

Penguatan Iman dan Kesehatan Lansia Sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan di Usia Senja di Desa Hutatoruan IV

Ira Patricia Simanjuntak, Sarah Simanjuntak, Ira Agnes
Pasaribu, Lembang Yanatio Situmeang, Yerni Zebua, Ridho
Christian Sinaga

Prodi Pendidikan Agama Kristen
Institut Agama Kristen Negeri Tarutung
(IAKN Tarutung)

irapatricia01@gmail.com

ABSTRAK

Lansia adalah masyarakat yang mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual sebagai bagian dari proses penuaan. Perubahan tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi kesehatan fisik, tetapi berpengaruh pada kesejahteraan mental dan spiritual. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan yang bersifat holistik melalui integrasi pelayanan kesehatan dan penguatan iman. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Hutatoruan IV, Kabupaten Tapanuli Utara, Sumatera Utara selama periode 8 Juni–8 Juli 2026 oleh Kelompok KKN Matthew Institut Agama Kristen Negeri Tarutung. Program yang dilaksanakan meliputi ibadah lansia, senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, serta pemeriksaan kadar gula darah yang bekerja sama dengan tenaga kesehatan desa dan Puskesmas setempat. Kegiatan diikuti oleh sekitar 20–30 orang lansia. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan partisipatif melalui observasi, koordinasi dengan pemerintah desa dan tenaga kesehatan, pelaksanaan kegiatan, serta evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa lansia memiliki antusiasme yang tinggi dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Pelayanan rohani memberikan penguatan iman, ketenangan batin, dan meningkatkan semangat hidup, sedangkan pemeriksaan kesehatan dan senam lansia meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular dan penerapan gaya hidup sehat. Sinergi antara pelayanan spiritual dan pelayanan kesehatan terbukti mampu mendukung peningkatan kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

Kata kunci: Lansia, Penguatan Iman, Kesehatan Lansia, KKN, Kesejahteraan.

Abstrack

Older adults are individuals who experience various biological, psychological, social, and spiritual changes as part of the aging process. These changes not only affect their physical health but also impact their mental and spiritual well-being. Therefore, a holistic approach is needed through the integration of health services and the strengthening of faith. Through a community service program conducted in Hutatoruan IV Village, North Tapanuli Regency, North Sumatra, from June 8 to July 8, 2026, by the Matthew Community Service Program (KKN) Group from the Tarutung State Christian Institute. The program included worship services for the elderly, exercise classes for the elderly, blood pressure screenings, and blood sugar level checks, carried out in collaboration with village health workers and the local community health center (Puskesmas). The activities were attended by approximately 20–30 elderly participants. The implementation method utilized a participatory approach through observation, coordination with village officials and health workers, activity execution, and evaluation. The results of the program showed that the elderly participants were highly enthusiastic about taking part in the entire series of activities. Spiritual services strengthened their faith, provided inner peace, and boosted their zest for life, while health screenings and exercise programs for the elderly raised participants' awareness of the importance of early detection of noncommunicable diseases and the adoption of a healthy lifestyle. The synergy between spiritual and health services proved effective in supporting the overall well-being of the elderly.

Keywords: *Older Adults, Faith Strengthening, Older Adult Health, Community Service Program (KKN), Well-being*

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan di bidang kesehatan. Di sisi lain, kondisi tersebut menghadirkan tantangan baru bagi pemerintah dan masyarakat dalam menyediakan pelayanan yang mampu menjamin kualitas hidup lansia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan *healthy ageing* sebagai proses mengembangkan dan mempertahankan kemampuan fungsional yang memungkinkan seseorang tetap sejahtera pada usia lanjut (WHO, 2015). Konsep ini tidak hanya menitikberatkan pada bebas dari penyakit, tetapi juga pada kemampuan lansia untuk tetap aktif, mandiri, berpartisipasi dalam kehidupan sosial, dan memiliki makna hidup.

Di Indonesia, jumlah penduduk lansia terus meningkat sehingga pelayanan kesehatan dan pemberdayaan lansia menjadi salah satu prioritas pembangunan nasional. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan menekankan pentingnya upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang didukung oleh keluarga, masyarakat, serta fasilitas pelayanan kesehatan agar lansia tetap sehat, mandiri, aktif, dan bermartabat.

Selain aspek kesehatan fisik, kesejahteraan lansia juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis, sosial, dan spiritual. Banyak lansia mengalami perubahan peran sosial, kehilangan pasangan hidup, penurunan kemampuan fisik, hingga meningkatnya rasa kesepian. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kualitas hidup apabila tidak diimbangi dengan dukungan keluarga, masyarakat, dan pelayanan spiritual. Oleh karena itu, pendekatan biopsikososiospiritual menjadi salah satu strategi yang banyak direkomendasikan dalam pelayanan lansia karena mampu meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh (Santoso & Ismail, 2009).

Dalam perspektif Kristen, pelayanan kepada lansia merupakan bagian dari panggilan gereja untuk menghadirkan kasih Allah kepada setiap orang tanpa memandang usia. Penguatan iman melalui ibadah, doa, persekutuan, serta pendampingan pastoral dapat memberikan harapan, ketenangan batin, dan motivasi bagi lansia dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Spiritualitas yang baik juga berkontribusi terhadap kemampuan lansia dalam menerima perubahan fisik maupun psikologis sebagai bagian dari proses kehidupan.

Desa Hutatoruan IV, Kabupaten Tapanuli Utara, memiliki jumlah penduduk lansia yang aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Namun demikian, sebagaimana banyak desa lainnya, para lansia masih memerlukan pendampingan yang berkesinambungan baik dalam aspek kesehatan maupun spiritual. Berdasarkan hasil observasi awal mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN), masih ditemukan kebutuhan akan pemeriksaan kesehatan secara berkala, peningkatan aktivitas fisik, serta penguatan kehidupan rohani melalui kegiatan ibadah lansia.

Menjawab kebutuhan tersebut, Kelompok KKN Matthew dari Institut Agama Kristen Negeri Tarutung melaksanakan program penguatan iman dan kesehatan lansia melalui kegiatan ibadah lansia, senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, serta pemeriksaan kadar gula darah yang dilaksanakan bekerja sama dengan tenaga kesehatan desa dan Puskesmas setempat. Program ini dirancang sebagai bentuk

pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan pelayanan gerejawi dengan pelayanan kesehatan sehingga lansia memperoleh manfaat secara holistik. Program tersebut sejalan dengan kebijakan Kementerian Kesehatan yang mendorong pelayanan kesehatan lansia berbasis masyarakat, termasuk pemeriksaan kesehatan rutin, edukasi kesehatan, serta pemberdayaan keluarga dan masyarakat dalam menjaga kualitas hidup lansia.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia melalui penguatan iman dan pelayanan kesehatan yang terintegrasi. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan, memperkuat kehidupan spiritual, serta menjadi model pengabdian masyarakat yang dapat diterapkan pada desa-desa lain.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Institut Agama Kristen Negeri Tarutung oleh Kelompok KKN Matthew di Desa Hutatoruan IV, Kabupaten Tapanuli Utara, Provinsi Sumatera Utara. Program ini dilaksanakan selama satu bulan, yaitu mulai tanggal 8 Juni sampai dengan 8 Juli 2026.

Kegiatan difokuskan pada upaya meningkatkan kesejahteraan lansia melalui pendekatan yang bersifat holistik, yaitu dengan memadukan pelayanan kerohanian dan pelayanan kesehatan. Pendekatan tersebut dipilih karena kesejahteraan lansia tidak hanya ditentukan oleh kondisi kesehatan fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karena itu, kegiatan yang dilaksanakan tidak hanya bertujuan meningkatkan derajat kesehatan lansia, tetapi juga memperkuat iman serta membangun semangat hidup mereka melalui kegiatan keagamaan.

Program dilaksanakan melalui kerja sama antara mahasiswa KKN, Pemerintah Desa Hutatoruan IV, tenaga kesehatan desa, Puskesmas setempat, tokoh masyarakat, serta gereja yang berada di wilayah desa. Kerja sama tersebut bertujuan agar seluruh rangkaian kegiatan dapat berjalan dengan baik dan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat, khususnya para lansia.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Hutatoruan IV, Kabupaten Tapanuli Utara, Provinsi Sumatera Utara. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil observasi awal mahasiswa KKN yang menunjukkan bahwa desa tersebut memiliki kelompok lansia yang aktif mengikuti kegiatan kemasyarakatan dan keagamaan, namun masih memerlukan pendampingan dalam bidang kesehatan serta pembinaan kerohanian. Program dilaksanakan selama kurang lebih tiga puluh hari, yaitu mulai tanggal 8 Juni hingga 8 Juli 2026. Seluruh kegiatan disusun berdasarkan jadwal yang telah disepakati bersama pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan gereja agar tidak mengganggu aktivitas masyarakat.

Sasaran utama kegiatan ini adalah masyarakat lanjut usia yang berdomisili di Desa Hutatoruan IV. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan berkisar antara 20 sampai 30 orang lansia. Peserta terdiri atas laki-laki dan perempuan dengan latar belakang pekerjaan, kondisi kesehatan, serta tingkat pendidikan yang beragam. Seluruh peserta mengikuti kegiatan secara sukarela dengan dukungan pemerintah desa, keluarga, dan masyarakat sekitar.

Pelaksanaan program dilakukan melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal.

Tahap pertama dilakukan melalui observasi lapangan dan koordinasi dengan Kepala Desa Hutatoruan IV, perangkat desa, tenaga kesehatan, serta tokoh gereja. Observasi bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi masyarakat, khususnya kebutuhan para lansia dalam bidang kesehatan maupun kerohanian. Melalui observasi tersebut diperoleh informasi bahwa sebagian lansia membutuhkan pemeriksaan kesehatan secara berkala, terutama pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah. Selain itu, para lansia juga membutuhkan kegiatan yang dapat memperkuat kehidupan rohani serta meningkatkan kebersamaan di antara sesama lansia.

Berdasarkan hasil observasi, mahasiswa KKN bersama pemerintah desa dan tenaga kesehatan menyusun program kegiatan yang akan dilaksanakan selama masa pengabdian. Program yang direncanakan meliputi: Ibadah lansia, senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan kadar gula darah, edukasi mengenai pola hidup sehat dan pendampingan dan motivasi kepada lansia. Seluruh kegiatan disusun sesuai kebutuhan masyarakat dan mempertimbangkan kondisi fisik peserta sehingga seluruh lansia dapat mengikuti kegiatan dengan nyaman.

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari program pengabdian kepada masyarakat.

1. Ibadah Lansia

Ibadah lansia dilaksanakan sebagai bentuk pelayanan rohani kepada masyarakat lanjut usia. Kegiatan meliputi pujian, doa bersama, pembacaan Firman Tuhan, penyampaian renungan, serta doa syafaat.

Melalui ibadah tersebut para lansia memperoleh penguatan iman, motivasi, serta kesempatan untuk saling berbagi pengalaman hidup sehingga tercipta suasana kekeluargaan yang hangat.

2. Senam Lansia

Setelah ibadah, kegiatan dilanjutkan dengan senam lansia yang dipandu oleh tenaga kesehatan. Senam dilakukan menggunakan gerakan ringan yang disesuaikan dengan kondisi fisik peserta.

Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kebugaran tubuh, menjaga kelenturan otot dan persendian, memperbaiki keseimbangan tubuh, serta mengurangi risiko penyakit degeneratif.

3. Pemeriksaan Tekanan Darah

Mahasiswa bersama tenaga kesehatan melaksanakan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta. Pemeriksaan dilakukan untuk mengetahui kondisi kesehatan peserta sekaligus mendeteksi dini kemungkinan terjadinya hipertensi. Peserta yang memiliki tekanan darah di luar batas normal diberikan edukasi agar melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas kesehatan.

4. Pemeriksaan Gula Darah

Selain pemeriksaan tekanan darah, dilakukan pula pemeriksaan kadar gula darah. Kegiatan ini bertujuan mendeteksi faktor risiko diabetes melitus sehingga peserta memperoleh informasi mengenai kondisi kesehatannya. Peserta juga diberikan edukasi mengenai pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, serta perlunya pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Evaluasi dilakukan selama dan setelah kegiatan berlangsung. Indikator keberhasilan program meliputi: tingkat kehadiran peserta, antusiasme lansia selama

mengikuti kegiatan, partisipasi aktif dalam ibadah dan senam, kesediaan peserta mengikuti pemeriksaan kesehatan. Meningkatnya pemahaman lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan memperkuat kehidupan rohani. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan memperoleh respons yang sangat baik dari masyarakat. Para lansia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan penuh semangat. Pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan masyarakat juga memberikan dukungan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan tertib dan mencapai tujuan yang telah direncanakan.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Konsep Lanjut Usia (Lansia)

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam siklus perkembangan manusia yang ditandai dengan proses penuaan (aging process) yang berlangsung secara alami. Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998, lansia adalah individu yang telah berusia 60 tahun atau lebih dan berhak memperoleh pelayanan yang menjamin kesejahteraan hidupnya. Memasuki usia lanjut, seseorang mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang berdampak pada penurunan fungsi tubuh serta meningkatnya risiko penyakit kronis. Selain itu, lansia juga sering menghadapi perubahan peran sosial, berkurangnya aktivitas, hingga munculnya rasa kesepian akibat menurunnya interaksi dengan lingkungan. Oleh karena itu, pelayanan kepada lansia perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang tidak hanya berfokus pada kesehatan fisik, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Dalam konteks kehidupan bergereja, lansia merupakan bagian penting dari jemaat yang tetap perlu memperoleh pelayanan pastoral, pendampingan rohani, serta kesempatan untuk tetap berpartisipasi dalam kehidupan gereja sehingga kualitas hidup dan kesejahteraannya dapat terus terpelihara.

Penguatan Iman sebagai Pendekatan Holistik dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia

Penguatan iman merupakan salah satu kebutuhan mendasar bagi lansia karena memberikan pengharapan, ketenangan batin, dan kemampuan untuk menghadapi berbagai perubahan yang terjadi pada masa tua. Penurunan kondisi fisik, kehilangan pasangan hidup, berkurangnya peran dalam keluarga, serta keterbatasan aktivitas sering kali memengaruhi kesehatan mental dan spiritual lansia. Dalam situasi tersebut, pelayanan rohani melalui ibadah, doa, pembacaan firman Tuhan, pendampingan pastoral, dan persekutuan menjadi sarana penting untuk memperkuat iman sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis dan sosial. Gereja memiliki tanggung jawab untuk menghadirkan pelayanan yang inklusif bagi lansia melalui pembinaan iman yang kontekstual, sehingga mereka tetap merasa dihargai, memiliki makna hidup, dan mampu mengaktualisasikan pengalaman imannya. Penguatan iman juga terbukti mendukung kesehatan mental dengan mengurangi kecemasan, stres, dan kesepian, sekaligus mempererat hubungan sosial melalui persekutuan dengan sesama jemaat. Dalam program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Hutatoruan IV, pendekatan tersebut diwujudkan melalui integrasi ibadah lansia dengan edukasi kesehatan, pemeriksaan kesehatan, dan aktivitas fisik sederhana. Pendekatan holistik ini

menunjukkan bahwa kesejahteraan lansia tidak dapat dipisahkan antara kebutuhan jasmani dan rohani, sehingga sinergi antara pelayanan kesehatan dan pembinaan iman menjadi strategi yang relevan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia secara utuh.

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh Kelompok KKN Matthew Institut Agama Kristen Negeri Tarutung di Desa Hutatoruan IV berlangsung selama satu bulan, yaitu mulai tanggal 8 Juni sampai dengan 8 Juli 2026. Program ini merupakan salah satu bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang pengabdian kepada masyarakat. Seluruh kegiatan dirancang berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa masyarakat lanjut usia di Desa Hutatoruan IV memerlukan perhatian tidak hanya pada aspek kesehatan, tetapi juga pada aspek spiritual. Oleh karena itu, mahasiswa KKN menyusun program yang mengintegrasikan pelayanan kesehatan dan penguatan iman sebagai satu kesatuan pelayanan yang saling melengkapi.

Kegiatan dilaksanakan melalui kerja sama antara mahasiswa KKN, Pemerintah Desa Hutatoruan IV, tenaga kesehatan desa, Puskesmas setempat, gereja, serta masyarakat. Dukungan dari berbagai pihak menjadi faktor penting yang mendukung kelancaran pelaksanaan seluruh rangkaian kegiatan. Pemerintah desa memberikan izin serta membantu mengoordinasikan masyarakat, sedangkan tenaga kesehatan berperan dalam pelaksanaan pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi kepada para peserta. Mahasiswa KKN bertanggung jawab dalam perencanaan, pelaksanaan, pendampingan peserta, serta evaluasi kegiatan.

Sasaran utama kegiatan adalah masyarakat lanjut usia yang berada di Desa Hutatoruan IV. Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan berkisar antara 20 sampai 30 orang lansia. Kehadiran peserta menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kepedulian terhadap pentingnya menjaga kesehatan sekaligus memperkuat kehidupan rohani. Selama kegiatan berlangsung, para lansia mengikuti seluruh rangkaian acara dengan tertib, penuh semangat, dan menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal tersebut terlihat dari keaktifan mereka mengikuti ibadah, senam lansia, pemeriksaan kesehatan, hingga sesi edukasi dan diskusi bersama mahasiswa maupun tenaga kesehatan.

Kegiatan diawali dengan ibadah lansia sebagai bentuk pelayanan rohani kepada masyarakat lanjut usia. Ibadah dipimpin secara sederhana namun khidmat melalui pujian, doa bersama, pembacaan firman Tuhan, penyampaian renungan, serta doa syafaat. Dalam penyampaian firman Tuhan, mahasiswa memberikan penguatan mengenai pentingnya tetap berharap kepada Tuhan dalam setiap tahap kehidupan. Materi renungan juga mengajak para lansia untuk tetap bersyukur atas penyertaan Tuhan serta memelihara kesehatan sebagai bagian dari tanggung jawab manusia dalam menjaga anugerah kehidupan yang telah diberikan oleh Allah.

Suasana ibadah berlangsung dengan penuh kekeluargaan. Para lansia mengikuti setiap rangkaian ibadah dengan penuh perhatian. Beberapa peserta juga membagikan pengalaman hidup serta kesaksian mengenai penyertaan Tuhan dalam kehidupan mereka. Kesempatan tersebut menjadi sarana saling menguatkan di antara sesama lansia sehingga tercipta hubungan yang semakin erat dalam kehidupan persekutuan gereja maupun masyarakat.

Setelah ibadah selesai, kegiatan dilanjutkan dengan senam lansia yang dipandu oleh tenaga kesehatan bersama mahasiswa KKN. Senam dilakukan menggunakan gerakan-gerakan ringan yang disesuaikan dengan kemampuan fisik peserta. Sebelum senam dimulai, peserta diberikan penjelasan mengenai pentingnya melakukan pemanasan serta menjaga kondisi tubuh selama berolahraga. Selama kegiatan berlangsung, para peserta mengikuti gerakan dengan penuh semangat. Meskipun terdapat beberapa lansia yang memiliki keterbatasan gerak, mereka tetap berusaha mengikuti kegiatan sesuai kemampuan masing-masing.

Pelaksanaan senam lansia memberikan suasana yang menyenangkan bagi para peserta. Selain menjadi sarana menjaga kebugaran tubuh, kegiatan tersebut juga meningkatkan interaksi sosial antar peserta. Para lansia tampak saling memberikan semangat, bercanda, dan menikmati setiap rangkaian gerakan yang dilakukan bersama-sama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa aktivitas fisik tidak hanya memberikan manfaat bagi kesehatan tubuh, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis dan hubungan sosial para lansia.

Setelah kegiatan senam selesai, mahasiswa bersama tenaga kesehatan melaksanakan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta. Pemeriksaan dilakukan secara bergantian dengan tetap memperhatikan kenyamanan peserta. Kegiatan ini bertujuan memberikan kesempatan kepada lansia untuk mengetahui kondisi tekanan darah mereka sebagai salah satu langkah deteksi dini terhadap penyakit tidak menular. Selama pemeriksaan berlangsung, tenaga kesehatan juga memberikan penjelasan mengenai pentingnya menjaga pola makan, mengurangi konsumsi garam secara berlebihan, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta memeriksakan kesehatan secara berkala di fasilitas kesehatan terdekat.

Selain pemeriksaan tekanan darah, dilakukan pula pemeriksaan kadar gula darah kepada para peserta. Pemeriksaan ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini risiko diabetes melitus yang merupakan salah satu penyakit yang banyak ditemukan pada kelompok lanjut usia. Mahasiswa dan tenaga kesehatan memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga pola makan, mengurangi konsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan, memperbanyak konsumsi sayur dan buah, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin. Edukasi tersebut disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana sehingga mudah dipahami oleh seluruh peserta.

Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung dalam suasana yang tertib, aman, dan penuh kekeluargaan. Kehadiran mahasiswa KKN tidak hanya memberikan pelayanan kepada masyarakat, tetapi juga menjadi sarana membangun hubungan yang lebih dekat antara perguruan tinggi dengan masyarakat desa. Melalui kegiatan tersebut, mahasiswa memperoleh pengalaman nyata mengenai pentingnya pelayanan kepada masyarakat yang dilakukan secara langsung, sedangkan masyarakat memperoleh manfaat berupa pelayanan kesehatan, penguatan rohani, serta edukasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan pada usia lanjut.

Secara umum, pelaksanaan program penguatan iman dan kesehatan lansia di Desa Hutatoruan IV berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan. Program ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara mahasiswa, pemerintah desa, tenaga kesehatan, gereja, dan masyarakat mampu menciptakan kegiatan yang memberikan manfaat bagi para lansia. Integrasi antara pelayanan

spiritual dan pelayanan kesehatan menjadi salah satu bentuk pendekatan yang efektif dalam mendukung kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

Program penguatan iman dan kesehatan lansia yang dilaksanakan di Desa Hutatoruan IV merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan pelayanan spiritual dengan pelayanan kesehatan. Pendekatan ini dipilih karena lansia merupakan kelompok usia yang tidak hanya membutuhkan perhatian terhadap kondisi fisik, tetapi juga memerlukan dukungan psikologis, sosial, dan spiritual. Pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa pelayanan yang dilakukan secara terpadu mampu menciptakan suasana yang mendukung partisipasi lansia dalam menjaga kesehatan sekaligus memperkuat kehidupan iman mereka.

Kegiatan ibadah lansia menjadi bagian penting dalam pelaksanaan program. Melalui ibadah, para lansia memperoleh kesempatan untuk berdoa, memuji Tuhan, mendengarkan firman Tuhan, dan membangun persekutuan dengan sesama. Bagi banyak lansia, kegiatan tersebut bukan hanya rutinitas keagamaan, tetapi juga menjadi sarana memperoleh ketenangan batin, mengurangi rasa kesepian, dan memperkuat pengharapan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Suasana persekutuan yang hangat membuat para peserta merasa dihargai, didengar, dan tetap menjadi bagian dari kehidupan gereja serta masyarakat.

Pelayanan rohani yang diberikan selama kegiatan juga menunjukkan bahwa gereja memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Gereja bukan hanya tempat beribadah, tetapi juga menjadi komunitas yang memberikan dukungan moral, spiritual, dan sosial. Melalui ibadah lansia, para peserta dapat saling menguatkan, berbagi pengalaman hidup, dan membangun hubungan yang lebih erat dengan sesama jemaat. Hubungan sosial yang baik merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan lansia karena membantu mengurangi perasaan terisolasi dan meningkatkan rasa memiliki terhadap komunitas.

Selain pelayanan rohani, pelaksanaan senam lansia memberikan manfaat dalam meningkatkan aktivitas fisik peserta. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur membantu menjaga kelenturan otot dan persendian, mempertahankan keseimbangan tubuh, serta mendorong lansia untuk tetap aktif sesuai kemampuan masing-masing. Walaupun gerakan yang dilakukan sederhana, kegiatan ini memberikan kesempatan kepada peserta untuk bergerak bersama dalam suasana yang menyenangkan. Interaksi yang terjadi selama senam juga memperkuat hubungan sosial antar peserta dan menumbuhkan semangat untuk menjalani pola hidup sehat.

Pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah menjadi bagian penting dari kegiatan pengabdian karena memberikan kesempatan kepada lansia untuk mengetahui kondisi kesehatannya melalui pemeriksaan awal. Kegiatan ini juga menjadi media edukasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai upaya pencegahan dan deteksi dini terhadap penyakit tidak menular yang banyak dialami pada usia lanjut. Edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan mendorong peserta untuk lebih memperhatikan pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kolaborasi antara mahasiswa KKN, pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan gereja menjadi salah satu faktor pendukung keberhasilan program. Kerja sama tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan lansia tidak dapat dilakukan oleh satu pihak saja, tetapi memerlukan keterlibatan berbagai unsur masyarakat. Pemerintah desa berperan dalam memfasilitasi kegiatan, tenaga kesehatan

memberikan pelayanan dan edukasi, gereja menyediakan dukungan spiritual, sedangkan mahasiswa berperan sebagai fasilitator dan pendamping selama pelaksanaan program. Sinergi tersebut mencerminkan pentingnya pendekatan kolaboratif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Bagi mahasiswa, pelaksanaan program ini juga memberikan pengalaman yang sangat berharga. Mahasiswa belajar memahami kondisi nyata masyarakat, mengembangkan kemampuan berkomunikasi dengan lansia, bekerja sama dengan berbagai pihak, serta menerapkan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan dalam bentuk pelayanan kepada masyarakat. Pengalaman tersebut menjadi bagian dari proses pembentukan karakter, kepedulian sosial, dan tanggung jawab sebagai calon pendidik Kristen yang diharapkan mampu menjadi berkat bagi masyarakat.

Secara keseluruhan, pelaksanaan program menunjukkan bahwa pendekatan yang menggabungkan penguatan iman dan pelayanan kesehatan dapat memberikan manfaat bagi lansia. Walaupun kegiatan berlangsung dalam waktu yang terbatas selama masa KKN, program ini menjadi langkah awal yang baik dalam mendorong kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan memelihara kehidupan rohani secara seimbang. Ke depan, kegiatan serupa diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan oleh pemerintah desa, gereja, tenaga kesehatan, dan masyarakat sehingga manfaatnya dapat dirasakan dalam jangka panjang.

Pelaksanaan program penguatan iman dan kesehatan lansia di Desa Hutatoruan IV menunjukkan bahwa pelayanan kepada lanjut usia akan lebih efektif apabila dilakukan secara terpadu melalui pendekatan spiritual dan kesehatan. Kedua aspek tersebut saling melengkapi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Pelayanan kesehatan membantu lansia mempertahankan kondisi fisik agar tetap sehat, sedangkan pelayanan spiritual memberikan kekuatan batin sehingga lansia mampu menjalani masa tuanya dengan penuh pengharapan dan rasa syukur. Pendekatan terpadu ini sejalan dengan kebijakan pemerintah yang menekankan bahwa pelayanan kesehatan lanjut usia di Puskesmas harus dilaksanakan secara komprehensif melalui upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

Kegiatan ibadah lansia yang dilaksanakan selama program KKN memberikan kesempatan kepada para peserta untuk memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan sekaligus membangun hubungan yang lebih erat dengan sesama lansia. Melalui doa, pujian, pembacaan Firman Tuhan, dan penyampaian renungan, para lansia memperoleh penguatan rohani yang membantu mereka menghadapi berbagai tantangan kehidupan pada masa lanjut usia. Kehidupan rohani yang bertumbuh akan membentuk sikap optimis, rasa syukur, kesabaran, serta keyakinan bahwa Tuhan tetap menyertai mereka dalam setiap keadaan.

Hanna Santoso dan Andar Ismail menjelaskan bahwa berbagai perubahan yang dialami pada usia lanjut sering kali menimbulkan krisis fisik maupun psikologis. Oleh sebab itu, lansia memerlukan pendampingan yang tidak hanya berorientasi pada kesehatan jasmani, tetapi juga memperhatikan kebutuhan rohani agar mereka mampu menghadapi proses penuaan dengan lebih bijaksana dan penuh pengharapan.

Selain memberikan penguatan spiritual, ibadah lansia juga mempererat hubungan sosial antar peserta. Dalam kegiatan tersebut, para lansia memiliki kesempatan untuk saling mengenal, berbagi pengalaman hidup, dan memberikan dukungan kepada sesama. Hubungan sosial yang baik sangat penting karena salah satu persoalan yang sering dialami lansia adalah berkurangnya interaksi sosial akibat

perubahan kondisi fisik maupun perubahan peran dalam keluarga. Kehadiran kegiatan ibadah secara rutin dapat menjadi wadah bagi lansia untuk tetap aktif dalam kehidupan bermasyarakat dan bergereja.

Pelaksanaan senam lansia menjadi bagian penting dari program pengabdian ini karena aktivitas fisik merupakan salah satu upaya mempertahankan kemampuan fungsional pada usia lanjut. Gerakan-gerakan ringan yang dilakukan bersama-sama membantu menjaga kelenturan otot, meningkatkan keseimbangan tubuh, memperlancar sirkulasi darah, serta meningkatkan kebugaran fisik sesuai kemampuan masing-masing peserta. Walaupun sederhana, aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan lansia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa pelayanan kesehatan lanjut usia tidak hanya dilakukan di dalam gedung Puskesmas, tetapi juga dapat dilaksanakan melalui pelayanan luar gedung yang melibatkan masyarakat, kader kesehatan, dan berbagai unsur lainnya. Tujuannya adalah agar pelayanan kesehatan mampu menjangkau lebih banyak lansia sehingga mereka tetap sehat, mandiri, aktif, dan produktif dalam kehidupan sehari-hari. Program yang dilaksanakan di Desa Hutatoruan IV mencerminkan pelaksanaan prinsip tersebut karena melibatkan mahasiswa KKN, tenaga kesehatan desa, Puskesmas, pemerintah desa, dan gereja dalam satu kegiatan yang terintegrasi.

Pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah yang dilakukan selama kegiatan juga memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular. Pemeriksaan tersebut tidak dimaksudkan sebagai tindakan pengobatan, tetapi sebagai upaya skrining awal agar masyarakat mengetahui kondisi kesehatannya dan terdorong untuk melakukan pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan. Edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan mengenai pola makan, aktivitas fisik, serta pemeriksaan kesehatan berkala menjadi bagian dari upaya promotif yang sangat penting dalam menjaga kualitas hidup lansia.

Keberhasilan program ini tidak terlepas dari kerja sama yang baik antara berbagai pihak. Pemerintah Desa Hutatoruan IV memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan, tenaga kesehatan memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan dan edukasi, sedangkan gereja memberikan dukungan dalam pelayanan rohani. Mahasiswa KKN berperan sebagai fasilitator yang menghubungkan seluruh unsur tersebut sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Bentuk kolaborasi seperti ini menunjukkan bahwa kesejahteraan lansia merupakan tanggung jawab bersama yang memerlukan keterlibatan keluarga, masyarakat, pemerintah, tenaga kesehatan, gereja, dan lembaga pendidikan.

Secara keseluruhan, kegiatan penguatan iman dan kesehatan lansia di Desa Hutatoruan IV memberikan gambaran bahwa pelayanan yang memperhatikan kebutuhan fisik sekaligus kebutuhan spiritual mampu menciptakan suasana yang lebih bermakna bagi para lansia. Program ini juga menunjukkan bahwa kegiatan sederhana yang dilaksanakan secara bersama-sama dapat memperkuat kepedulian sosial, meningkatkan semangat hidup, serta mendorong lansia untuk tetap aktif dalam kehidupan bermasyarakat dan bergereja.

Gambar



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pelayanan Lansia di Desa Hutatoruan IV



Gambar 2. Kelompok KKN dan DPL



Gambar 3. Penyerahan Cendera Mata kepada Pengurus Desa Hutatoruan IV

SIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh Kelompok KKN Matthew Institut Agama Kristen Negeri Tarutung di Desa Hutatoruan IV, Kabupaten Tapanuli Utara, melalui kegiatan Penguatan Iman dan Kesehatan Lansia sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan di Usia Senja telah terlaksana dengan baik sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan. Program ini mengintegrasikan pelayanan spiritual dan pelayanan kesehatan sebagai bentuk pendekatan holistik dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat lanjut usia.

Pelaksanaan kegiatan yang meliputi ibadah lansia, senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, dan pemeriksaan gula darah menunjukkan bahwa pelayanan kepada lansia tidak hanya berfokus pada pemeliharaan kesehatan fisik, tetapi juga pada penguatan kehidupan rohani. Melalui ibadah, para lansia memperoleh penguatan iman, penghiburan, dan kesempatan untuk membangun persekutuan dengan sesama. Sementara itu, kegiatan kesehatan memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga pola hidup sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta memeriksakan kondisi kesehatan secara berkala.

Kolaborasi antara mahasiswa KKN, Pemerintah Desa Hutatoruan IV, tenaga kesehatan desa, Puskesmas, gereja, dan masyarakat menjadi faktor penting dalam keberhasilan pelaksanaan program. Sinergi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan lansia memerlukan keterlibatan berbagai pihak agar pelayanan yang diberikan dapat berlangsung secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Bagi mahasiswa, kegiatan ini menjadi sarana penerapan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan sekaligus membentuk karakter pelayanan, kepedulian sosial, kemampuan berkomunikasi, dan kerja sama dengan masyarakat. Pengalaman ini memperkuat pemahaman bahwa pelayanan Kristen tidak hanya diwujudkan melalui pemberitaan Firman Tuhan, tetapi juga melalui tindakan nyata dalam memenuhi kebutuhan masyarakat, khususnya kelompok lanjut usia.

Secara keseluruhan, kegiatan penguatan iman dan kesehatan lansia di Desa Hutatoruan IV memberikan gambaran bahwa pendekatan yang memadukan aspek spiritual dan kesehatan mampu mendukung kesejahteraan lansia secara lebih utuh. Program ini diharapkan menjadi salah satu model pengabdian masyarakat yang dapat terus dikembangkan oleh perguruan tinggi, pemerintah desa, gereja, dan tenaga kesehatan dalam mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat lanjut usia.

DAFTAR PUSTAKA

- Hanna Santoso dan Andar Ismail. Memahami Krisis Lanjut Usia: Uraian Medis dan Pedagogis-Pastoral. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman untuk Puskesmas dalam Perawatan Jangka Panjang bagi Lanjut Usia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2018. ISBN 978-602-416-468-3. Repository Kementrian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman untuk Puskesmas dalam Pemberdayaan Lanjut Usia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2018. ISBN 978-602-416-408-9. Repository Kementrian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Materi Komunikasi, Informasi, dan Edukasi: Pedoman untuk Puskesmas dalam Pemberdayaan Lanjut Usia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2018.
- Republik Indonesia. Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Jakarta: Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 67 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Pusat Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015.
- Tanjung, D. S., et al. (2025). Kolaborasi mahasiswa dan masyarakat dalam penguatan nilai religius dan literasi di Desa Kesatuan. *Community Development Journal*, 6(5).
- World Health Organization. World Report on Ageing and Health. Geneva: WHO, 2015.