terdapat kesenjangan dalam aspek kebutuhan sosioemosional lansia di tingkat komunitas. Penelitian oleh Suratih et al. (2022) dan Pangemanan et al. (2019) menyoroti pentingnya terapi okupasi dan manajemen stres, namun tidak secara eksplisit mengaitkannya dengan program sosial berbasis komunitas yang lebih luas (Pangemanan et al., 2019; Suratih et al., 2022). Di sisi lain, penelitian oleh Alholidi et al. (2019) dan Alim et al. (2023) menekankan peran penting keluarga dan pengasuh dalam mendukung kesejahteraan fisik lansia, namun belum banyak membahas bagaimana program tersebut dapat mengkoordinasikan berbagai elemen tersebut untuk menciptakan sebuah pendekatan yang komprehensif dan terintegrasi (Alholidi et al., 2019; Alim et al., 2023).

Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi implementasi strategi yang menyatukan terapi, dukungan keluarga, dan pelatihan pengasuh dalam satu kerangka program yang lebih terstruktur dan berfokus pada kesejahteraan sosioemosional lansia. Bertolak dari hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguraikan strategi program yang diterapkan *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA) sesuai kebutuhan sosioemosional lansia dan membedah tantangan yang dihadapi pengelola. Dalam konteks penelitian ini, program yang diteliti merupakan program yang berada di bawah naungan organisasi Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Gedung Pimpinan Daerah 'Aisyiyah (PDA) Surakarta yang berfungsi sebagai pusat administrasi dan operasional penyelenggaraan program *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA). Proses pengambilan data lapangan dilakukan secara intensif selama dua hari, yakni pada tanggal 24 dan 25 November 2025. Pemilihan lokasi dan waktu ini didasarkan pada urgensi untuk meneliti secara langsung dinamika program yang sedang berjalan di pusat pengelolaannya. Subjek penelitian ditentukan dengan menerapkan teknik *purposive sampling*, di mana partisipan dipilih secara sengaja berdasarkan pertimbangan khusus terkait kedalaman penguasaan mereka terhadap desain dan teknis agenda. Partisipan kunci dalam studi ini meliputi Ketua Pelaksana, Sekretaris Pelaksana, dan Staf/Anggota Pelaksana. Keterlibatan ketiga unsur pimpinan dan pengelola ini sangat krusial karena mereka dinilai memiliki pemahaman paling komprehensif mengenai filosofi dasar serta alur pelaksanaan kegiatan, mengingat program ini baru beroperasi secara efektif sejak 18 Juli 2025, sehingga perspektif dari para perintis sangat diperlukan.

Dalam prosedur pengumpulan data, peneliti menggunakan instrumen utama berupa pedoman wawancara yang dikembangkan secara sistematis mengacu pada kerangka *Socioemotional Selectivity Theory* (SST). Teori ini digunakan sebagai landasan konseptual untuk menyusun butir-butir pertanyaan yang bertujuan mengeksplorasi fenomena pergeseran prioritas lansia dari tujuan kognitif menuju tujuan pemenuhan emosional akibat persepsi keterbatasan waktu (Carstensen & Reynolds, 2022; Zeng & Yeh, 2025). Pertanyaan-pertanyaan dalam pedoman tersebut difokuskan untuk membedah strategi pengelola dalam merespons tingginya animo lansia terhadap mata pelajaran Agama dan Seni/Olahraga dibandingkan materi yang bersifat kognitif murni. Proses pengumpulan data ditempuh melalui teknik *in-depth interview* atau wawancara mendalam dengan para informan kunci. Seluruh proses wawancara direkam menggunakan alat perekam audio dan dicatat dalam catatan lapangan untuk memastikan tidak ada informasi yang terlewat. Hasil rekaman tersebut selanjutnya ditranskrip secara *verbatim* untuk kebutuhan analisis data yang akurat.

Guna menjamin keabsahan data yang diperoleh, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi yang komprehensif, meliputi triangulasi sumber, waktu, dan teknik. Validitas data diuji dengan menghimpun dan membandingkan informasi dari Ketua, Sekretaris, dan Staf pada rentang waktu pengambilan data 24 hingga 25 November 2025 melalui serangkaian wawancara mendalam. Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis menggunakan model analisis interaktif. Proses ini dimulai dengan reduksi data untuk memilah informasi strategis yang relevan dengan strategi program dan teori SST, dilanjutkan dengan penyajian data secara naratif sistematis, dan diakhiri dengan penarikan kesimpulan yang memadukan temuan lapangan dengan teori. Seluruh rangkaian proses penelitian ini telah dilaksanakan berdasarkan izin resmi dari Kepala Program Pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai bentuk kepatuhan terhadap etika akademik yang berlaku.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Perjalanan dimulai dengan bagian hasil yang akan memaparkan temuan data terkait strategi dan tantangan tanpa intervensi teori. Setelah data tersaji utuh, barulah dianalisis dalam pembahasan menggunakan kacamata teori *Socioemotional Selectivity Theory* (SST) untuk memahami makna mendalam di balik fenomena yang terjadi.

### Hasil

#### Strategi Program *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA)

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ketua Pelaksana, bahwa program *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA) di Surakarta menerapkan strategi pengorganisasian kelas yang fleksibel untuk merespons kebutuhan lansia. Berdasarkan data lapangan, peserta dibagi ke dalam dua kategori kelas, yaitu Kelas 2 dengan 14 peserta aktif yang terdiri dari 12 perempuan dan 2 laki-laki dengan jadwal pembelajaran hari Senin dan Rabu. Sedangkan Kelas 1 berisi 7 calon peserta didik dengan jadwal hari Selasa dan Kamis. Meskipun terpisah di hari biasa, strategi integrasi sosial diterapkan pada hari Jumat di mana seluruh peserta dari kedua kelas digabung untuk mengikuti agenda bersama. Program ini didesain sebagai kursus singkat selama tiga bulan yang diakhiri dengan wisuda. Kurikulum yang diterapkan tidak bersifat kaku, melainkan disusun secara interaktif dan spontan dengan menghadirkan pemateri dari kalangan dosen atau praktisi yang kompeten sesuai kebutuhan mendesak saat itu. Pendekatan ini diambil mengingat kondisi lansia yang menghadapi isu krusial menjelang akhir hayat, kesepian akibat ditinggal pasangan, serta keterbatasan fisik yang menghambat aktivitas ibadah.



**Gambar 1. Salah Satu program *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA)**

Untuk menjawab kebutuhan tersebut, hasil wawancara dengan Sekretaris Pelaksana dan Anggota atau Staf Pelaksana yang merupakan bidang yang menyusun kurikulum dan memantau kondisi lapangan langsung, menunjukkan bahwa kurikulum ini terbagi ke dalam empat mata pelajaran pokok: Agama, Psikologi, Kesehatan, serta Seni dan Olahraga. Pada muatan Agama, materi difokuskan pada persiapan menghadapi kematian dan perbaikan tata cara sholat sesuai Himpunan Putusan Tarjih (HPT) yang diadaptasi dengan kondisi fisik lansia, memberikan ketenangan bahwa ibadah mereka tetap sah meski dilakukan dengan keterbatasan gerak. Pada aspek Psikologi, strategi intervensi dilakukan untuk menangani depresi akibat masalah ekonomi pasca-pandemi dan gangguan memori, salah satunya melalui teknik terapi “kursi kosong” di mana peserta berdialog dengan dirinya di masa lalu sebagai bentuk katarsis emosional. Sementara itu, materi Kesehatan disusun berbasis data medis dari cek kesehatan rutin yang

memetakan empat risiko utama—jantung, hipertensi, diabetes, dan kolesterol—melalui edukasi preventif dan terapi fisik ringan. Adapun mata pelajaran Seni dan Olahraga yang dilaksanakan setiap Jumat menggunakan pendekatan nostalgia; peserta diajak bermain angklung untuk membuka memori masa muda dan melakukan senam ringan yang disesuaikan dengan kemampuan otot lansia.

Efektivitas strategi program ini dipantau melalui evaluasi mingguan yang menghasilkan temuan unik dalam aspek psikologi warna. Observasi menunjukkan adanya pergeseran preferensi warna yang signifikan pada hasil karya seni peserta. Pada fase awal program, peserta cenderung memilih warna dominan merah dan kuning yang merepresentasikan semangat dan gairah tinggi. Namun, pada minggu-minggu berikutnya, preferensi bergeser ke warna hijau dan biru. Perubahan ini diinterpretasikan sebagai indikator keberhasilan program dalam memfasilitasi transisi emosional lansia menuju ketenangan (*tranquility*) dan keharmonisan batin, sejalan dengan tujuan utama pemenuhan kebutuhan sosioemosional. Hasil evaluasi perilaku inilah yang kemudian menjadi kompas bagi pengelola untuk menentukan muatan materi pada pertemuan-pertemuan selanjutnya agar tetap relevan dengan kondisi psikis peserta.

Implementasi program ESA dihadapkan pada tantangan internal multidimensi, mulai dari hambatan fisik dan kognitif—seperti fluktuasi kesehatan, penurunan memori, hingga disleksia—yang memperlambat penyerapan materi, hingga barrier psikologis berupa depresi situasional dan resistensi *post-power syndrome*. Kompleksitas ini menegaskan bahwa keberhasilan pendidikan lansia tidak hanya menuntut fleksibilitas kurikulum, tetapi juga pendekatan personalisasi yang mendalam untuk menjembatani kesenjangan antara keterbatasan biologis dan dinamika sosioemosional peserta yang beragam.

#### **Tantangan Pelaksanaan Program *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA)**

Implementasi program menghadapi tantangan internal yang multidimensi, didominasi oleh degradasi fisik dan kognitif (kesehatan fluktuatif, penurunan memori, disleksia) yang menghambat penyerapan materi, serta barrier psikologis (depresi situasional, *post-power syndrome*) yang memicu resistensi terhadap instruksi. Kompleksitas ini menegaskan bahwa hambatan bukan hanya bersifat biologis, melainkan juga dipengaruhi oleh latar belakang sosial-emosional peserta yang beragam.

Kendati strategi telah berjalan, implementasi program menghadapi sejumlah tantangan substansial yang bersumber dari kondisi internal peserta. Hambatan fisik menjadi kendala utama, meliputi kondisi kesehatan yang fluktuatif (sakit-sakitan), insiden kecelakaan, hingga penurunan fungsi indera penglihatan dan memori yang membuat penyerapan materi kognitif menjadi lambat. Di sisi lain, hambatan psikologis juga ditemukan dalam bentuk depresi situasional akibat tekanan ekonomi, serta adanya kasus *post-power syndrome* pada peserta berlatar belakang pensiunan guru yang merasa superior sehingga sulit menerima arahan instruktur. Selain itu, proses pembelajaran juga menghadapi tantangan khusus dengan ditemukannya indikasi disleksia pada salah satu peserta yang belum terdiagnosis penyebab medisnya secara pasti, yang menambah kompleksitas dalam penyampaian materi berbasis teks.

#### **Pembahasan**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *Elderly School of 'Aisyiyah* (ESA) menerapkan desain kurikulum yang fleksibel, spontan, dan terintegrasi, yang secara fundamental selaras dengan postulat utama *Socioemotional Selectivity Theory* (SST). Keputusan pengelola untuk tidak menerapkan kurikulum kaku berbasis silabus akademis, melainkan menghadirkan materi yang relevan dengan kebutuhan mendesak, seperti isu kematian dan kesepian, mengonfirmasi bahwa lansia telah mengalami pergeseran radikal dalam perspektif waktu masa depan (*future time perspective*). Sebagaimana dijelaskan oleh Carstensen et al. (2003) dan Löckenhoff &

Carstensen (2004), ketika cakrawala waktu dipersepsikan menyempit, motivasi individu bergeser dari tujuan berbasis akuisisi pengetahuan (*knowledge-related goals*) menuju tujuan regulasi emosi (*emotion-related goals*) (Carstensen et al., 2003; Löckenhoff & Carstensen, 2004). Dalam konteks ESA, materi yang bersifat “*here and now*”, seperti dialog katarsis melalui teknik “kursi kosong” dan pemahaman ibadah yang akomodatif terhadap keterbatasan fisik, merupakan manifestasi konkret dari upaya pemenuhan kebutuhan emosional tersebut. Lansia tidak lagi membutuhkan akumulasi informasi teoretis yang berat, melainkan membutuhkan pengalaman yang menawarkan kedamaian batin dan validasi eksistensial dalam menghadapi fase akhir kehidupan (Carstensen & Reynolds, 2022).

Implementasi empat mata pelajaran pokok (Agama, Psikologi, Kesehatan, Seni/Olahraga) di *Elderly School of ‘Aisyiyah* (ESA) bukan sekadar pembagian materi ajar, melainkan strategi intervensi yang memfasilitasi lansia untuk mencapai keseimbangan emosional. Pada muatan Agama dan Psikologi, pendekatan adaptasi tata cara sholat sesuai HPT dan terapi memori masa lalu berfungsi untuk meminimalisir konflik batin dan kecemasan yang bahwa lansia secara adaptif memprioritaskan aktivitas yang meminimalisir emosi negatif (Fung et al., 2001). Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dapat diredam melalui pola pendidikan dan interaksi sosial dalam pembelajaran. Strategi pengembangan yang menggabungkan pendekatan psikologis dengan bimbingan spiritual untuk mengoptimalkan kesehatan mental dan pengembangan karakter santri dalam kerangka pendidikan agama Islam (Farhan & Shobahiya, 2024; Shobahiya et al., 2023). Sebab hubungan positif antar siswa dan guru juga terbukti meningkatkan motivasi belajar dan mendukung penguatan nilai-nilai keagamaan (Rohman & Shobahiya, 2024; Widiyanto & Shobahiya, 2024).

Secara spesifik, temuan mengenai pergeseran preferensi warna dari merah-kuning (gairah/semangat) menuju hijau-biru (ketenangan) pada karya seni peserta memberikan bukti empiris yang tajam mengenai keberhasilan proses regulasi emosi ini. Di dalamnya memuat aspek kebebasan yang kerap diimplementasikan dalam kurikulum tersebut guna melatih para respon peserta didik. Perubahan spektrum warna tersebut mengindikasikan bahwa intervensi program berhasil memandu lansia dari kondisi gejalak emosional menuju *state of tranquility* (Jonauskaitė et al., 2023; Jung et al., 2022; Raman et al., 2025; Zhang et al., 2024). Hal ini memvalidasi proposisi bahwa investasi sumber daya kognitif pada aktivitas yang bermakna akan bermuara pada kepuasan emosional. Dengan demikian, pendekatan nostalgia melalui musik angklung dan senam ringan bukan sekadar aktivitas fisik, melainkan mekanisme seleksi adaptif untuk menghadirkan gratifikasi makna secara instan (Mahmoud et al., 2024).

Meskipun strategi program telah berladaskan tujuan psikologis, justru tantangan terbesar muncul dari ranah psikologis itu sendiri. Tantangan yang muncul dari fenomena *post-power syndrome* pada peserta berlatar belakang pensiunan guru menunjukkan adanya resistensi dalam transisi motivasional yang diprediksi oleh SST. Kesulitan peserta ini dalam menerima arahan instruktur merefleksikan adanya ketegangan antara sisa ambisi *knowledge-related goals* (status dan superioritas masa lalu) dengan realitas kebutuhan *emotion-related goals* saat ini. Kegagalan dalam menyelaraskan tujuan dengan perspektif waktu yang tersisa dapat menghambat pencapaian kesejahteraan psikologis. Selain itu, hambatan fisik dan kognitif seperti penurunan memori, kondisi kesehatan fluktuatif, hingga indikasi disleksia sangat mempertegas urgensi pendekatan personalisasi yang dilakukan ESA. Kondisi-kondisi ini menegaskan bahwa kebutuhan sosioemosional lansia tidak seragam, dan keberhasilan ESA terletak pada kemampuannya mengakomodasi kerentanan fisik tersebut (Soylu & Ozekes, 2022). Kendati demikian, pembelajaran menjadi lebih menyenangkan, fleksibel, dan berpusat pada siswa dengan penggunaan model pembelajaran kooperatif, meskipun masih ada

keterbatasan ruang interaksi dan pelatihan guru yang perlu ditingkatkan (Maulidia & Shobahiya, 2024). Sehingga lansia tetap merasa terhubung secara sosial meskipun kapasitas biologis mereka menurun. Integrasi sosial pada hari Jumat menjadi krusial di sini, karena memfasilitasi hubungan sosial mendalam yang menjadi prioritas utama lansia dalam kerangka SST (González et al., 2023).

## KESIMPULAN

Strategi program yang diterapkan oleh Elderly School of 'Aisyiyah (ESA) Surakarta terbukti efektif dalam memenuhi kebutuhan sosioemosional lansia melalui pendekatan kurikulum yang fleksibel, adaptif, dan terpersonalisasi. Penerapan empat mata pelajaran pokok—Agama, Psikologi, Kesehatan, serta Seni dan Olahraga—tidak dijalankan sebagai transfer pengetahuan kognitif semata, melainkan sebagai mekanisme intervensi psikologis yang selaras dengan postulat Socioemotional Selectivity Theory (SST). ESA berhasil menerjemahkan pergeseran motivasi lansia, yang semula berorientasi masa depan (knowledge-related goals), menjadi orientasi pada kedamaian batin saat ini (emotion-related goals). Hal ini tercermin dari materi ajar yang bersifat "here and now", seperti perbaikan ibadah yang akomodatif terhadap keterbatasan fisik serta teknik terapi memori yang memberikan validasi eksistensial, mengukuhkan posisi ESA sebagai wadah yang memfasilitasi lansia menuju Husnul Khotimah dan kesejahteraan emosional.

Indikator keberhasilan strategi ini tervalidasi secara empiris melalui fenomena pergeseran preferensi warna dalam karya seni peserta. Transisi dari dominasi warna merah-kuning (gairah) menuju hijau-biru (ketenangan) menjadi bukti konkret bahwa intervensi program mampu memandu lansia mencapai stabilitas emosi (tranquility). Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan nostalgia dan aktivitas rekreasional yang diterapkan ESA bukan sekadar pengisi waktu luang, melainkan instrumen vital untuk mereduksi kecemasan dan menghadirkan makna hidup. Namun, keberhasilan ini berjalan beriringan dengan tantangan internal yang kompleks. Hambatan fisik berupa penurunan fungsi indera dan kognitif, serta hambatan psikologis seperti depresi situasional dan resistensi akibat post-power syndrome, menuntut pengelola untuk terus mempertahankan pendekatan yang inklusif dan empatik. Dengan demikian, ESA Aisyiyah Surakarta tidak hanya berfungsi sebagai institusi pendidikan non-formal, tetapi sebagai ekosistem pendukung yang menjembatani kerentanan biologis lansia dengan kebutuhan mendasar mereka akan ketenangan jiwa dan koneksi sosial yang bermakna.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alholidi, A., Fidora, I., & Purba, W. S. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari. *Jurnal Menara Medika*, 1(2). <https://doi.org/10.31869/mm.v1i2.2066>
- Alim, Y. C., Anggraini, M. T., & Noviasari, N. A. (2023). Analisis faktor yang berhubungan dengan beban family caregiver dalam mengasuh pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(2), 361. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.361-368>
- Barber, S., Opitz, P., Martins, B., Sakaki, M., & Mather, M. (2016). Thinking about a limited future enhances the positivity of younger and older adults' recall: Support for socioemotional selectivity theory. *Memory & Cognition*, 44, 869–882. <https://doi.org/10.3758/s13421-016-0612-0>
- Basrowi, R., Rahayu, E. M., Khoe, L., Wasito, E., & Sundjaya, T. (2021). The road to healthy ageing: What has Indonesia achieved so far? *Nutrients*, 13. <https://doi.org/10.3390/nu13103441>





- Carstensen, L., Fung, H., & Charles, S. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27, 103–123. <https://doi.org/10.1023/a:1024569803230>
- Carstensen, L., & Hershfield, H. (2021). Beyond stereotypes: Using socioemotional selectivity theory to improve messaging to older adults. *Current Directions in Psychological Science*, 30, 327–334. <https://doi.org/10.1177/09637214211011468>
- Carstensen, L., & Reynolds, M. (2022). Age differences in preferences through the lens of socioemotional selectivity theory. *The Journal of the Economics of Ageing*. <https://doi.org/10.1016/j.jeoa.2022.100440>
- Chang, P., Choi, Y., Bazarova, N., & Löckenhoff, C. (2015). Age differences in online social networking: Extending socioemotional selectivity theory to social network sites. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 59, 221–239. <https://doi.org/10.1080/08838151.2015.1029126>
- Choi, Y., Garza, E. Z., Pauly, T., Ashe, M., Madden, K., Gerstorf, D., & Hoppmann, C. (2025). Everyday emotion–goal pursuit associations in older adults are moderated by goal representations. *Communications Psychology*, 3. <https://doi.org/10.1038/s44271-025-00213-w>
- Farhan, M., & Shobahiya, M. (2024). The dynamics of student mental health in perspective psychology of Islamic education: Factor analysis and psychological spiritual development strategy. *Al-Fikru: Jurnal Ilmiah*, 18(2). <https://doi.org/10.51672/alfikru.v18i2.531>
- Fung, H., Carstensen, L., & Lang, F. (2001). Age-related patterns in social networks among European Americans and African Americans: Implications for socioemotional selectivity across the life span. *The International Journal of Aging and Human Development*, 52, 185–206. <https://doi.org/10.2190/1abl-9be5-m0x2-lr9v>
- González, N. T., Machanda, Z., & Thompson, M. (2023). Age-related social selectivity: An adaptive lens on a later life social phenotype. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 152, 105294. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105294>
- Jonauskaitė, D., Epicoco, D., Al-Rasheed, A., Aruta, J., Bogushevskaya, V., Brederoo, S., Corona, V., Fomins, S., Gizdic, A., Griber, Y., Havelka, J., Hirnstein, M., John, G., Jopp, D., Karlsson, B., Konstantinou, N., Laurent, É., Marquardt, L., Mefoh, P., ... Mohr, C. (2023). A comparative analysis of colour-emotion associations in 16-88-year-old adults from 31 countries. *British Journal of Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjop.12687>
- Jung, C., Mahmoud, N., Samanoudy, G. El, & Qassimi, N. Al. (2022). Evaluating the color preferences for elderly depression in the United Arab Emirates. *Buildings*. <https://doi.org/10.3390/buildings12020234>
- Löckenhoff, C., & Carstensen, L. (2004). Socioemotional selectivity theory, aging, and health: The increasingly delicate balance between regulating emotions and making tough choices. *Journal of Personality*, 72(6), 1395–1424. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00301.x>
- Mahmoud, K., Carr, D., & Onge, J. (2024). Marital status and quality of end-of-life experiences among older US adults. *Innovation in Aging*, 8, 619. <https://doi.org/10.1093/geroni/igae098.2027>
- Maulidia, M., & Shobahiya, M. (2024). Influence of the independent learning curriculum in Islamic education subjects. *JIE (Journal of Islamic Education)*, 9. <https://doi.org/10.52615/jie.v9i2.417>



- Pangemanan, B., Widodo, D., & Widiani, E. (2019). Hubungan tingkat stres dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lanjut usia (lansia). *Nursing News*, 4(1), 259–268. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/1545>
- Raman, P., Subramanian, K., Nalini, Y., & Singh, A. (2025). Emotional regulation quotient, color preference, and heart rate variability in newly diagnosed clinically depressed patients – A pilot case study. *Journal of Current Research in Scientific Medicine*. [https://doi.org/10.4103/jcrsm.jcrsm\\_74\\_24](https://doi.org/10.4103/jcrsm.jcrsm_74_24)
- Rohman, I. R. F., & Shobahiya, M. (2024). Correlation between teachers' role in student discipline and its impact on learning activities at MI Muhammadiyah PK Kartasura. *Imam Bonjol International Conference on Islamic Education (IBICIE)*, 222–230.
- Shobahiya, M., Weston, W., & Muthoifin, M. (2023). Problems of human civilization and Islamic education as alternative solution. *International Journal of Social Science And Human Research*, 06. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v6-i1-08>
- Sjafii, A. (2025). *Menuju lansia mandiri*. Universitas Airlangga. <https://unair.ac.id/menuju-lansia-mandiri/>
- Sophie, V., Sara, C., Jellen, T., & Lieven, A. (2022). The role of 'peace of mind' and 'meaningfulness' as psychological concepts in explaining subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 23, 3331–3346. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00544-z>
- Soylu, C., & Ozekes, B. (2022). Testing a model of biopsychosocial successful aging based on socioemotional selectivity theory in the second half of life. *International Psychogeriatrics*, 1–11. <https://doi.org/10.1017/s1041610222001090>
- Suratih, K., Budi, E., Mulyani, S., Musfiroh, M., Winarni, W., Wulandari, I., & Megasari, A. (2022). Terapi gabungan okupasi and art (OKUART) membantu meningkatkan kualitas hidup lansia Panti Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Kespera*, 2, 21. <https://doi.org/10.34310/jkspr.v2i1.675>
- Tariustanti, D., Puspita, Z., & Munawir, A. (2023). Dampak program Centre of Excellence (CoE) Bina Keluarga Lansia (BKL) dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. *Jurnal Surya Muda*, 5(1). <https://doi.org/10.38102/jsm.v5i1.113>
- Widiyanto, A., & Shobahiya, M. (2024). Implementation of Student Facilitator And Explanation (SFE) strategy to build self-confidence of fifth grade students in Islamic religious education learning: Case study of SDN 2 Kapungan Polanharjo. *International Conference of Humanities and Social Science (ICHSS)*, 15–22. <https://www.programdokterpbiuns.org/index.php/proceedings/article/view/338>
- Zeng, P.-Y., & Yeh, S.-L. (2025). Exploring semantic expression disparities in intragenerational and intergenerational communication: A novel perspective on socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*. <https://doi.org/10.1037/pag0000877>
- Zhang, C., Chen, Y., Dewancker, B., Shentu, C., Tian, H., Liu, Y., Wan, J., Zhang, X., & Li, J. (2024). Emotional landscapes in urban design: Analyzing color emotional responses of the elderly to community outdoor spaces in Yi Jie Qu. *Buildings*. <https://doi.org/10.3390/buildings14030734>